



PERÚ

Ministerio
de Educación

¡Protegiendo a nuestra familia!



**Cartillas autoinstructivas
para padres de familia**

**PROGRAMA DE PREVENCIÓN
DEL USO INDEBIDO DE DROGAS**

PROYECTO AD/PER/97/B14



DEVIDA
Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas



NACIONES UNIDAS
Oficina contra la Droga y el Delito



ALTA DIRECCIÓN

JAVIER SOTA NADAL
Ministro de Educación

IDEL VEXLER TALLEDO
Viceministro de Gestión Pedagógica

ROBERTO CORNEJO KLÄSCHEN
Secretario General

PERSONAL DIRECTIVO Y TÉCNICO

Francisco Javier Marcone Flores
Jefe de la Oficina de Tutoría y
Prevención Integral

María Leovina Meléndez Mendoza
Jefa de la Unidad de Prevención Integral

Pedro Alberto Rivera Torres
Coordinador Técnico Nacional

Johana Pomajambo Pérez
Gloria Patricia Malpartida Antón
Elaboración

Felipe Arturo Jaramillo Delgado
Julio César Vargas Najjar
Erika Reategui Tomaguilla
Marco Torres Ruiz
Carmen Flores Rosas
Eloy Flores Huerta
Arturo Manrique Guzmán
Wilmer Ponce Rodríguez
Sonia Elisa Sotelo Quispe
Equipo Técnico del Programa

Pedro Millán Hinostrozo
Carmen Cavero Prado
Colaboración

Factores protectores contra el consumo de drogas

¿Qué son los factores protectores?

Son aquellas características y situaciones internas o externas que permiten que tu hijo/a enfrente exitosamente los problemas.



Se clasifican en:

- **Factores protectores personales:**

Son características del individuo que lo protegen de caer en el consumo de drogas. Ejm: posee metas y sueños en la vida.



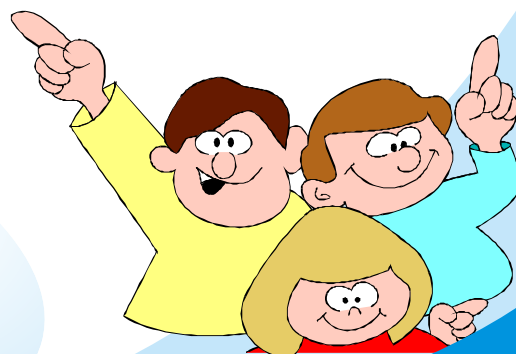
- **Factores protectores familiares:**

Son las relaciones, situaciones y vínculos entre los miembros del hogar que protegen a tu hijo/a del consumo de drogas. Ejm: diálogo constante con cada uno de los

- **Factores protectores sociales:**

Son los relacionados a su entorno vecinal y comunitario que protegen a tu hijo/a de consumir drogas. Ejm: las ronda vecinales

Favorecer el desarrollo de aspectos personales, familiares y sociales fortalece la capacidad del individuo para hacer frente a los cambios y riesgos de la sociedad.



Recomendaciones

¿Cómo puedes lograr que tu hijo/a desarrolle factores protectores?



- Si te preocupas por su desarrollo personal,
- Si te relacionas bien con ellos,
- Si le brindas seguridad y confianza
- Si le permites relacionarse adecuadamente con los demás.
- Si estás dispuesto a

¿Por qué es importante fortalecer los factores protectores en tus hijos?

Porque los factores de protección, evitan que tus hijos consuman drogas.

Es importante reconocer que nosotros no podemos estar las 24 horas del día con nuestros hijos, por lo que es necesario desarrollar en ellos habilidades que



Factores protectores personales

RELACIONADOS AL JOVEN

Son características propias que posee tu hijo/a y aumentan su probabilidad de **NO** consumir drogas.

¿Cuáles son estas características?

- Posee una **AUTOESTIMA POSITIVA**; es decir posee sentimientos y pensamientos positivos de sí mismo.
- Mantiene relaciones adecuadas y satisfactorias con chicos de su edad.
- Posee una visión positiva de su futuro.
- Es responsable de su comportamiento.
- Tiene capacidad para tolerar y manejar adecuadamente las frustraciones.



También es importante:

- Ser asertivos, es decir, tener la capacidad para comunicar sus emociones, sentimientos y pensamientos adecuadamente.
- Habilidad para tomar decisiones y solucionar problemas.
- Poseer metas y sueños para su futuro.
- Satisfacción en sus estudios escolares.
 - Hacer un adecuado uso de su tiempo.
- Practicar permanentemente un deporte o actividad artística.



Recomendaciones



¿Cómo puedes ayudar a tu hijo/a a desarrollar estos elementos?

Por ejemplo:

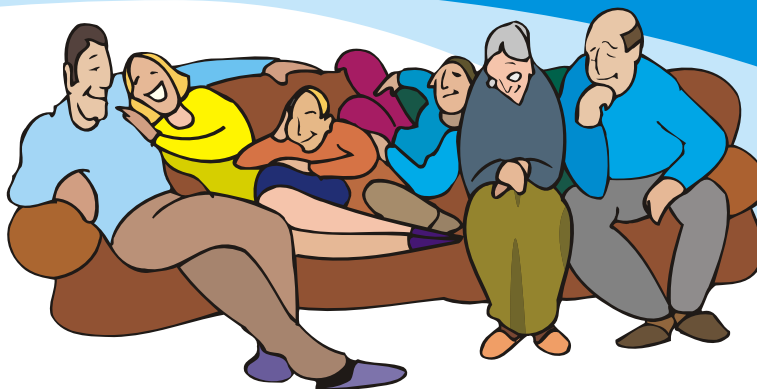
- ← Muéstrate afectuoso y conversa con él/ella, esto generará sentimientos positivos y aumentará su autoestima.
- ← Permítele expresar sus opiniones y sentimientos positivos o negativos, lo que le enseñará a ser más asertivo.
- ← Ayúdale a desarrollar hábitos adecuados para el estudio, desarrolla con él/ella un horario de

También:

- ← Expresa tus deseos y expectativas positivas sobre su futuro, por ejemplo: "yo estoy seguro que tú vas a lograr todo lo que te propongas en la vida".
- ← Cuando se le presente algún problema, Tu no lo resuelvas, si él/ella puede hacerlo enséñale a elaborar una serie de alternativas de solución ante el problema y a escoger la alternativa posible de realizar.
- ← Enséñale a tu hijo/a a darse cuenta de lo que dice y hace, y sobre todo enséñale asumir las consecuencias de sus actos.
- ← Ayúdale a que tenga éxito en las cosas que emprende, anímalo/a aunque no te guste. Por ejemplo: si le gusta cantar.
- ← Bríndale una adecuada información de los efectos dañinos de las



Factores protectores familiares



Relacionados a la Familia

Estos factores son situaciones relacionadas a la organización y funcionamiento de tu familia que favorecen a que tu hijo/a NO consuma drogas.

¿Cuáles son las situaciones familiares que desarrollan elementos de protección?

- **La unión e integración y los lazos de afecto entre los miembros del hogar.**
- **Comunicación fluida y espontánea con tu hijo/a .**
- **Respeto por las características particulares de cada miembro del hogar.**
- **Permitir la autonomía y toma de decisiones de tus hijos, estableciendo normas y ejerciendo disciplina.**
- **Estimula el uso adecuado del tiempo.**
- **Brindándole modelos de vida positivo; que practican valores y conductas**



La familia como núcleo más importante de la sociedad, es el espacio donde tu hijo inicia su vida y donde va a satisfacer sus necesidades básicas de alimentación, seguridad y afecto; por eso, es importante desarrollar lazos entre los miembros del hogar. Tu actuación como padre y madre es básica par

Recomendaciones

¿Cómo puedes favorecer el desarrollo de estos factores en tus hijos/as?



Principalmente:

- Estimulando y luchando por mantener la comunicación familiar, entendida como un medio para brindar confianza y respeto a tu hijo/a.
- Brindándole la oportunidad de compartir tareas del hogar.
- Entendiendo sus puntos de vista aunque a veces sean contrarios a los tuyos.

Otras pautas para desarrollar factores de Protección en tus hijos:

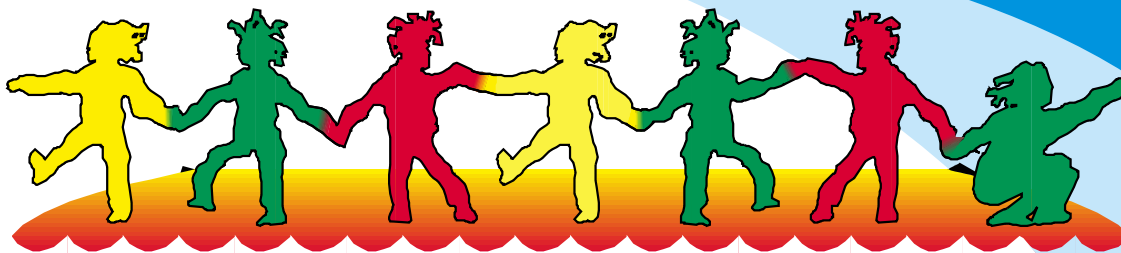
- Come con tu familia por lo menos una vez al día.
- Utiliza frases como: “te quiero mucho”, “eres lo más importante para mí”, etc.; abrázalo y acostúbralo a saludarte con un beso.
- Está dispuesto en todo momento a brindarle consejo y consuelo.



- Participa activamente en el éxito escolar de el/ella, conversa con sus profesores sobre sus avances o dificultades, siempre que te pidan ayuda bríndasela. Ayúdale siempre a encontrar una respuesta a sus preguntas.

- Conoce el nombre, procedencia y teléfonos de los amigos más cercanos de tus hijos.
- Actúa como un buen modelo del empleo positivo del tiempo libre, ejemplo: practica algún deporte, mantén una conversación agradable con tus amigos sin drogas

Factores protectores relacionados al medio social



Relacionados al medio social

Son condiciones del entorno o medio que rodea a hijo/a que aumentan sus posibilidades de NO consumir drogas.

¿Cuáles son estas condiciones?

- Instituciones que permiten al joven involucrarse con la comunidad.
- Cuenta con un grupo de amigos con estilos de vida saludables.
- Los miembros del barrio se respetan y cuidan entre sí.
- La comunidad se preocupa de desarrollar acciones de control sobre la venta de drogas legales e ilegales.
- Establecimiento de redes de apoyo social (comisarías, colegios, parroquias, centros de salud, etc).

¿Qué otros factores podemos mencionar?

- Los vecinos y las instituciones realizan acciones preventivas.
- Una comunidad informada y sensibilizada a través de talleres, conferencias, video foros y campañas masivas en medios de comunicación, sobre el tema del alcohol y otras drogas.
- Una comunidad que promueve alternativas frente a los estilos de vida, asociados al consumo de bebidas alcohólicas.

Por ejemplo:

- Fiestas sanas, donde se pueda

No debemos esperar un desastre natural para unirnos en esfuerzos colectivos, sino que el problema de las drogas atenta principalmente contra la salud e integridad de nuestros hijos/a.



Recomendaciones

¿Cómo puedes desarrollar estos factores en tu comunidad?



FOMENTANDO:

- La creación de comités de participación comunal.
- La organización de grupos de teatro, música, festivales y concursos.
- El desarrollo de destrezas y habilidades para niños, jóvenes y adultos.
- Reforzando los valores: solidaridad, respeto, responsabilidad.



También debes facilitar la participación de tu hijo/a en:

- Clubes donde se fomente el deporte, la participación, disciplina y el compromiso social.
- En el desarrollo de actividades vecinales. Ejm: sembrado de árboles, limpieza de la cuadra, etc.

La comunidad es una herramienta poderosa para enfrentar el problema de las drogas. Los factores protectores del medio social están relacionados con el poder de los grupos y de la comunidad para movilizar redes de solidaridad en beneficio

También puedes:

- Brindarle alternativas como visitas, paseos, excursiones.
- Darle a conocer las realidades de otras comunidades; y hablarle de situaciones como: pobreza, guerra, etc.
- Vigilar y luchar por una vecindad sin venta de drogas. Si existen lugares de venta cerca de tu casa o en tu barrio, denuncia al vendedor y organiza con otros adultos rondas vecinales para



Protegiendo a nuestra familia

CARTILLA N° 7

- **¿Qué son los factores protectores?**
- **Factores protectores personales**
- **Factores protectores familiares**
- **Factores protectores sociales**

DISTRIBUCIÓN GRATUITA