

Muéstrele a su hijo que **no hay mal momento** para hablar. Registrarse y comunicarse es una forma de demostrar que se preocupa por su salud y que lo ama.

- Desarrolle las habilidades de su hijo para rechazar una bebida si se la ofrecen. Esto toma tiempo. Tómese el tiempo para hablar con frecuencia en lugar de guardarlo todo.
- Tener un plan y saber qué decir en cualquier situación puede aliviar la ansiedad. Dedique tiempo a repasar un plan antes de que tenga la oportunidad de suceder.
- No beber alcohol entre menores de edad es parte de un panorama más amplio del desarrollo infantil saludable.

Los padres muestran amor a los niños de muchas maneras. Desarrollar su confianza y habilidades para decir no al consumo de alcohol entre menores de edad es importante para enseñarles a defenderse a sí mismos.



Hablar con su hijo
sobre cómo evitar
beber mientras sea
menor de edad pone
EL AMOR en acción.

SIGA PRESENTE

TODAVÍA ESTÁN CRECIENDA

Hay más investigaciones sobre la juventud y el alcohol que cuando usted era adolescente. Sabemos que el alcohol es la sustancia número uno utilizada por los jóvenes. Aquí hay otras cosas que ahora sabemos:

- Sabemos que beber en la adolescencia significa un mayor riesgo de trastorno por consumo de alcohol más adelante en la vida.
- Sabemos que el consumo de alcohol por menores de edad puede cambiar la estructura real del cerebro de su hijo adolescente y causar problemas cognitivos.
- Sabemos que el consumo de alcohol por menores de edad puede hacer que su adolescente tome decisiones arriesgadas que de otro modo no habría dejado una mala marca en sus planes futuros.

¡El alcohol puede causar daño al cerebro, que todavía se está desarrollando a mediados de los 20! El consumo de alcohol por menores puede dejar efectos mucho después de que el alcohol abandone el cuerpo del niño. Cuando sabemos mejor, podemos hacerlo mejor.

Fuentes: naaa.nih.gov, monitoringthefuture.org

Financiado en su totalidad o en parte por el Departamento de Servicios Humanos de Illinois, División de Prevención y Recuperación del Uso de Sustancias a través de una subvención de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias.



Hablar sobre **NO** beber antes de ser menor de edad ahora puede proteger el cerebro en desarrollo de su adolescente.

SIGA PRESENTE

TODAVÍA ESTÁN CRECIENDA