

## PREVENÇÃO AO USO DE DROGAS

### 1) O QUE É PREVENIR O CONSUMO DE DROGAS?

É ajudar os filhos a criarem resistências ao seu consumo, de modo a se deixarem tentar.

### 2) PODEM OS PAIS AJUDAR A PREVENIR O CONSUMO DE DROGAS?

Sim. Podem e devem.

### 3) COMO PODE AJUDAR OS SEUS FILHOS A CRIAREM ESSAS RESISTÊNCIAS?

Educando os filhos num ambiente de amor, respeito e confiança. Uma família saudável é aquela que aceita o diálogo, que se movimenta numa atmosfera de entajuda e onde se resolvem os conflitos com compreensão e sem ressentimentos. Num ambiente de estabilidade e comunicação os filhos desenvolvem valores individuais e a autoconfiança necessária para resistir às solicitações e tentações.

### 4) O QUE PODE FAZER MAIS?

Dar aos filhos informações úteis sobre a droga. Para o fazer tem que estar informado o que não quer dizer que tenha que ser especialista, mas apenas ter os conhecimentos suficientes para poder conversar com os filhos. Muitos pais só começam a conversar sobre esses problemas quando os filhos já consomem drogas e aí... Pode ser tarde! Viver de forma que os valores materiais não se sobreponham aos espirituais.

### 5) E QUANDO OS PAIS ESTÃO SEPARADOS?

Nesses casos, quer o filho viva com a mãe ou com o pai, é muito importante que aquele com quem o filho NÃO VIVE se sinta igualmente responsável pelo seu desenvolvimento AFETIVO. É necessário estar DISPONIVEL para apoiar o filho, acompanhando seu crescimento.

### 6) MAS FALAR QUANDO?

Antes que o problema surja. Durante a instrução primária é provável que o seu filho já tenha ouvido falar sobre droga. É possível que o que ele sabe não esteja certo ou, pior que isso, que não se aperceba dos perigos resultantes do seu consumo. É importante que esteja preparado para informá-lo, conversando com ele, logo desde muito pequeno.

### 7) MAS FALAR COMO?

Não deve forçar as coisas, nem provocar discussões precipitadas.

Aborde o assunto com NATURALIDADE e COMPREENSÃO de forma que o filho se sinta interessado na conversa. Conversar com os filhos SOBRE QUE ASSUNTO FOR, é BOM!

INFORMA-LOS SOBRE OS PERIGOS DAS DROGAS É ESSENCIAL

Pode dizer-lhe que as drogas o IMPEDE de ter uma vida saudável

Que quando se começa é difícil voltar atrás para não se correr o' risco de ser um tóxico-dependente, DIGA NÃO AO CONSUMO DE DROGAS!

Que as drogas conduzem a uma vida rotineira e desinteressante.

Que quem se droga não foi capaz de encontrar na vida outras formas de prazer (o prazer de conversar, ter amigos, de crescer, tornando-se mais livre e mais independente dos pais; de ter as suas idéias e lutar por elas, de ler, de aprender, de descobrir, de ensinar, partilhar, pôr em comum, de ter projetos de vida, de viver com alegria, com energia, com esforço, COM AMOR).

### 8) O QUE SE PODE FAZER POR UM AMIGO QUE SE DROGA?

Procurando estar com ele; interessando-o por outras atividades; ajudando-o a descobrir os seus próprios gostos e capacidades; integrando-o num outro grupo de amigos; mantendo com ele uma relação compreensiva e estimulante; ajudando-o a procurar apoio num centro de 'tratamento de tóxico-dependente.

### 9) SE O SEU FILHO SE DROGA QUE FAZER?

Mostre como isso o preocupa.

Diga-lhe quais as conseqüências físicas, mentais e sociais que as drogas provocam.

Diga-lhe que não há drogas boas e todas fazem mal.

Diga-lhe que as drogas não são soluções para coisa nenhuma.

Diga-lhe que todas as drogas criam dependência e é difícil parar.

Mas não fale com ele apenas sobre, droga. Procure interessar-se sobre outros aspectos da vida do seu filho e motivá-lo para outras atividades. E vá com seu filho, ou mesmo sem ele, a uma consulta onde lhe podem indicar o que há para fazer.

**SEJA COMPREENSIVO - SEJA AMIGO - SEJA FIRME, MAS NÃO VIOLENTO – USE AMOR TÃO EXIGENTE QUANTO PACIENTE E DURADOURO, AMOR QUE ESTIMULA E ENCORAJA. QUE SABE REPREENDER E PUNIR QUANDO PRECISO, MAS SEMPRE PERDOAR.**

---

#### 1. QUAIS OS MAIORES MALES PRODUZIDOS PELA DROGA AO USUÁRIO?

É o empobrecimento psicológico, a apatia, o imobilismo, a desmotivação, a dependência. É a escravidão e a perda progressiva dos prazeres e interesses; a curiosidade, a insensibilidade, a ternura, a amizade, a sexualidade, vai progressivamente desaparecendo. A droga se torna o CENTRO DA VIDA e o ÚNICO OBJETIVO do usuário. O USO DAS DROGAS EQUIVALE A UMA RENUNCIA A REALIDADE.

#### 2. O QUE LEVA ALGUÉM A FAZER USO DE DROGA E CAMINHAR ATÉ A TOXICO-DEPENDÊNCIA?

É a ausência ou a subversão invencível de valores morais (a falta sentido profundo, marcante e determinante para a vida da pessoa). A falta total ou parcial de vida familiar favorece, quando não determina, a queda de um ou outro membro no consumo da droga. Desvios da constelação familiar que facilitam o recurso à droga: instabilidade; desagregação pelo divórcio e separações; ausência dos pais na educação integral dos filhos; falta de clima afetivo; falta de segurança; falta de autêntico diálogo; falta de comunicação entre os vários membros da família; a competitividade; consumismo; o estresse; o egoísmo; o isolamento dos adolescentes e jovens no seio da família ou sua fuga do quadro familiar por se sentirem incompreendidos; a recusa do sofrimento; falta de um horizonte de fé, de obediência, à lei do amor, de senso religioso da vida, de oração.

#### 3. O CAMINHO ENTRE A CONDIÇÃO DE USUÁRIO e a de TOXICO-DEPENDENTE:

Nesse caminho dá-se a renúncia, injustificada e irracional, de pensar e agir como PESSOA HUMANA. Principal problema das drogas é o EMPOBRECIMENTO PSICOLÓGICO, a apatia, o imobilismo, a desmotivação, a dependência. É a escravidão e a perda progressiva dos prazeres e interesses. TUDO VAI PERDENDO SIGNIFICADO: os amigos, a conversa, o esporte, a leitura, as viagens, a praia, o cinema, a música. A curiosidade, a sensibilidade, a ternura, a amizade, a sexualidade vão progressivamente desaparecendo. O primeiro problema daquele que está no caminho entre a condição de usuário e a de TOXICO-DEPENDENTE é o da falta de sentido positivo da vida. É uma crise profunda da existência, da identidade e do próprio ser. O uso da droga é a procura frenética de uma resposta a tal crise. O prazer pelas drogas é um prazer de tipo especial, pois não se sorna aos outros prazeres tende a substituir os outros prazeres, a impedir a sua vivência, centrando cada vez mais o TOXICO-DEPENDENTE na sua relação com a droga e diminuindo todos os outros interesses e prazeres. Quanto mais esse tipo de prazer é experimentado menor capacidade há de viver os outros prazeres.

#### 4. DISCUSSÃO GERAL:

**QUE ESPÉCIE DE SER HUMANO ESTARÁ SENDO CRIADA QUANDO OS PAIS SE EXIMEM DA**

## RESPONSABILIDADE DE EDUCÁ-LO?

- a) O HOMEM e a SOCIEDADE, sem raízes, não sobrevivem.
- b) O homem precisa resgatar urgentemente seus valores humanos, pois está vivendo como máquina e a droga é um combustível para alimentar essa vida humana.
- c) CONVIVER COM AS FRUSTRAÇÕES, sem permitir que estas controlem nossas vidas e comportamentos.
- d) EDUCAR é assumir a responsabilidade de ESTABELEECER LIMITES.
- e) EDUCAR FILHOS é um empreendimento humano arriscado e ao mesmo tempo fascinante; está sujeito a muitas falhas. Entretanto, TORNA A VIDA MAIS RICA E GENEROSA.

## 5. PORQUE É QUE VOCES NÃO SE DROGAM? Ou PORQUE QUE NÓS NÃO NOS DROGAMOS?.

Se soubermos responder melhor a essas perguntas, estaremos em condições de pensar uma forma diferente à PREVENÇÃO DAS TOXICO-DEPENDENTES.

- 6. A PREVENÇÃO: é sempre uma atitude difícil. Implica uma atitude de antecipação, de previsão do futuro que exige certa elaboração. A prevenção mais eficaz é aquela em que é possível eliminar as causas. No caso das TOXICO-DEPENDÊNCIAS, as suas causas não estão estabelecidas, cientificamente determinadas e basta assistir a qualquer debate para perceber que as pessoas não têm todas as mesmas idéias sobre esse assunto.

## 7. PREVENÇÃO ÀS DROGAS COMEÇA NO LAR: É fundamental que se criem RESISTÊNCIAS na família:

- a) A FAMILIA SAUDÁVEL aceita o diálogo.
- b) Os membros da família movimentam-se numa atmosfera de ENTRE-AJUDA e no lar se resolvem os CONFLITOS com compreensão e sem ressentimentos.
- c) Num ambiente, de estabilidade e comunicação os filhos desenvolvem valores individuais e a autoconfiança NECESSÁRIA para RESISTIR às solicitações e tentações exteriores.

## 8. QUE FATORES PODEM FUNCIONAR COMO PROTETORES EM RELAÇÃO ÀS 'TÓXICO-DEPENDÊNCIAS?

Podemos considerar importantes QUATRO formas de ter prazer:

- a) gostar de si próprio, a auto-estima, o sentir-se bem na sua pele e ser capaz de tomar decisões;
- b) o prazer da relação aprofundada com os outros, da relação de intimidade e o prazer da relação de solidariedade;
- c) o viver em harmonia Com o desenrolar do tempo, saber organizar-se em relação ao tempo, saber ocupar-se, divertir-se ou mesmo não fazer nada, não se aborrecer;

d) O PRAZER DO FUTURO, dos projetos, ser capaz de experimentar, de certa forma, HOJE, o prazer que se imagina para o futuro, não viver apenas em função do presente, do prazer imediato, mas ser capaz de ter sempre presente também o FUTURO. **IMPORTANTE PROMOVERMOS ESSES QUATRO FATORES' PROTETORES** em todos os setores.

9. FALAR DAS DROGAS COM OS FILHOS (prevenção primária):

a) Informar corretamente. Para isso, estudar a questão. Não falar do que não sabemos.

Lembrar que a informação é só um passo, mas é preciso conscientizar que informação a ser transmitida aos filhos tenha conteúdo.

b) ouvir sempre o adolescente. É importante saber ouvi-lo: quais as noções que ele tem sobre as drogas, o usuário, o traficante, e como agir para jamais se relacionar com as drogas. e bom descobrir por que o adolescente esta trazendo esse tema para ser discutido com os pais: "se ele está preocupado com alguém, com ele mesmo ou se com os próprios pais (que às vezes se drogam)".

c) Maconha pode? Álcool é droga? Discursos moralistas (e geralmente hipócritas)? Doenças provocadas pelo álcool levam tempo relativamente longo para se manifestar em comparação com o efeito prejudicial de outras drogas. As complicações mais graves podem levar anos para aparecer, mas quando surgem, são devastadoras. **DESCULPAS E MENTIRAS.**

10. PREVENÇÃO NA FAMÍLIA quando se descobre que o filho está comprometido com as drogas:

PARA O ATENDIMENTO A PAIS AFLITOS:

a) acolher a ansiedade dos pais, sem ampliá-la, mas sem desqualificá-la.

b) aliviar o sentimento de culpa (onde foi que errei? Tentar substituí-la por: **O QUE POSSO FAZER AGORA PARA AJUDAR MEU FILHO?**);

c) evitar que os pais se transformem em **CÃES FAREJADORES**, sempre à procura de indícios incriminadores (a proximidade é o melhor caminho para evitar que um problema provavelmente passageiro se transforme num drama duradouro);

d) informar-se sobre alguns aspectos relevantes para nortear o encaminhamento, tais como: contexto em que ocorreu a descoberta de que o filho faz uso de drogas; drogas que estão sendo usadas; forma de uso (frequência, isolado ou em grupo); interesses do adolescente; história e rotina de vida da família;

e) a família precisa repensar seu papel, suas relações, não usar de autoritarismo, nem de liberalismo, mas ser uma presença **FIRME e FLEXÍVEL**, sabendo usar de sua autoridade. Quando a família constata o uso de drogas pelo filho, o melhor é: **NÃO ABAFAR, NÃO CASTIGAR e NÃO CONDENAR**; saber o nível de comprometimento, melhorar as relações em casa e procurar ajuda especializada.