

un equilibrio saludable

¿Sabía usted que su Programa de asistencia a los empleados (EAP, por sus siglas en inglés) podría ayudarle?

Los adolescentes y el alcohol: ¿Es “bebida social” o es una adicción grave?

El alcohol es la droga de la que más se abusa en los Estados Unidos. Y aunque muchos adolescentes pueden “simplemente decir no” a las drogas ilegales, los estudios demuestran que más del 90 por ciento de los estudiantes en el último año de la enseñanza secundaria han probado el alcohol. Las fiestas de cerveza han llegado a ser aceptadas como parte de la cultura de la escuela secundaria y beber alcohol se ha considerado desde hace mucho tiempo como uno de los ritos iniciáticos de la vida adulta. Pero con mucha frecuencia, lo que parece una diversión inocente de que los “niños siempre son niños” en realidad puede ser peligroso e, incluso, mortal. Los padres deben tomar conciencia de los signos del consumo de alcohol en los adolescentes y deben estar preparados para abordar los problemas y, de ser necesario, obtener ayuda para sus hijos.

¿Qué tiene de malo la bebida social?

Conducir alcoholizado es la amenaza más inmediata que el alcohol representa para los adolescentes. Las fiestas de graduación con frecuencia se convierten en una tragedia para los adolescentes que no se dan cuenta de qué manera el alcohol puede afectar su juicio y hacer más lentas sus reacciones. Esto también puede hacer que el bebedor actúe en una forma que luego lamentará. Mientras está bajo la influencia del alcohol, un adolescente puede comenzar una pelea con un amigo o tener sexo sin protección, dos actos de los cuales se arrepentirá cuando esté sobrio.

Existen más riesgos si la “bebida social” de su hijo se transforma en un problema de bebida continuo. La bebida a largo plazo puede dañar el hígado, los riñones, el corazón y el cerebro. A medida que su hijo crece, también puede ser más difícil o imposible que obtenga un trabajo o mantenga su matrimonio.

¿Qué debo hacer?

Si sospecha que su hijo bebe alcohol, intente no enojarse ni hacer acusaciones. Por ejemplo, si vuelve a casa borracho, espere a la mañana siguiente para discutir el tema. Crear polémica probablemente hará que su hijo adolescente se ponga a la defensiva y se rebele. En lugar de eso, explíquelo que está muy preocupado por su salud y su seguridad y que desea ayudarle. Explíquelo los riesgos de la bebida y ofrézcale su comprensión y su apoyo. Escuche las inquietudes de su hijo adolescente. Muchos adolescentes simplemente tienen miedo de que al rechazar la bebida se conviertan en marginados de la sociedad.

¿Qué sucede si sospecho que existe una adicción más grave?

Si cree que su hijo adolescente puede tener un problema con la bebida, obtener ayuda ahora podría salvar su vida.

Los investigadores médicos piensan que, en algunos casos, el alcoholismo puede ser hereditario. Ya sea verdad o no, existen muchas familias en las que varios miembros tienen un problema con la bebida. Esto puede complicar la situación si su hijo también se convierte en un alcohólico. En casos como éste, culpar a un padre alcohólico puede ser tan poco beneficioso como ignorar el problema.

Independientemente de la situación de su familia, proponga que toda la familia busque la ayuda de una organización como Alcohólicos Anónimos o Al-Anon, que es para miembros de la familia que no beben.

Ayudar a las familias con problemas de bebida y abuso de alcohol en adolescentes es sólo una de las formas en que su EAP puede ayudar a sus miembros. Para obtener más información, llame a su EAP en forma confidencial cualquier día, en cualquier momento, para obtener ayuda, recursos o una remisión para ayudarle a resolver sus inquietudes.

—problema—

resuelto