

Guía para padres a propósito del vapeo preguntas para el debate

PANORAMA GENERAL DEL PROYECTO

La Salud Pública del Condado de Hennepin creó una serie de videos cortos en varios idiomas para concientizar a los padres sobre el vapeo. Con estos videos pretendemos proporcionar a los cuidadores información precisa que les permita tener una conversación trascendental con sus hijos para la prevención del consumo.

Los videos van acompañados de preguntas destinadas a un debate grupal guiado. A continuación se ofrecen consejos para facilitar una conversación en grupo. Las preguntas aparecen en la próxima página.

CONSEJOS PARA FACILITAR LAS SESIONES DE VIDEO Y LOS DEBATES EN GRUPO

1. Determine si es mejor realizar las proyecciones en persona o virtualmente. Considere la posibilidad de invitar a otros "expertos o defensores" para enriquecer las perspectivas y el debate. Por ejemplo, se puede invitar a un líder escolar, un experto médico o un agente de policía local. Es de gran ayuda contar con la presencia de otro adulto que modere el debate junto con usted.
2. Pruebe los videos con antelación. Familiarícese con la configuración y el sonido de su computadora antes del evento. A menudo, el sonido puede oírse en su dispositivo, pero los demás participantes en la reunión virtual no lo oyen.
3. Durante el evento, dé la bienvenida a los participantes, preséntese y comparta el cometido de la reunión. Tratándose de este tema, no se recomienda hacer presentaciones individuales. Después de la introducción, comparta la pantalla de su computadora y vean juntos los videos.
4. Determine, en función del tamaño del grupo, cómo fluirá el debate con la interacción de los participantes y calcule los tiempos. Los grupos pequeños pueden permitir un debate más detallado, mientras que los grupos grandes, no tanto. Puede ser útil colocar las preguntas en el cuadro de chat.
5. Al finalizar la proyección de los videos, se puede iniciar el debate con los participantes. Comience estableciendo las reglas básicas; he aquí algunas sugerencias:
 - a. Mantener la discusión dentro de una perspectiva general. No compartir situaciones o nombres específicos, respetar la privacidad de un niño, de otros adolescentes o amigos, o del personal.
 - b. Acordar que no se compartirá lo que otros discutan fuera de esta conversación.
 - c. Todas las preguntas son bienvenidas. Este es un tema nuevo para muchas personas.
6. Termine la conversación proporcionando recursos para la prevención del vapeo y otros contactos existentes en su comunidad. Aquí podría incluirse lo siguiente:
 - a. Contactos principales dentro del personal escolar: especialista en Salud Química, enfermería, trabajo social
 - b. [My Life, My Quit](#) programa para jóvenes para dejar de fumar
 - c. Departamento de Salud de Minnesota [E-cigarettes and Vaping webpage](#) – esta es la fuente recomendada para dirigir a los padres/tutores hacia más recursos

Guía para padres a propósito del vapeo preguntas para el debate

Hablar ahora con los jóvenes sobre los peligros del vapeo es más importante que nunca. Los cuidadores pueden informarse sobre la práctica del vapeo entre los jóvenes a través de una serie de videos gratuitos y comenzar a conversar con sus hijos para prevenir el consumo. Se proporcionan guías de apoyo y preguntas para el debate. Todos los recursos son gratuitos. Le recomendamos que los comparta con otros cuidadores.

Video en inglés: Guía para padres a propósito del vapeo

- Guía para padres a propósito del vapeo (video de 9 minutos): <https://www.youtube.com/watch?v=Do5L3egBJCA>
- Guía de apoyo en inglés: [enlace aquí](#)
- Guía para el debate en inglés: [enlace aquí](#)

Videos en español: Enlace aquí

- Guía para padres a propósito del vapeo: [enlace aquí](#)

PREGUNTAS PARA EL DEBATE:

1. A partir de su experiencia personal, ¿qué es lo que oye o ve en relación con la práctica del vapeo por parte de los jóvenes?
2. ¿Qué le parecieron los videos? ¿Qué es lo que más le ha llamado la atención o le ha sorprendido?
3. ¿Ha hablado con su hijo sobre el vapeo en el pasado? Si la respuesta es afirmativa, ¿qué podría añadir a la conversación ahora, después de ver los videos? Si aún no lo ha hecho, ¿se siente más seguro ahora para mantener una conversación abierta?
4. Hablar con su hijo de temas difíciles puede ser todo un reto. ¿Cuáles son las formas útiles de abordar una conversación para que la experiencia sea positiva para ambos?
5. Es fácil que un joven se vuelva adicto a la fuerte nicotina de los cigarrillos electrónicos. No es tan fácil como "simplemente dejar de fumar". Hay un recurso gratuito en línea especialmente diseñado para los jóvenes que se llama My Life, My Quit. Puede encontrar más información en el sitio web [My Life, My Quit](#). ¿Adónde más pueden los padres acudir en busca de ayuda o recursos cuando tienen preocupaciones sobre la adicción o la salud mental?
6. Al final de nuestro debate, piense en un pequeño paso que dará para ayudar a que su hijo se abstenga de vapear. Por favor, si se siente cómodo, compártalo.
7. ¿Desea hacer alguna otra pregunta o comentario?