



El pasado día 5 de mayo recibimos en el colegio la visita de Pedro García Aguado que, invitado por la Asociación de Madres y Padres del colegio, acudió a impartir una conferencia en el aula magna. Ofreció dos sesiones: una para los alumnos de segundo ciclo de secundaria y de bachillerato y otra dirigida a padres e hijos.

Se presenta como campeón olímpico, campeón del mundo y politoxicómano. Al verlo tan alto, tan fuerte, tan en forma, resulta imposible creer que él se dejara pillar por las drogas. Él, que, aparentemente, estaba fuera del perfil de riesgo, al ser un deportista de élite que se entrenaba para tomar decisiones desde muy joven, y que interiorizó valores que no estaban al alcance de muchachos de su misma edad..., pero estaba alejado del cobijo de su familia.

Efectivamente, ha aprendido mucho por el camino. Precisamente por eso se dedica a advertir a los padres de esta generación 2.0, y a los jóvenes, del riesgo que corremos al imbuir a nuestros hijos de nuestras ansias de éxito sin haberlos dotado primero de las herramientas imprescindibles para que, llegado el momento, sepan escoger con acierto, comprendan qué es el éxito personal y para que logren mantenerse firmes en sus convicciones.

En la adolescencia, quizá un gran éxito sea que nuestro hijo consiga ser capaz de mantener su identidad frente a la presión de los amigos que lo incitan a probar el porro, el botellón o la pastilla de turno. Y les diga no. Porque, en ese momento, el adolescente no está rechazando un porro, está diciendo que NO a su grupo, a sus iguales.

Hace unos años, la vida nos iba preparando, diariamente, para el fracaso, para la frustración. Nos hacía pacientes. El ejemplo que propone Pedro no necesita explicación: un carrete de 36 fotos que se estrena un verano y cuyas fotos se ven (las que se ven) después del verano siguiente. Frente a eso, la inmediatez de la foto hecha con el móvil, borrada o colgada en internet en cuestión de minutos. La toma de decisiones de nuestros hijos hoy no entiende de paciencia ni de reflexiones, ni de ensayo y error, es ahora o ahora.

Pedro insiste en que debemos enseñar a nuestros hijos partiendo siempre del principio de realidad: ojalá todo lo que quieras, todo lo que te propongas, se te cumpla; pero ¡jojo!, tienes que saber que puede que no se cumpla.

Pedro también menciona algunos de los valores que se aprenden con el deporte: esfuerzo, perseverancia, afán de superación, confianza en uno mismo,





trabajo en equipo. Y también recuerda lo que sucede después: los triunfos se celebran. Con alcohol. Y con algo más.

En su intervención, con una estudiada mezcla de recuerdos y vivencias personales, y de conocimientos adquiridos en su experiencia como terapeuta de jóvenes conflictivos, y como padre, Pedro García va desgranando algunos consejos para orientarnos en nuestra labor. Él lo tiene muy claro: los niños, los jóvenes necesitan unos padres que ejerzan con responsabilidad la misión que la ley les encomienda: educar a sus hijos. Y se educa poniendo límites, encargando tareas, vigilando lo que hacen, sus compañías, las horas a las que llegan cuando salen y la manera en que lo hacen. Los adolescentes, primero niños, deben aprender que la falta de cumplimiento acarrea consecuencias porque no es lo mismo actuar bien que hacerlo mal.

La adolescencia se adelanta: ya tenemos comportamientos adolescentes con 10 u 11 años. En esta edad no hay conciencia del riesgo, y cada vez son más jóvenes los jóvenes que empiezan a consumir alcohol y otras drogas: los 13 años en España. Demasiado pronto: el cerebro aún está en periodo de maduración y el lóbulo prefrontal, el responsable del autocontrol (entre otros rasgos de la personalidad) no ha terminado de formarse. Cualquier agresión en forma de sustancia que, al ser ingerida modifique nuestro comportamiento, es fatal en esta etapa del desarrollo.

Aunque está demostrado que no hace el mismo efecto en todos los sujetos, ni todos los sujetos tienen la misma posibilidad de desarrollar una adicción (puede que sí, puede que no, puede que a unos pocos, puede que a muchos, puede que a ti, puede que a mí). Por esto mismo es por lo que Pedro insiste en que con el alcohol no se juega, ni se prueba, ni se tolera su consumo en menores de edad. Porque las consecuencias pueden ser silenciosas ahora, pero darán la cara en el futuro.

En esta etapa en la que la presión del grupo puede ser tan fuerte, la autoestima del niño es vital. Y la autoestima se va forjando desde que nacen, para que con 12 o 13 años, cuando empiezan a salir solos con los amigos, puedan y sepan decir que no al gallito o a la líder de turno que les reta a probar. La necesidad de verse aceptado por el grupo, de satisfacer su curiosidad ante situaciones nuevas para ellos, de vivir la emoción y el peligro, van a dirigir muchos de sus comportamientos. La necesidad de demostrar madurez, independencia de los padres, de parecer mayores, pueden llevarlos a cometer muchas tonterías.





Los FACTORES DE RIESGO para el consumo de alcohol y otras drogas son, principalmente, unas costumbres sociales demasiado permisivas con «coger un punto» o celebrar bodas, comuniones, bautizos, la Navidad, los éxitos y los desencantos con alcohol. Y el temor a quedar excluido del grupo si no hago lo que todos. La desorganización del entorno social inmediato, la disponibilidad de las drogas (hay «camellos» más cerca de lo que pensamos).

Ante un panorama tan desalentador, la esperanza surge cuando sabemos que hay ciertos FACTORES QUE PROTEGEN de estas conductas peligrosas:

- de carácter familiar:
 - los vínculos emocionales fuertes entre padres e hijos
 - la presencia de los padres y tutores en la vida de los niños y adolescentes
 - las normas familiares: claras, consistentes
 - la supervisión general de los padres sobre la vida de sus hijos
- de carácter individual
 - la capacidad del niño o adolescente para resolver los problemas
 - el sentimiento que tenga de autoeficacia (autoestima)
 - la capacidad individual para interiorizar las normas
- de carácter educativo
 - un rendimiento escolar satisfactorio
 - aspiraciones razonables de hacer estudios superiores
 - buena vinculación con la escuela

Que nuestros hijos se conviertan en adultos sanos y felices depende de muchos elementos, pero es fundamental que tengan una adecuada representación del mundo y una actitud optimista ante la vida.

En cualquier etapa de su crecimiento, los niños se merecen que los tratemos con respeto, sin caer en las provocaciones que menudean en la adolescencia ni en sus mañas manipuladoras, que surgen desde la cuna.

Durante la adolescencia, debemos recordar siempre que ellos no quieren parecerse a sus mayores, quieren romper el molde, nos preguntamos ¿por qué van exhibiendo la ropa interior?, sencillamente porque los adultos no lo hacemos.

A modo de resumen, sobre cuál debería ser la actitud de los padres respecto a las drogas, diremos:

- Entre 0 y 6 años: INFORMAR sobre ellas
- entre 6 y 12 años: PREVENIR sobre el consumo





- entre 12 y 16 años: AYUDAR a decir no y ACOMPAÑAR a los adolescentes en cómo se sienten al decir no

Tras su intervención, Pedro respondió las preguntas, incontables, de varias personas que planteaban casos concretos.

Pedro García no sólo conquistó la atención de los alumnos de secundaria y bachillerato, también se ganó la consideración de los muchos que asistimos a esta convocatoria sobre este asunto que tanto nos preocupa como padres. También interesó a nuestros hijos, que estuvieron allí, atentos, porque nos habló de manera clara, directa y sincera.

