

EL ADOLESCENTE ANTE LAS DROGAS

Sin pretender sentar dogma en relación con las siguientes etapas o fases en las que nuestros hijos entran en contacto con el mundo de las drogas, podemos establecer un análisis general que —a vuelo de pájaro— nos proporcione un contexto amplio de la relación adolescente-drogas.

1. Fase de rechazo total. En general quienes han «estrenado» recientemente su adolescencia (12 ó 13 años) no sólo desaprueban las drogas, sino que militan en su contra.

—Pues si tú sigues fumando, yo suspendo todas.

—Si te quieres morir fumando, no será porque yo no haya hecho nada. De hecho, Ari y yo hemos decidido esconderte el tabaco.

—Siempre hablas de la importancia de nuestra salud; pero ¿y la tuya?



PROBEMOS A

Ser honestos con nuestros hijos. Negar la evidencia (que fumamos o que a veces consumimos alcohol) es absurdo; los adolescentes ya no son ingenuos niños que creen más en nuestra palabra que en lo que ven.

Ser sinceros no menoscaba nuestra autoridad; por el contrario, aumenta nuestra credibilidad y nos permite aparecer ante ellos como seres humanos con carencias y deficiencias.

Si practicamos alguno de estos comportamientos, reconozcámoslo añadiendo que lo que hacemos no está bien, y que ciertamente deberíamos dejar de hacerlo —si procede—. Si nos comprometemos ante nuestros hijos a abandonar ciertos hábitos o a practicar actividades saludables, cumplamos nuestra palabra.

Es bueno agradecer a nuestros hijos su «toque» de atención.



2. Fase de latencia (llamada por otros autores «pre-contemplativa» o de «presencia virtual»). Nuestros hijos en edad adolescente pertenecen ahora a un grupo de amigos entre los cuales algunos fuman, muchos beben alcohol y un reducido número de sus miembros consume cannabis. Otros se han limitado a probar y acto seguido a rechazar la droga sin tapujo alguno. Esta etapa abarca, en general, desde los 14 hasta los 16 años.

Es característica la figura del adolescente aún no «iniciado» pero que se cuestiona una y otra vez (en público y en privado) sobre los verdaderos efectos del consumo. Contempla el «aspecto mágico» de las drogas («¿me hará sentirme como un supermán?»; «¿me convertirá en una Mata-Hari?») oscilando entre el «no debo» y el «estoy que reviento de curiosidad», contagiando a otros sus dudas y fantasías.

PROBEMOS A

Preguntar a nuestro hijo con la mayor naturalidad posible qué piensa él de las drogas, del botellón, del tabaco, etc.

Si no ha frecuentado el consumo, el menor dará su opinión sincera, que deberemos escuchar atentamente sin censurarla. Es posible que nos haga alguna pregunta; si sabemos la respuesta, proporcionémosla. En caso contrario, podemos comprometernos con él a buscarla.

Es muy positivo efectuar dicha búsqueda juntos, leyendo información institucional (como folletos), o visitando portales fiables de Internet.



3. Fase del primer contacto, consumos esporádicos. La fascinación que ejerce el grupo de amigos y el deseo de hacer «lo prohibido», puede conducir a la iniciación en el consumo de drogas, legales o ilegales (fundamentalmente alcohol, tabaco y cannabis). Estos ritos **probatorios** (de la droga y del «valor» del joven) se producen en el marco del grupo, siendo recibido el «novicio» con entusiasmo por los demás.

Quizá el peor problema que se cierne sobre nuestro hijo es que se dé cuenta de que **no pasa nada** (inicialmente) por probar las drogas (ni siente ansiedad, ni le ha dado un ataque al corazón). Sucede entonces que asiste a discursos contradictorios: los que les proporcionamos nosotros, sus padres, y los opuestos, provenientes de los relatos de iguales consumidores.

Ahora nuestro hijo puede situarse en una **encrucijada personal**: ¿sigo o no sigo? Los demás (consumidores) persisten en la ingesta de drogas, ya sea en fin de semana —lo más frecuente—, ya sea entre semana —los menos—... ¿y él?

SUGERENCIA



Si se produjera la circunstancia de que nuestro hijo nos dijera que ha probado el tabaco, el alcohol o el cannabis, o que se lo ofrecen ocasionalmente, procuremos no mostrarnos severos o punitivos. Probablemente el adolescente haya hecho un gran esfuerzo al confiar en nosotros.

La actitud más adecuada es la de serena escucha y abierto interés por las experiencias por las que está pasando nuestro hijo. Evitemos alarmarnos o adoptar medidas drásticas (como prohibirle salir con determinadas personas o ir a determinados sitios). Tiempo habrá para adoptar medidas más protectoras.

Brindémosle nuestro apoyo y comprensión. Es bueno darle algún consejo u orientación, pero de forma relajada y calmada. De esta manera es más probable que en lo sucesivo acuda a nosotros cuando tenga dudas o algo le preocupe.

4. El consumo problemático. Algunos adolescentes, más allá de probar las drogas o consumirlas de forma excepcional, lo frecuentan como un elemento más de diversión y cohesión grupal. Poco a poco, sin apenas sentirlo, el consumo va ocupando más espacio en sus vidas y, con ello, va aumentando la dimensión del riesgo.

Existen algunos síntomas que deben hacernos estar más atentos a las vidas de nuestros hijos adolescentes ya que podrían significar la aparición de problemas. Tengamos claro que es la suma de síntomas, y no la aparición esporádica de uno o varios, lo que debe inducirnos a hablar con nuestro hijo, sin alarmas prematuras. Debemos diferenciar entre «esas manifestaciones de búsqueda de identidad del adolescente» y un comportamiento problemático de consumo. En definitiva, lo que nos debe inquietar es el conjunto de su persona y su vida.

- Incremento de las necesidades económicas.
- Utilización de la mentira de forma habitual (en particular respecto a las salidas con sus amigos).
- Trastornos en el ritmo sueño-vigilia.
- Deterioro de la comunicación familiar.
- Fracaso en el rendimiento escolar (absentismo, desmotivación, brusca caída de las calificaciones).
- Pérdida de apetito.
- Deterioro físico (halitosis, pupilas dilatadas, enrojecimiento de los ojos, somnolencia, cansancio persistente, pérdida de peso).
- Cambios de comportamiento y carácter.
- Nuevas amistades misteriosas sobre las que se niega a hablar.
- Pequeños hurtos.
- Progresiva falta de interés en las actividades cotidianas.

TENGAMOS CLARO QUE...

- Los primeros consumos suelen tener un carácter experimental. En muchos casos, los primeros consumos no trascienden de la experimentación pero, en otros, el consumo se puede hacer habitual y problemático.
- Si consideramos que en nuestro hogar puede haber un consumo problemático de drogas, el principio de nuestra actuación ha de ser la prudencia.
- El diálogo, el afecto incondicional y los límites, junto con una buena información sobre drogas, son las herramientas indispensables para abordar un problema asociado al consumo en nuestros adolescentes.
- Si vemos que el consumo es muy problemático, debemos buscar ayuda y motivar positivamente hacia el tratamiento.
- En nuestro país existe una gran diversidad de recursos para atender de forma específica los problemas derivados del consumo de drogas. Para más información:

**Teléfono de información y orientación sobre drogas
900FAD**

900 16 15 15