

ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN EN JÓVENES:



ACTÚA

FOMENTE

Conozca las actividad de su interés

- Presta atención a los lugares que frecuenta y conoce si hay un adulto presente.
- Explore que tipo de actividades le son de interés.

Conozca a sus amistades

- Pregunte sobre sus amigos, interactúe con ellos y con sus familias.
- Fomenta lazos sanos y positivos.

Manténgalo ocupado/a

- Disminuya el tiempo de ocio.
- Promueva hábitos deportivos, artísticos y de integración social.

Fomenta la autoestima y la comunicación

- Este atento/a a los cambios de ánimo y trabaje las fortalezas del joven.
- Reconoce sus esfuerzos y evite las comparaciones.
- La comunicación es la base para evitar conflictos. Escucha su opinión sin emitir juicio anticipado.
- Promueve espacios de diálogo sobre diferentes temas.

Estimula una conducta responsable

- Bríndale estrategias para manejar el estrés y la frustración.
- Establezca una serie de normas y límites al igual que consecuencias.
- Determina tareas que el/ella deba cumplir.

¡SE EL ADULTO QUE NECESITAN!

ESTE FOLLETO NO PRETENDE DIAGNOSTICAR CONDICIÓN ALGUNA DE SALUD.
EL MISMO ES PARA USO INFORMATIVO.



opioides@salud.pr.gov
787-765-2929, ext. 3777 o 3682.



ESCANEA Y
OBTÉN MÁS
INFORMACIÓN.



DEPARTAMENTO DE
SALUD
GOBIERNO DE PUERTO RICO