

## Alejar a los niños y a los jóvenes de las drogas - Diario de Mallorca

- ¡Guerra al cannabis! Exclamó en una conferencia delante de 1.200 personas el Dr. Miguel Lázaro, experto psiquiatra, conocedor de que este es el origen de muchas enfermedades mentales, especialmente brotes psicóticos en la adolescencia, y el motivo de que una gran parte de las personas estén actualmente en los...



Diario de Mallorca

jóvenes enfermedades Niños Drogas

<https://www.diariodemallorca.es/opinion/2023/02/17/alejar-ninos-jovenes-drogas-83078986.html>

Antoni Ballester

Viernes, 17 febrero 2023

¡Guerra al cannabis! Exclamó en una conferencia delante de 1.200 personas el Dr. Miguel Lázaro, experto psiquiatra, conocedor de que este es el origen de muchas enfermedades mentales, especialmente brotes psicóticos en la adolescencia, y el motivo de que una gran parte de las personas estén actualmente en los hospitales psiquiátricos y, por supuesto, en los centros penitenciarios.

La droga es para perdedores. El libro de Al Ries y Jack Trout Las 22 leyes inmutables del marketing dice que si se hiciera una campaña publicitaria con el mensaje: «La droga es para perdedores», tendría una gran repercusión; especialmente, en el consumidor por diversión, a quien le preocupa más el estatus social que «colocarse». Si nosotros, como adultos, hacemos llegar un mensaje similar a los niños desde que son pequeños, si les enviamos un mensaje fuerte, directo, coherente con nuestras acciones y continuado en el tiempo, las probabilidades de que lleguen a consumir drogas se irán reduciendo.

Una de las mayores dificultades referidas a la droga con la que se encuentran los adolescentes es la presión que hace el grupo de compañeros o amigos, y que puede llevarlos a iniciarse a edades muy tempranas para no sentirse excluidos del grupo. La iniciación en el mundo de las drogas suele ser a través de los porros, la marihuana o maría. Pero, a veces, también consumen otros tipos de droga.

## **Informar desde pequeños.**

Se debe informar a los niños sobre qué es la droga desde pequeños, y se debe hacer de forma clara y honesta, explicándoles qué tipo de sustancias son y qué efectos tienen en el cuerpo. Hay que explicarles qué pasa cuando se toman y los síntomas que producen, tanto físicos como mentales, y hacerles entender que dañan el funcionamiento cerebral y el sistema nervioso. También conviene avisar de las consecuencias que puede tener la droga como problema social y dentro de la familia: nerviosismo, trastornos psicológicos, exclusión social, enfermedades psiquiátricas y físicas e, incluso, la muerte.

## **Los síntomas de las drogas.**

Los síntomas que las **drogas** pueden provocar dependen del tipo de droga que se consuma. Los padres o familiares podemos saber si nuestro hijo consume, por ejemplo, marihuana —que suele ser la droga con la que se inician— hachís u otras sustancias que contienen **cannabis** si tiene momentos de euforia, si presenta los ojos rojos, si muestra ansiedad, sequedad en la boca, si su ropa huele a hachís, si tiene la punta de los dedos de color amarillo, etc. Es en estos momentos cuando tenemos que pedir ayuda inmediatamente al centro de salud. No podemos ignorar el asunto. Es necesario actuar rápidamente, prevenir e ir en la dirección correcta. Así, a corto y medio plazo, veremos los resultados. Es un error pensar que lo podemos controlar solos. Hay que pedir ayuda y solucionar el problema.

Recuerda que la mejor prevención para evitar las **drogas** es la educación en valores, la comunicación sana y positiva con tu hijo, la creación y el mantenimiento de vínculos sanos y positivos desde los inicios de su niñez.

## **Cómo actuar en familia.**

La familia, en estos casos, es fundamental. La persona que ha caído en la **drogodependencia** y en otros tipos de **adicciones** necesita toda la comprensión y todo el apoyo de su familia y también la exigencia de hechos. Es muy fácil decir y prometer, pero es más difícil hacer. La familia tan pronto como detecta el problema, enseguida, debe buscar ayuda, no puede arreglarlo sola. Buscando ayuda especializada cuanto antes y yendo en la dirección correcta, probablemente, atajará el problema. Actuar en el inicio es importantísimo, si se deja pasar el tiempo, aunque sea poco, será mucho más difícil poner solución. En el centro de salud más cercano hay buenos médicos, enfermeros o psicólogos profesionales a quienes pedir ayuda ya que saben en qué dirección ir. Si se va en la dirección correcta, se obtendrán buenos resultados a medio plazo. Probar una cosa u otra sin el asesoramiento especializado «a ver si funciona» no da más que dificultades y retrasa, complica y aumenta muchísimo el problema.

## **No, yo esto no lo tomo.**

Es imposible crear una burbuja alrededor de nuestros hijos que evite que lleguen a entrar de forma más o menos directa en las **drogas**. Se las van a encontrar y se las van a ofrecer. Por eso, lo más importante es que sepan decir «No, yo esto no lo tomo». ¿Cómo podemos lograr esto? Pues, poco a poco. Hay que aprovechar, por ejemplo, las situaciones que se producen en nuestro entorno día a día

desde que los niños son pequeños y dar la información de manera intermitente, no toda o mucha a la vez. Hoy mismo ha salido en televisión una redada de la policía. Es un buen momento para comentarlo. También pueden utilizarse las noticias del periódico o de la radio, los artículos o comentarios donde se hable de ello. Es en estas ocasiones cuando tienes que aprovechar para dialogar con tu hijo. Si la conversación ha sido a raíz de una noticia del diario, luego puedes dejarlo abierto por la página de la noticia encima de la mesa de la sala de estar. Probablemente, el niño lo verá y constatará el peligro que las **drogas** suponen.

### **Conclusión.**

Es muy importante anticiparse, con la prevención en la mayor parte de los casos el problema ya no se presenta. Conviene encaminar a sus hijos y estudiantes hacia el diálogo educativo, según sus intereses y los valores sanos positivos de sus preferencias, en el deporte, la música, el cómic, el teatro, la mecánica, los animales, humanidades, ciencias, jardinería, pintura, cocina, danza... es decir, aquello para lo que han nacido y les gusta. Impulse su talento sea cual sea su edad, ya que llevar adelante su pasión es contraria a las **drogas**. No hay nadie que no sirva para nada. Cada persona tiene su luz, solo se trata de encontrarla.