



4.5 FAMILIA  
¡CONEXIÓN!

**PARA LOS FAMILIARES:**

Su hijo está aprendiendo acerca de los efectos del alcohol en los niños, los adolescentes y los adultos. Use este momento para mantener una conversación con su hijo acerca de los peligros de consumir alcohol y para hablar sobre maneras en las que él o ella puede evitar consumirlo en el futuro.

# Alcohol: Mi propia historia

## ALCOHOL: LO QUE PUEDE HACER

RECUERDA QUE EL ALCOHOL ES UNA DROGA ILEGAL PARA LOS NIÑOS Y LOS ADOLESCENTES POR UN MOTIVO. LOS CEREBROS, LOS ÓRGANOS Y LOS CUERPOS DE LOS NIÑOS TODAVÍA SE ESTÁN DESARROLLANDO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTAS ETAPAS CRUCIALES PUEDE TENER EFECTOS DE GRAN ALCANCE.

ALGUNOS EFECTOS TEMPORARIOS PUEDEN SER:

- dificultad para ver y/u oír
- dificultad para pensar con claridad
- confusión
- malas decisiones
- náuseas, vómitos y/o dolor de cabeza

LOS EFECTOS A LARGO PLAZO PUEDEN CAUSAR DAÑOS PERMANENTES EN EL DESARROLLO, COMO POR EJEMPLO:

- déficits de vitaminas
- falta de apetito
- pérdida de memoria
- alcoholismo
- daño al corazón y/o al sistema nervioso central
- cirrosis o cáncer del hígado
- sobredosis
- muerte

### ¡HAGÁMOSLO!

Hablemos acerca de los efectos del alcohol en los adultos, los adolescentes y los niños. Luego decidiremos algunas cosas que puedes decirle a alguien que te pide que bebas alcohol.

Cuando los adultos beben alcohol ¿cuáles son algunos de los efectos?

---

---

---

---

Cuando los adolescentes o los niños beben alcohol ¿cuáles son algunos de los efectos?

---

---

---

---

Supongamos que alguien te acaba de ofrecer o te retaron a beber alcohol. ¿Cuáles son algunas cosas que puedes hacer o decir?

---

---

---

---