



DE LA LUCHA CONTRA EL USO INDEBIDO Y EL TRÁFICO ILÍCITO DE DROGAS 26 DE JUNIO

¿CONOCES LOS EFECTOS NOCIVOS PARA LA SALUD?

1. Falta de criterio. Es decir, no eres capaz de dar una opinión coherente, afectando tus relaciones sociales y personales.
2. Actividad sexual; relaciones sexuales de alto riesgo y embarazos no deseados.
3. Trastornos psicológicos: complica o aumenta el riesgo de desórdenes de salud mental, tales como la depresión, insomnio, pesadillas, esquizofrenia, trastornos paranoides y brotes psicóticos.
4. Trastornos en la salud: problemas respiratorios, cardiovasculares y de presión arterial, así como desajustes en el sistema inmunológico, lo que propicia ser vulnerable a enfermedades e infecciones.
5. Entorpecimiento de habilidades motoras, tal como conducir en estado de ebriedad o bajo el efecto de alguna sustancia ilícita.
6. Cambios en el rendimiento escolar. Afecta el rendimiento académico.
7. En mujeres embarazadas: puede ser un factor para el nacimiento de bebés prematuros o abortos espontáneos.
8. La muerte.

¿CÓMO PUEDO PREVENIR EL CONSUMO DE DROGAS?

Como padre de familia, usted tiene una gran influencia sobre la decisión de su hijo de no consumir tabaco, alcohol o drogas.

1. Interactúe con sus hijos, hable y escuche las necesidades y expectativas que tienen en la vida.
2. Ayude a su hijo a tomar buenas decisiones y a tener buenos amigos.
3. Enséñele a su hijo diferentes formas de decir "no".
4. No fume tabaco ni consuma otras drogas, recuerde que usted es el ejemplo de sus hijos.
5. Entérese de la información sobre los efectos nocivos de las drogas.
6. Corrija cualquier creencia errónea que su hijo pueda tener, tales como:
"Todo el mundo bebe".
"La marihuana no hace daño".
7. Evite ver en casa programas de TV, películas y videojuegos que incitan al consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.



La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la droga como cualquier sustancia natural o sintética capaz de alterar y/o modificar la actividad psíquica, emocional y el funcionamiento del organismo.