

Estar libre de drogas significa ser un mejor padre o cuidador

Es importante permanecer alejado de las drogas y el alcohol antes y después de que sus hijos nazcan. El consumo de drogas y alcohol puede afectar la salud física y emocional de sus hijos para toda la vida .

Ser un padre o cuidador es un trabajo duro. Los padres y cuidadores que abusan de las drogas y el alcohol pueden tener más dificultades para cuidar de sí mismos y de las necesidades de los niños pequeños .

Los niños que viven con los padres y cuidadores que abusan de las drogas y el alcohol pueden crecer con problemas físicos y costarles más trabajo llevarse bien con otras personas y en la escuela .

Sus hijos necesitan todo su amor y atención. Recuerde, la salud y la felicidad de sus hijos depende de usted .

WIC está aquí para su familia durante las etapas críticas del crecimiento y el desarrollo de sus hijos .

**¡Dele amor a sus hijos ,
no drogas y alcohol!**



Para ayuda e información llame:

**National Institute on Drug Abuse
1-800-662-4357**

**National Organization on Fetal
Alcohol Syndrome (NOFAS)
1-800-666-6327**

**American Lung Association
1-800-586-4872**

**National Domestic Violence Hotline
1-800-799-7233**

Consulte su directorio telefónico local para los siguientes programas:

Narcotics Anonymous (NA)

Alcoholics Anonymous (AA)

Al-ANON Family Group

Para obtener información sobre los servicios de Drogas y Alcohol disponibles en su área comuníquese con:

1-800-722-2295

www.dhfs.wisconsin.gov



**State of Wisconsin
Department of Health Services
Division of Public Health
P-40124S (08/2014)**

Adaptado con el permiso del Pennsylvania Department of Health—folleto del programa WIC.

WIC es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades

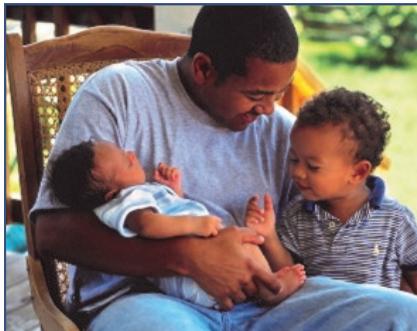
**Las drogas y el alcohol
pueden hacerle daño a
usted y a sus hijos**



**Wisconsin
Women, Infants &
Children (WIC)
Nutrition Program**

¿Padre?
¿Madre?
¿Cuidador?

La salud y la felicidad de sus hijos dependen de ustedes.



El abuso de las drogas y el alcohol puede afectar la salud física y emocional de sus hijos para toda la vida.

DROGAS y ALCOHOL

Abusar de las **drogas de la calle** (como marihuana, cocaína, cocaína crack y heroína), **cigarrillos**, **medicamentos recetados y de venta libre** y alcohol puede afectar la salud y la seguridad de sus hijos a medida que crecen.

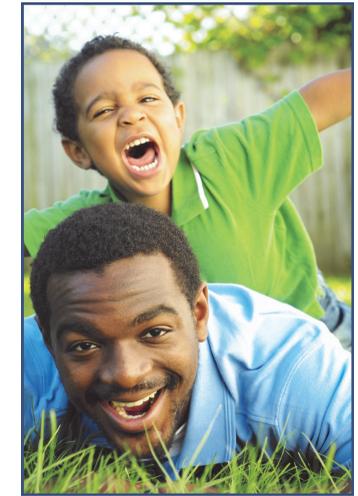
Madres, padres y cuidadores que abusan de las drogas y el alcohol pueden tener dificultades para cuidar de ellos mismos y de sus hijos.

Ellos pueden:

- Olvidarse de alimentar y bañar a sus hijos.
- Olvidarse de cargar y amar a sus hijos.
- Olvidarse de leer, jugar y prestar atención a sus hijos.
- Gritarle o pegarles a sus hijos.
- Dejar sus hijos en casa solo cuando son demasiado pequeños como para cuidar de sí mismos.
- Olvidar llevar a sus hijos al médico.
- Manejar un vehículo mientras está bajo los efectos de drogas y alcohol.

Los niños que viven con personas que abusan de las drogas y el alcohol pueden:

- Tener dificultad para calmarse a sí mismo.
- Ser hiperactivos.
- Tener dificultad para apegarse a la familia.
- Tener dificultad para aprender a ir al baño.
- Tener problemas de aprendizaje.
- Tener dificultad para comer, dormir, ver o escuchar.
- Tener dificultad para hablar.
- Tener mala memoria.
- Tener dificultad para tomar decisiones.
- Tener problemas relacionándose con otros.
- Tener dificultad para controlar la ira.
- Tener problemas en la escuela.
- Tener problemas de ansiedad o depresión.



Los niños que viven con personas que fuman pueden:

- Correr un mayor riesgo de muerte súbita del lactante (Sudden Infant Death Syndrome - SIDS)
- Tener más infecciones de oído
- Desarrollar asma
- Tener más infecciones respiratorias, bronquitis o neumonía

Si necesita ayuda, el personal de WIC puede proporcionarle más información o una referencia dentro de su comunidad.