

## Mi hijo va con amigos que fuman...; ¿que debería hacer?

Es importante diferenciar los amigos *que no nos gustan* para nuestros hijos, los que *creemos* que no les convienen y los que no les convienen por motivos objetivos. Los adolescentes tienen que relacionarse con distintos grupos de amistades y los padres pueden facilitar que esto sea así.

En cualquier caso, de forma general, es importante no prohibir la relación con estos amigos, ya que puede aumentar el deseo de nuestro hijo a estar con ellos.

Por otro lado, hay que enseñar a nuestros hijos a tomar decisiones libremente. Esto puede implicar que decidan cosas que no nos gustan.

En un mismo grupo puede haber distintas formas de relacionarse con el tabaco (o cánnabis) y deben ser respetadas entre los miembros del grupo.

En el caso de que no se quiera consumir hay que reforzarlo. Se es igual de persona consumiendo que sin hacerlo, y el respeto en el grupo se debe ganar con aspectos más profundos que consumiendo. A pesar de que los consumos son en grupo, las decisiones deberían ser individuales.

Si el hecho de fumar o no es la única característica de un grupo, hay que profundizar en qué tipo de actividades hacen, así como facilitar el acercamiento encontrando, nosotros, espacios de relación con los amigos o amigas.

### **¿Qué podemos hacer?**

Se puede influir en sus consumos más allá del hecho de que tomen o no. Los padres y madres piensan en abstinencia y los hijos en experimentar.

Es más interesante influir en los mecanismos que ellos pueden activar para minimizar los riesgos asociados:

- Fomentar el pensamiento crítico, la autonomía y la responsabilidad
- Educar en valores y habilidades sociales
- Reforzar la autoestima
- Implicarlos en las decisiones y bienestar de la familia
- Ser críticos con el consumo adulto
- Ofrecer y practicar distintos modelos de ocio

### **¿Qué puede indicarnos que estamos ante un consumo?**

Para detectar consumos podemos fijarnos en los signos físicos: ojos rojos, olor a tabaco, hilaridad.... **No recomendamos los test de detección de tóxicos**, pues pueden romper los pactos de confianza y convivencia.

Si nuestro hijo o hija se relaciona con gente que consume y nos preocupa que él o ella también lo pueda hacer, podemos prestar atención a estos síntomas:

- Cambios bruscos de comportamiento
- Disminución del rendimiento escolar
- Gastos o ingresos económicos no justificables
- Mala comunicación en casa
- Valoraciones excesivamente positivas de las drogas
- Mentiras relevantes sobre lo que hace en su tiempo libre

Estos síntomas pueden indicar que hay consumo, aunque hay que tener en cuenta que son muy poco específicos. Pueden ser propios de las dificultades de la edad adolescente o tener otras causas médicas, psicológicas o sociales.

#### **Para saber más:**

- <http://www.energycontrol.org>
- <http://www.drogomedia.com/>
- <http://www.hablemosdedrogas.org/es/home>
- <http://www.pnsd.msc.es/>
- <http://www.lasdrogas.info>

---

**Fecha de publicación:** 2-03-2013

#### **Autor/es:**

- [Fernando Caudevilla Gálligo](#). Médico de Familia. Experto Universitario en Drogo-dependencias. Agencia para la Reeducación y Reinserción del Menor Infractor. Comunidad Autónoma de Madrid. Madrid
- [Víctor Galán Amador](#). Antropólogo Social. Educador. Proyecto Energy Control – Asociación Bienestar y Desarrollo. Barcelona

