

QUE EL TEMA NO SEA TABÚ: HABLA CON TU HIJO DE LAS DROGAS

COMUNICACIÓN EFECTIVA: TU MEJOR HERRAMIENTA



- **Empieza temprano:** Habla desde pequeños, adaptando el mensaje a su edad.
- **Escucha sin juzgar:** Fomenta la confianza y comparte información objetiva.
- **Crea un vínculo:** Si se siente escuchado, acudirá a ti ante dudas y problemas.

PROTECCIÓN VS. CONTROL EXCESIVO

Vigilancia adecuada:

- Saber dónde están, con quién y qué hacen.
- Basada en la confianza, no en la invasión.

Control excesivo:

- Invade la privacidad.
- Puede generar rebeldía y rechazo.



ENCUENTRA EL EQUILIBRIO

- Establece límites claros.
- Aplica consecuencias consistentes.
- Respeta su autonomía en crecimiento.



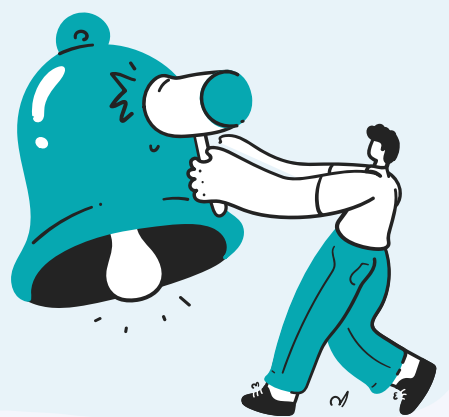
¿TU HIJO ESTÁ CAMBIANDO... O HAY ALGO MÁS?

PRIMERO, UNA ADVERTENCIA IMPORTANTE

TEN EN CUENTA QUE:

Una señal por sí sola NO indica un problema con las drogas.

La adolescencia es una etapa de muchos cambios. Pero **varias señales juntas, o cambios extremos y repentinos**, sí merecen atención.



ALERTA CON LOS CAMBIOS FÍSICOS

Los signos visibles suelen ser los primeros. Presta atención si observas:

- Ojos enrojecidos o pupilas dilatadas.
- Cambios bruscos en el sueño
- Descuidos en la higiene personal
- Olores inusuales en ropa o aliento
- Temblores o movimientos repetitivos
- Aumento o pérdida de peso
- Marcas en la piel o moretones
- Sangrados o congestión nasal frecuente



CAMBIOS EMOCIONALES

Algunas actitudes pueden ser parte del crecimiento... otras, una alerta:

- Aislamiento repentino
- Nuevas amistades sospechosas
- Secretismo y defensividad
- Pérdida de interés en lo que antes disfrutaba
- Bajón repentino en el colegio
- Cambios extremos de humor
- Mentiras frecuentes sobre dónde estuvo
- Desaparición de dinero u objetos

