

# CONTRATO PARA LA VIDA

## Una Base para Confianza y Afecto

*Este contrato está diseñado para facilitar la comunicación entre los jóvenes y sus padres sobre las decisiones con potencial destructivo con relación al alcohol, las drogas, la presión de otros jóvenes y su comportamiento. Hoy los jóvenes se encuentran con problemas que son muy difíciles para confrontarlos solos. SADD cree que la comunicación efectiva entre padres y jóvenes es sumamente importante para ayudar a los adolescentes hacer decisiones sanas.*

### EL JOVEN

Yo reconozco que cada día me enfrento a muchas decisiones con potencial destructivo y le prometo a usted que haré todo en mi poder para evitar las decisiones que podrían poner en peligro mi salud, seguridad y bienestar, o su confianza en mi. Yo comprendo los peligros relacionados con el uso del alcohol y las drogas, y las conductas destructivas asociadas con los efectos del alcohol y las drogas en el cuerpo.

Al firmar abajo yo prometo mis mejores esfuerzos para permanecer libre del alcohol y de las drogas. Yo prometo que yo nunca conduciré bajo la influencia, yo prometo que nunca me montaré con una persona manejando bajo la influencia y yo prometo que siempre usaré el cinturón de seguridad.

Finalmente, yo prometo llamarle a usted si estoy en una situación que amenaza mi seguridad y también prometo comunicarme frecuentemente con usted sobre asuntos de importancia a nosotros dos.

---

EL JOVEN

### EL PADRE (o Adulto Encargado)

Yo estoy dedicado a ti y a tu salud y seguridad. Al firmar abajo, yo me comprometo a hacer todo lo que está en mi poder para comprenderte y comunicarme contigo sobre la multitud de decisiones difíciles con potencial destructivo que tu confrontas.

Además, yo prometo facilitarte transportación sobria a casa si te encuentras en una situación que amenace tu seguridad. También yo prometo posponer discusiones sobre esta situación hasta un tiempo cuando podamos tener una discusión en una forma calmada y con afecto.

También yo hago la promesa de no manejar bajo la influencia de alcohol o de drogas. Siempre buscaré transportación sobria a casa y siempre usaré el cinturón de seguridad.

---

EL PADRE/ADULTO ENCARGADO

#### Los Estudiantes Contra Las Decisiones Destructivas

©2005 SADD, Inc., una organización sin fines de lucro de Massachusetts. SADD se reserva todos los derechos. SADD y todos los logos de SADD son marcas registradas de SADD, Inc. Las filiales de SADD y sus propios estudiantes tienen permiso de reproducir este documento en su totalidad para el uso de los estudiantes. Se prohíbe la reproducción de este documento por otras entidades (casas editoriales a otros individuos), o en totalidad o en parte, sin permiso escrito. SADD Inc. patroniza a Students Against Destructive Decisions (Los Estudiantes Contra las Decisiones Destructivas) y otros programas de salud y de seguridad.

SADD, Inc. | 255 Main Street | Marlborough, MA 01752  
1-877-SADD-INC O GRATIS | 1-508-481-3568 NUMERO DE TELEFONO |  
1-508-481-5759 FAX | [www.sadd.org](http://www.sadd.org)

