

GUÍA DE PREVENCIÓN Para padres y madres de familia



Instituto Costarricense sobre Drogas (ICD)
Ministerio de la Presidencia

Estimados padres y madres de familia: El Instituto Costarricense sobre Drogas (ICD) se preocupa por el bienestar de sus hijos e hijas, por esta razón, quiere compartir con ustedes algunos temas importantes que les ayudarán en la educación de ellos y ellas, minimizando las probabilidades de que se inicien en el consumo de drogas y otras conductas de riesgo (embarazo adolescente, violencia, conductas temerarias y tráfico de drogas).

Los temas incluyen:

- Todos podemos.
- Iniciando una buena relación (estableciendo reglas claras).
- El poder de los elogios y las recompensas.
- ¿Cómo mantenerse activamente involucrado?.
- Otros aspectos para la educación de los hijos e hijas.

TODOS PODEMOS.....

“Cuando Ana entró a la escuela estaba muerta de miedo”.

“¿Qué puede decir Oscar cuando sus amigos y amigas lo presionan a hacer algo contrario a su voluntad?”.

“¿Cómo actuar si me entero que Nancy está consumiendo drogas?”.

Cuando los padres hablan de sus hijos e hijas manifiestan algunos sentimientos como inseguridad, temor y preocupación. Estos son comunes en el proceso de educación.

Como algunos padres se les dificulta dialogar con sus hijos e hijas sobre el tema de drogas, se les recomienda que conozcan, se involucren y soliciten información sobre los programas preventivos que se imparten en el sistema educativo. Actualmente los hijos e hijas conocen más sobre las drogas que sus padres, la cultura de la droga no es la misma que existía antes, por lo cual

se debe estar informado y actualizado.

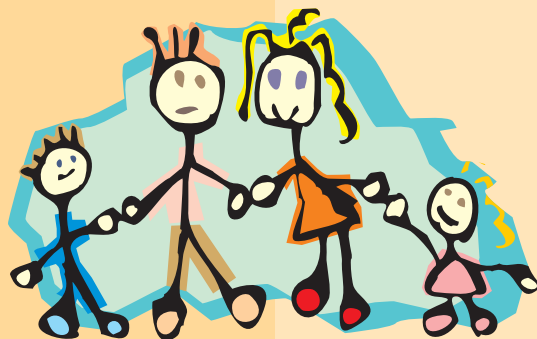
¿Sabía usted que su hijo o hija recibe información no sólo de la televisión, sino también a través de los videojuegos, CDs, afiches, revistas, y páginas de Internet, donde se promueve una inadecuada percepción sobre el uso del alcohol, tabaco y otras drogas?. Además estos aspectos se conciben como actividades “fascinantes” y lo que es más preocupante como una parte esperada del crecimiento.

Entonces, ¿Quiénes nos pueden orientar?.

La escuela, la iglesia, la familia y las leyes pueden definitivamente ayudar. Sin embargo, el esfuerzo que la familia manifiesta posee un valor incalculable, y éste constituye un factor que nadie puede reemplazar. Estar involucrado en la prevención de conductas de riesgo les demuestra a los hijos e hijas que sus padres se interesan por su bienestar.

“Un hombre era conocido en el pueblo por ser un gran escultor, una vez trabajó esculpiendo una enorme roca durante varios días y meses. Cuando terminó de trabajar en ella todos sus amigos le decían: “has hecho una obra de arte” y lo llenaban de elogios, sin embargo él les dijo que no, que la obra de arte ya estaba hecha que él lo único que había hecho era pulir las partes que ya estaban hechas”. (anónimo)

La mayoría de los padres que se involucran en las actividades de sus hijos e hijas, logran mayor aceptación por parte de los mismos, lo que les facilita enseñarlos a ver las drogas y otras conductas de riesgo como un asunto serio, y orientarlos en la toma de sus decisiones.



INICIANDO UNA BUENA RELACIÓN

Cuando sus hijos e hijas empiezan a hablar, no tardan mucho en hacer preguntas. “¿Por qué las flores son de colores?”, se transforma rápidamente en “¿Qué le pasa a ese hombre que esta sentado en el parque?”. Si su hijo e hija siente que usted le responde honestamente en cualquier momento, incluso si el tema le hace sentirse incómodo(a), usted fomentará una relación significativa y de confianza, así su hijo o hija se sentirá cómodo(a) para hablar con usted de sus preocupaciones y dudas, porque sabe que puede confiar en usted.

Escuchar a su hijo e hija le ofrece también la oportunidad de entrar en su mundo, las imágenes y los sonidos que tienen influencia sobre él cada día. Como él o ella conoce de moda, música, programas de televisión y películas, pregúntele sobre los grupos de música más populares y ¿de qué se tratan sus canciones?, ¿qué hacen sus amigos(as) después de la escuela?, ¿qué está de moda y qué no?, y ¿por qué?. Anímeles con frases como: “Que interesante” o “No sabía eso” y continúe dialogando sobre esos temas.

En estas conversaciones puede introducir temas comunes como la sexualidad, el alcohol, el tabaco y otras drogas; lo anterior es una de las formas de inculcar los valores en sus hijos e hijas. Dialoguen sobre la importancia de tomar decisiones de acuerdo a los valores desarrollados y ¿cómo influye esto en sus vidas?. Al dialogar sobre estos temas usted no impone su manera de pensar al respecto, simplemente les permite conocer los riesgos de ciertas conductas para que cuando se enfrenten a estas situaciones puedan tomar su propia decisión.

En la actualidad las familias realizan diversas actividades, aspecto que conlleva a organizar sus estilos de vida en diferentes esferas como por ejemplo: el

trabajo, la escuela, el colegio, la universidad, la iglesia entre otras; dificultando que padres, hijos e hijas puedan compartir; por lo que tomar en cuenta la importancia de planificar tiempo juntos les ayudará a fortalecer la relación. Por ejemplo:

- *Planear reuniones familiares semanales*, que sea a una hora en la que todos estén de acuerdo; esta es una oportunidad ideal para compartir y recrearse, además permite hablar sobre triunfos, quejas, proyectos, y cualquier otro tema de interés para los miembros de la familia.

- *Establecer reglas en la familia* favorece varios aspectos como por ejemplo: durante la reunión familiar todos los miembros deben tener la oportunidad de expresar sus criterios, por lo que sólo uno habla a la vez sin interrupciones y todos los demás escuchan; así sucesivamente con todos los miembros. Finalmente es recomendable procurar la comodidad de todos, brindando un refrigerio o realizando actividades de ocio.

- *Fomentar una relación afectiva con sus hijos e hijas*, para lo cual considere lo siguiente: utilice el trayecto más largo para regresar a su casa, salgan a comer un helado, vayan juntos los domingos a la iglesia, incluso dialoguen unos minutos antes de irse a la cama. Todo esto facilita la comunicación eficaz y esencial para establecer valores comunes.



ESTABLEZCA REGLAS CLARAS

Los estudios realizados han demostrado que los y las jóvenes son más propensos a fumar tabaco, tomar alcohol y otras drogas, si sus padres y madres no ponen reglas claras acerca de estos temas. Una de las estrategias para mantener el consumo de drogas fuera de su casa, es acostumbrar pronto a su hijo e hija a obedecer normas establecidas para las actividades de cada día (establezcalas donde se tome en cuenta la opinión de todos los miembros del sistema familiar). Haga una lista corta de lo acordado sobre las tareas escolares, domésticas, y del tiempo libre de sus hijos e hijas, con el objetivo de contar con un registro de estas actividades.

Al mismo tiempo que se elaboran las reglas, es necesario establecer las consecuencias de no acatarlas, mismas que deben ser específicas, proporcionadas y no demasiado duras. El no sancionar los incumplimientos menores les enseña a los niños y las niñas que las reglas no se tienen que seguir, por lo tanto, evite que se haga demasiado tarde y que se presente una conducta muy negativa, asumiendo una actitud responsable respecto a las reglas y sus consecuencias, en la educación de sus hijos e hijas. Es recomendable no discutir, ni criticar cuando se haga cumplir una consecuencia; además recuerde que su comportamiento como padre y madre de familia, facilita el aprendizaje del niño y la niña.

Los hijos e hijas necesitan ver que sus padres se interesan lo suficiente para establecer las reglas, y se toman el tiempo de hacerlas cumplir con el mismo interés.

Una de las formas de lograr que los hijos e hijas obtengan seguridad en sí mismos y desarrollen la capacidad de sentirse amados(as), es estableciendo reglas sobre lo que es aceptable y lo que se espera, como por ejemplo: la hora de llegar a la casa, o comunicar los cambios de planes. Por lo tanto, las reglas específicamente sobre

el tema de drogas, les brinda algo en lo que se pueden apoyar si se ven propensos(as) a tomar una decisión indebida.

Reglas de la Casa (Ejemplos)

- Procure no asistir a la casa de amigos(as), ni invitarles a casa, si no está presente un adulto.
- Este atentos al cumplimiento de las diversas labores.
- Disfrute del tiempo de ocio, siempre y cuando se esté cumpliendo con las tareas asignadas.
- Llegue a la casa a la hora acordada.
- Llame si va a llegar tarde o si va a un sitio diferente del planeado inicialmente.

Aspectos necesarios para establecer consecuencias por el incumplimiento:

- Respeto mutuo: establezca relaciones diarias donde prevalezca la escucha y la tolerancia.
- Dedicación de tiempo: sus hijos e hijas necesitan de su tiempo, su disposición para escucharlos hará que ellos y ellas siempre cuenten con usted para hablar sobre diferentes temas y hacer preguntas.
- Expréseles su amor: sus hijos e hijas necesitan que les manifiesten su amor tanto en los momentos agradables como en los difíciles. Reconozca cuando hacen bien las cosas y estimúelos a seguir adelante cuando no resulta lo esperado.

Nota: Las consecuencias serán dadas según las reglas establecidas, tomando en cuenta las edades de sus hijos e hijas y otros factores necesarios.

Retome la importancia de reunir a la familia, especialmente para estas situaciones, con el fin de ganar de nuevo la confianza de todos.



EL PODER DE LOS ELOGIOS Y LAS RECOMPENSAS



Elogiar y recompensar actitudes positivas de los hijos e hijas y mejorar las menos favorables, les ayuda a establecer puntos fuertes e intereses que los(as) alejan de actividades como: beber, fumar, consumir otras drogas y cualquier otra conducta de riesgo. Cuando se enfatiza en lo que los hijos e hijas hacen bien en vez de enfocarse en lo que está mal, aprenden a valorarse y desarrollan su autoconfianza.

Nunca es demasiado pronto, ni tarde para empezar a reforzar la autoconfianza. Por ejemplo: si la torre de bloques del niño y la niña se le cae constantemente trabajen juntos para convertir una situación frustrante en un éxito.

¿Qué hacer?

- Agradezca a su hijo o hija cada vez que llame para decir donde está.
- Deje que sus hijos e hijas se queden levantados(as) más tiempo si terminan sus tareas escolares antes de cenar u otro momento que se haya acordado.
- Permita que sus hijos e hijas inviten a un amigo(a) a pasar una noche durante el fin de semana como recompensa por no invitar a amigos(as) cuando no es posible la supervisión de un adulto.
- Crear un ambiente favorable que permita exponer en la casa los trabajos de la escuela y proyectos de arte para que los vean su familia y sus amigos (as).

Cuando empiece la escuela, los elogios y las recompensas pueden mejorar el nivel académico, lo que supone una alternativa a las conductas de riesgo como forma de ganar autoconfianza.

¿Qué Decir?

En vez de ser general en sus comentarios (“Sí que eres listo o lista”), dirija sus elogios hacia acciones específicas:

- “Has sacado una buena nota en el examen de Español. Buen trabajo”.
- “Has sacado una mala nota en tu examen”. ¿Cuéntame que sucedió?”.
- “Doña Marta dice que le has ayudado a subir las compras. Es un buen detalle de tu parte”.
- “Lo que me has contado sobre la guerra civil es muy interesante. No lo sabía.”
- Estabas jugando fútbol muy bien, no me extraña que seas tan bueno en el equipo.”

Las recompensas pueden ayudar a los y las estudiantes a aprender nuevas conductas que les beneficien; como por ejemplo, salir de la escuela a tiempo, llamar si van a llegar tarde o si han cambiado de planes, acabar las tareas primero y todo lo que constituya el tipo de actividades que no dan cabida a las conductas problemáticas.

Los adolescentes en particular responden a los elogios que reciben por las cosas que hacen bien y por la elección de las decisiones correctas. Cuando esté orgulloso(a) de su hijo o hija, dígaselo; ya que ellos y ellas necesitan saber que se les presta atención y que son apreciados por los adultos, lo que puede ayudar a resistir la presión de sus amigos y amigas. Así mismo, él o la adolescente puede quedar incentivado por ser un modelador de conductas sanas para sus hermanos y hermanas menores.

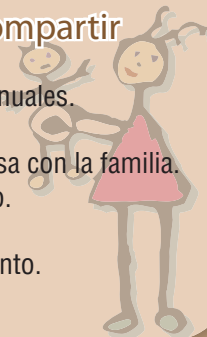


MANTENERSE ACTIVAMENTE INVOLUCRADO

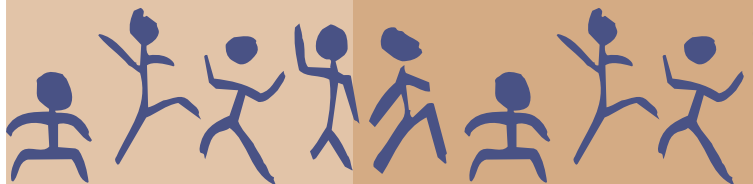
Cuanto más involucrado(a) se mantenga en la vida diaria de su hijo e hija, le está dando más probabilidades de que tenga éxito en la escuela y en sus relaciones interpersonales. Otros beneficios son: se sentirá más cerca de su hijo o hija y estará en mejor posición para detectar sus necesidades. Una de las diferentes formas de involucrarse es encontrar actividades donde los hijos e hijas, y padres disfruten juntos. No tienen que invertir mucho dinero u ocupar mucho tiempo. Las actividades diarias, cortas pero divertidas permiten momentos agradables y muy significativos para la familia.

Actividades para compartir

- Cocinar o realizar actividades manuales.
- Armar rompecabezas.
- Ir al cine o ver una película en casa con la familia.
- Aficionarse a un equipo deportivo.
- Realizar deportes.
- Escalar, pescar, o ir de campamento.
- Navegar por Internet.



Cuando las hijas y los hijos pequeños estén en casa, dedíqueles toda su atención, durante el tiempo que sea necesario (tareas escolares, juegos, e incluso en las labores domésticas). Siéntese en el suelo y juegue con ellos y ellas; aprenda lo que les gusta y lo que no, dígales que los quiere. De esta forma, construirá fuertes lazos de confianza y cariño que harán mucho más fácil el que se alejen de conductas de riesgo en el futuro.



Cuando los niños y las niñas entran a la escuela o colegio se encuentran en un proceso de cambio y buscan adaptarse. Esta época se caracteriza por la necesidad de aprobación de los amigos(as) lo que significa todo para ellos, por lo que sus hijos e hijas pueden hacerle sentir que se avergüenzan de usted. Pero, a la vez que se están alejando de usted para establecer sus propias identidades, necesitan que sus padres estén más cerca de ellos que nunca.

¿Qué más hacer?

- Conozca a los amigos(as) de sus hijos e hijas llevándoles y trayéndoles a las actividades después de la escuela, los juegos, a la biblioteca y al cine.
- Invite a los amigos(as) de sus hijos(as) a compartir con la familia en eventos especiales.
- Hágase voluntario para las actividades de la escuela en las que pueda compartir con sus amigos(as).
- Familiarícese con los programas de televisión, computación, Internet, radio, CDs y cassettes, a los que están expuestos sus hijos e hijas para combatir cualquier mensaje que pueda ser negativo.
- Familiarícese con las políticas y programas educativos sobre el consumo de drogas que se imparten en la escuela de sus hijos e hijas. Lea todos los materiales que se reparten.
- Asegúrese de que sus hijos e hijas comprendan las razones de evitar el consumo de drogas legales e ilegales. Si espera que ellos y ellas tomen la iniciativa para hablar sobre el tema, en algunos casos puede que sea demasiado tarde.



OTROS ASPECTOS PARA LA EDUCACIÓN DE SUS HIJOS E HIJAS

Su habilidad y conciencia para permanecer atento(a) a lo que sus hijos e hijas hacen, es clave para prevenir muchas de las conductas problemáticas.

¿Qué hacer?

- Dialogue con sus hijos e hijas sobre lo que hicieron hoy en la escuela: tareas, exámenes, amigos(as) y problemas.
- Conozca ¿dónde y con quién están sus hijos e hijas después de la escuela?
- Sin ejercer presión, establezca con sus hijos e hijas que le llamen para decirle dónde están.
- Cerciórese de que han acabado las tareas de la casa.
- Revise con sus hijos e hijas las tareas de la escuela antes de entregarlas y cuando se las devuelvan los maestros.
- Hable con los maestros sobre el progreso académico y social de sus hijos e hijas.
- Atienda a sus hijos e hijas y a sus amigos(as) cuando vengan a casa.
- Manténgase en contacto con los padres de los amigos (as) de sus hijos e hijas, para que puedan complementar sus esfuerzos.



¿Qué hacer cuando usted no puede estar ahí?

- Haga lo posible para que sus hijos e hijas tengan supervisión y algo que hacer cuando salen de la escuela. Anímeles a involucrarse en grupos de jóvenes, arte, deportes, servicio a la comunidad y clubes académicos.
- Cerciórese cuando usted no está en casa que sus hijos e hijas sientan su atención. Déles trabajos para realizar durante ese tiempo en la casa. Refuerce la regla de llamar a casa. Déjeles notas y comidas fáciles de preparar.
- Infórmese con los padres de familia que hacen fiestas en sus casas, si va haber supervisión de adultos.
- Hágale saber a su hijo o hija que si no se siente cómodo(a) en un lugar puede retirarse. Hablen de antemano de cómo pueden contactarle a usted, u otra persona designada para regresar a casa; y esté preparado para hablar de la situación en el momento oportuno.

MOMENTOS DE ENSEÑANZA



Aproveche los ejemplos cotidianos y concretos para explicar y darle vida a valores abstractos.

Durante el tiempo que pasan en familia como a la hora de la cena, mientras ven televisión, hacen sus tareas o en otros momentos, explore los valores morales, y cuando sea preciso

realice algunas preguntas hipotéticas: “¿Qué harías si a la persona que esta frente a ti se le cae un billete de \$5000?” “¿Qué harías si un amigo(a) quisiera que fueras a jugar video-juego en vez de ir a clases?”. De esta forma logrará dialogar sobre temas de interés común y formular otros temas asociados a la prevención de conductas de riesgo y al desarrollo de factores de protección. Utilice ejemplos de los periódicos sobre las consecuencias del abuso del alcohol, tabaco y otras drogas. Después de que ha logrado un ambiente adecuado para hablar con sus hijos e hijas, mencione: “¿Has visto este artículo sobre la madre que consumía drogas y fue arrestada?, “¿Tomó la decisión correcta cuando empezó a consumir drogas?, ¿Quién se encargará ahora del bebé?”.

Compartir tiempo juntos, como por ejemplo ver televisión y comentar sobre los programas, noticieros y la publicidad promovida; lo cual facilita el espacio para desarrollar preguntas como: “¿Hacen los programas y la publicidad que las conductas antisociales parezcan aceptables, rutinarias, normales?”, ¿Muestran los puntos negativos?. Tome este ejemplo para contrarrestar lo que la publicidad no muestra y destaque los aspectos importantes para la familia, el individuo en particular y la sociedad. Por otra parte, es recomendable aclarar o reafirmar la idea de que el mundo es un lugar agradable y no como lo presentan algunos medios de comunicación, que por lo general centran su atención en los problemas de la sociedad.

Cuando vean juntos un comercial de televisión en contra del uso y tráfico de drogas legales o ilegales y otras conductas de riesgo, aproveche esta oportunidad para hablar con sus hijos e hijas sobre estos temas, tomando en cuenta la opinión de ellos y ellas con el fin de procurar un ambiente agradable para todos.

¿Cómo actuar cuando se sospecha que su hijo o hija esta consumiendo drogas?

Evalué su rol de padre, tanto individual como en pareja, y tome una actitud objetiva que permita -sin señalamientos- analizar la relación con sus hijos e hijas; tome en cuenta aspectos como la comunicación, las normas del hogar, la disciplina, la situación a nivel de la comunidad donde se desenvuelve su hijo e hija. Así mismo, recuerde que existen factores externos a la familia que tienen un fuerte impacto en la juventud.

¿Qué pasa si todo lo demás falla?, a pesar de que no se desea los hijos e hijas pueden tener acceso a drogas en muchos lugares. Aunque sea difícil, es muy importante que usted hable con su hijo e hija sobre los cambios que usted observa en ellos. Pueden existir muchos signos o alertas evidentes, pero en general, considere las siguientes:

- Desempeño escolar: si obtiene malas calificaciones, falta a clases, o desarrolla mal comportamiento.
- Interés en actividades: si pierde el interés en sus pasatiempos habituales, deportes o actividades favoritas.
- Rutinas cotidianas: si come demasiado o deja de comer; duerme demasiado o deja de dormir.
- Selección de amigos(as): si cambia de amigos(as), se relaciona con gente que sabe que utiliza drogas.
- Su personalidad: si presenta mal humor, nerviosismo, agresividad o una rebeldía persistente,

- El comportamiento: Inusual y sospechoso, cerrando con llave su cuarto, gavetas o cajas.

Existen ciertas cosas que usted puede ir encontrando en su casa, o en posesión de sus hijos e hijas que pueden indicar que están usando drogas. Por ejemplo:

- Papeles para enrollar, pipas y pinzas que se usan para consumir marihuana.
- Frascos pequeños de medicina, espejos o cuadritos de vidrio que se usan para consumir cocaína.
- Prendas que huelen a spray para el cabello, latas o recipientes vacíos de pegamento que pueden ser restos del consumo de inhalantes”.

Estas y muchas otras señales pueden convertirse en posibles indicativos de consumo de drogas. Por lo que la labor del padre y madre de familia debe centrarse en observar si se presentan más de una de las señales descritas, pues de ser así es necesario tomar en cuenta las siguientes pautas:

- Además de realizar las observaciones a nivel conductual se debe analizar los aspectos emocionales, en comparación con el estado afectivo habitual de su hijo o hija.
- No se desespere, mantenga la calma y una actitud de ayuda hacia sus hijos e hijas.
- Verifique la “sospecha”, primero construya un ambiente favorable que propicie la confianza con su hijo o hija, para que él o ella, exteriorice lo que le está afectando.
- Escuche con atención, sin prejuicios, sin interpretaciones sin evaluaciones, y haga preguntas sólo para comprender mejor su problema.
- Destaque las cualidades positivas y no los defectos de sus hijos e hijas; no los reprecanda, ya que conlleva a consecuencias contrarias.
- Busque ayuda profesional.

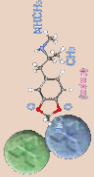


Recuerde:



“Una sola de estas señales puede no ser importante, pero cuando hay más de una, es necesario que usted aborde de inmediato el tema con su hijo e hija. Lo principal es que usted mantenga una actitud de ayuda con sus hijos e hijas, los estimule a hablar sobre su situación y no los castigue, ya que el castigo trae efectos contrarios.

Destaque sus cualidades y no sus defectos; demuéstreles afecto con gestos, palabras y caricias, en fin, promueva un ambiente familiar propicio para que su hijo e hija exteriorice aquello que lo está afectando e induciendo a las drogas”.



CLASIFICACIÓN DE DROGAS

TIPO	GENERALIDADES	¿QUÉ EFECTO PRODUCEN?	¿CUÁLES SON LAS MÁS COMUNES?
<p>ESTIMULANTES</p> 	<p>Son medicamentos de uso controlado, requieren de "receta especial" para su venta. Son estimulantes del sistema nervioso central.</p>	<p>Producen euforia excitación o aceleramiento de las funciones de la mente y el cuerpo.</p>	<p>Café - Anfetaminas - Cocaína Crack - Éxtasis y otras Drogas de diseño (drogas fabricadas en laboratorio).</p>
<p>DEPRESORAS</p> 	<p>Son depresoras del sistema nervioso central. Se encuentran en cantidades importantes en bebidas fermentadas y destiladas y en medicamentos para la tos.</p>	<p>Producen depresión de las funciones, esto no significa que causen tristeza sino que disminuye o retardan las reacciones.</p>	<p>Alcohol - Tranquilizantes Sedantes -Opio - Heroína</p>
<p>ALUCINÓGENAS</p> 	<p>Son drogas estimulantes que al llegar al cerebro, provocan alteraciones en la percepción de la realidad.</p>	<p>Alteran las percepciones provocando que las personas vean, sientan, oigan cosas que realmente no existen.</p>	<p>LSD Cierta tipo de hongos Polvo de Ángel.</p>

<p>MARIHUANA</p> 	<p>Es depresora del sistema nervioso central. En algunos casos es alucinógena, dependiendo de la calidad del producto.</p>	<p>Produce una falsa sensación de bienestar y placer, altera la forma de ver la realidad, causa lentitud en los reflejos y disminución de la capacidad de ver. Puede provocar, en algunos casos, ataques de ansiedad y alucinaciones.</p>	<p>Marihuana (THC: tetrahidrocannabinol).</p>
<p>TABACO</p> 	<p>Es un estimulante del sistema nervioso central y su principio activo es la nicotina.</p>	<p>Incrementa el ritmo cardíaco, baja la temperatura de la piel y del cuerpo, aumenta el ritmo respiratorio, causa diarrea, induce el vómito. A largo plazo produce bronquitis, enfisema y cáncer de pulmón, aumenta la posibilidad de sufrir un infarto cardíaco.</p>	<p>Tabaco (Nicotina como principal ingrediente dañino).</p>

Fuente: Trazando el Camino en Colegios.

A continuación puede encontrar una lista de lugares que ofrece información y ayuda sobre la prevención, el tratamiento del consumo y el tráfico de drogas:

• **Programas de Prevención**

Instituto Costarricense sobre Drogas (ICD)
2527-6400/Barrio Dent.

Fundación DARE de Costa Rica
2231-3539 / Pavas.

Fundación Oratorio Don Bosco de Sor María Romero Obra Laica
2257-3313 / San José

Fundación Vida y Sociedad
2224-0676 / Curridabat.

Instituto Sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA).
2224-6122 / San Pedro.

• **Centros de Tratamiento y Rehabilitación.**

Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA).
2224-6122 / San Pedro.

Hogar CREA
2230-3413 / Pavas

Asociación Ejército de Salvación
2279-5264 / Concepción de Tres Ríos

• **Denuncias por Tráfico de Drogas.**

Policía de Control de Drogas
al número 1176

Organismo de Investigación Judicial
Tel: 8008000645

Para más información sobre estos programas comuníquese con la Unidad de Proyectos de Prevención del ICD al teléfono 2527-6400/ o visite nuestra página web: www.icd.go.cr.



Elaborado por: Unidad de Proyectos de Prevención
Reimpresión, 2011