

¿CÓMO SABER SI TU HIJO ESTÁ CONSUMIENDO? SEÑALES CLARAS

Cambios de comportamiento

Estos cambios, que suelen ser los primeros indicios de un problema, pueden ser difíciles de reconocer al principio, ya que se dan gradualmente y pueden confundirse con simples cambios típicos de la adolescencia.



AISLAMIENTO SOCIAL

Puede que tu hijo antes se uniera a las reuniones familiares o saliera a jugar con amigos, pero ahora se muestra distante y prefiere pasar tiempo solo o con un grupo reducido de personas.



ALTERACIONES EMOCIONALES

Un adolescente que antes era equilibrado en su actitud puede volverse más agresivo o, al contrario, mostrarse apático, sin interés en cosas que antes disfrutaba.



PROBLEMAS EN EL RENDIMIENTO ESCOLAR

-Si antes tu hijo era responsable con sus estudios, pero de repente comienza a sacar malas notas o a faltar a clases, esto podría estar relacionado con el consumo de sustancias.

Cambios físicos

El cuerpo de tu hijo puede responder de manera evidente a las sustancias, y estos cambios pueden reflejarse en su apariencia, energía o hábitos diarios. Aunque algunos de estos cambios pueden ser sutiles al principio, otros pueden ser más notorios.

CAMBIOS EN EL PESO

Tu hijo puede empezar a mostrar signos de adelgazamiento o, al contrario, tener un aumento inusual de peso, lo que puede estar relacionado con el consumo de sustancias.



CAMBIOS EN LA ENERGÍA

Si tu hijo parece estar más cansado de lo normal, incluso después de descansar, o duerme durante el día de forma inusual, esto puede ser un signo de que está consumiendo.



CAMBIOS EN APARIENCIA PERSONAL

Un adolescente que siempre estaba bien cuidado y con ropa limpia puede empezar a descuidarse y mostrar signos de falta de higiene personal.



¿QUÉ HACER CUÁNDO DESCUBRES QUE TU HIJO CONSUME?

1



ESCOGE EL MOMENTO ADECUADO

Busca un momento de calma, sin distracciones, donde los dos podáis hablar con tranquilidad. Así tu hijo se sentirá más dispuesto a abrir su corazón y compartir lo que está viviendo.

2



HABLA DESDE LA COMPRENSIÓN

Recuerda que, aunque esta situación te genera un dolor inmenso, lo peor que puedes hacer es juzgar o culpar a tu hijo, que no necesitas reproches en este momento, sino comprensión.

3



ESCÚCHALO, LO NECESITA

Sabemos que probablemente tu hijo está viviendo una lucha interna que no ha compartido, y en este momento lo más importante es que cuente contigo.

4



BUSCA AYUDA PROFESIONAL

Un tratamiento de adicciones adecuado puede ofrecerle a tu hijo las herramientas y el acompañamiento necesario para superar esta situación.

5



RECUERDA CUIDAR DE TI MISMO

Tu bienestar es tan importante como el de tu hijo. Sabemos que te sientes mal e incluso culpable, pero recuerda que no puedes cuidar a otros si no te cuidas a ti mismo primero.

SERVICIO PROFESIONAL

**Tratamiento en centros de
desintoxicación en España.**

