

Te invitamos a decir

no

8

Si vas a ligar y tienes relaciones sexuales, bebe lo menos posible, porque el alcohol reduce la excitación.

9

Si te sientes mal, o sientes mareo, acude al médico.

10

Está prohibido el consumo y la venta a menores de 18 años, y para los mayores de edad, beber alcohol en la calle, excepto en los lugares habilitados para ello.



INFÓRMATE
900 84 50 40

drogadicciones.cibs@juntadeandalucia.es



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA PARA LA IGUALDAD Y BIENESTAR SOCIAL

CONSEJERÍA PARA LA IGUALDAD Y BIENESTAR SOCIAL

te invitamos
a decir

no

alcohol

CAMPAÑA DE PREVENCIÓN
DE LAS DROGODEPENDENCIAS Y ADICCIONES



JUNTA DE ANDALUCÍA



alcohol

te invitamos
a decir **no**

El **ALCOHOL** es la misma sustancia química presente en todas las bebidas alcohólicas: Vino, Cerveza o Licores.

Deprime el sistema nervioso y produce desinhibición, por lo que al principio, puede ser gratificante para algunas personas.

Pero es una **DROGA**, que produce **DEPENDENCIA** (Alcoholismo) y **TOLERANCIA** (necesidad de aumentar la cantidad para conseguir los mismos efectos).

También produce efectos tóxicos: cirrosis hepática, gastritis, aumenta la presión sanguínea, cáncer y otras graves consecuencias como accidentes de tráfico y agresividad.



Tu cuerpo no lo necesita, pero si en alguna ocasión vas a tomar una copa, sigue estos **consejos**:

1

Come lo suficiente para evitar los efectos tóxicos sobre el estómago vacío.

2

No tomes demasiadas copas, de esta forma evitarás la borrachera, que aumenta el daño físico y psíquico y produce peleas y accidentes.

3

No utilices el alcohol para afrontar "mejor" situaciones difíciles, ya que estas pueden empeorar al disminuir tus capacidades.

4

Abstinencia, si padeces alguna enfermedad del hígado, riñón o problemas psicológicos, si estás embarazada o tienes menos de 18 años.

6

Evita los accidentes, desplázate en autobús, tren o taxi. No conduzcas.

5

Nunca mezcles alcohol con otras drogas y medicamentos.

7

Bebe poquito a poco, porque reduce el daño y se saborea mejor.

