

Y EL MUNDO
DEL ALCOHOL.
NO LA TRASPASES.



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA PARA LA IGUALDAD Y BIENESTAR SOCIAL

900845040
drogadicciones.cibs@juntadeandalucia.es

AQUÍ LO TIENES TODO

AMIGOS

TRABAJO

FAMILIA

FUTURO

VIDA

AQUÍ LO PIERDES TODO

CORTA CON
EL ALCOHOL



EXISTE UNA DELGADA LÍNEA ENTRE TU MUNDO

El ALCOHOL es un depresor del sistema nervioso (enlentece las funciones vitales). Es una DROGA que altera las percepciones, las emociones y los sentidos. Produce DEPENDENCIA (alcoholismo) y TOLERANCIA (necesidad de aumentar la cantidad para conseguir los mismos efectos). También produce EFECTOS TÓXICOS: cirrosis hepática, úlcera de estómago, aumenta la presión sanguínea, cáncer... y otras graves consecuencias como accidentes de tráfico y agresividad. Las chicas lo metabolizan más lentamente, por lo que será mayor su alcoholemia (=nivel de alcohol en sangre).

Y EL MUNDO DEL ALCOHOL



- 1.- Come lo suficiente para evitar los efectos tóxicos sobre el estómago vacío. Bebe poquito a poco porque reduce el daño y se saborea mejor.
- 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 éstas pueden empeorar al disminuir las capacidades.
- 4.- Si padeces alguna enfermedad, o estas embarazada no bebas.

- 5.- Si bebes no conduzcas, desplázate en autobús, taxi, o que alguien te lleve.
- 6.- El alcohol entorpece las relaciones sexuales.
- 7.- NO MEZCLES sustancias. Si lo haces es recomendable consumir dosis más pequeñas y más espaciadas. El "veneno" está en la dosis y en la frecuencia de consumo.
- 8.- 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.