

PREPARE su HOGAR

Lista de verificación para preparar el hogar contra el uso indebido de los jóvenes



“contra” los adolescentes

Cuando ellos eran pequeños usted cubría los tomacorrientes con cobertores de seguridad, cerraba con llave los cajones, y les hablaba acerca de la importancia de usar el cinturón de seguridad. Ahora ellos necesitan más que nunca de esa mano ayuda. **No se trata de un asunto de confianza, ¡se trata de garantizar la seguridad de los adolescentes y chicos en la edad de la pubertad!**

Alcohol

- Monitoree la cantidad de bebidas embriagantes que permanecen en su refrigerador.
- Guarde bajo llave otro tipo de bebidas embriagantes o utilice seguros para botellas.
- Recomiéndele a sus amigos y familiares que tomen las mismas medidas de seguridad.

Medicamentos de Venta Libre (OTC) y Medicamentos con Prescripción Médica

- Compre únicamente las medicinas que necesite (preferiblemente en pequeñas cantidades) y controle su uso.
- Organice su botiquín con frecuencia y deshágase de aquellas medicinas que hayan expirado o que ya no use. Llévelas a un depósito especial cercano.
- Guarde bajo llave sus medicamentos cada vez que le sea posible.
- Recomiéndele a sus amigos y familiares que sigan estas mismas medidas de seguridad.

Armas de Fuego

- Asegúrese de mantener las armas de fuego descargadas en cajas de seguridad y/o con el bloqueo de gatillo, guarde la munición en un lugar seguro y separado de las armas.
- Asegúrese de ser el único que tiene acceso a llaves y contraseñas.
- Recomiéndele a sus amigos y familiares que tomen las mismas medidas de seguridad.

Detergentes de Uso Casero, Venenos y Objetos Corto Punzantes

- Monitoree sustancias almacenadas en las alacenas de la cocina, garaje, oficinas o en cualquier otro lugar de la casa, en donde se puedan guardar detergentes, solventes, y aerosoles. Monitoree las cantidades respectivas.
- Monitoree los objetos cortos punzantes tales como cuchillas, bisturís, navajas, y jeringas, y deshágase de ellas de forma segura.

Uso del Internet

- Por medio del internet, los adolescentes pueden ordenar medicamentos de prescripción que no les corresponden, conocer adultos que fingen ser adolescentes, y obtener información acerca del uso indebido y peligroso de medicamentos de venta libre y otro tipo de sustancias “legales.”
- Revise los perfiles de su hijo/a adolescente en las redes sociales (Facebook, Instagram, Twitter etc) y asegúrese de que él o ella no está revelando información acerca de su identidad que lo pueda poner en peligro. Monitoree la forma como su hijo/a adolescente usa su celular, incluyendo el uso de mensajería de texto, envío de fotos, y otras aplicaciones (WhatsApp, Snapchat, Kik, etc.)
- Insista en que le compartan las contraseñas de sus teléfonos, redes sociales, y otras aplicaciones (no se conforme con solamente ser “amigo” o “seguidor”) de esta forma usted podrá tener control.
- Si le es posible, asegúrese de ubicar computadores en espacios abiertos en toda la casa, para poder monitorear adecuadamente el uso del internet.

Fiestas de Adolescentes

- Establezca desde un principio reglas claras, como por ejemplo que no se consuma alcohol, tabaco u otro tipo de drogas.
- Haga la fiesta en un área en la que pueda monitorear con facilidad y haga con frecuencia rondas que no incomoden a los invitados.
- Si su adolescente va a asistir a una fiesta, no dude en llamar o pasar por el lugar, y hable con los padres del anfitrión.

Para mayor información visite el sitio web www.preventionlane.org

“Teen Proof Your Home” o “Equipar su casa a prueba de adolescentes” es un concepto adaptado de la Coalición para Una Juventud Sana de Southern Rockingham.