



Ajuntament de la Pobla de Vallbona

Avinguda de Colón, 93 • Telèfon 96 276 00 50 • Fax 96 276 00 26 • CP 46185 • C.I.F. P-46/20400 D

www.lapobladevallbona.es • www.facebook.com/ajuntamentlapobladevallbona • twitter: @ajtlapobla

Alcohol

Es una droga legal casi tan vieja como la humanidad y que se ha utilizado continuamente a lo largo de los años. Actualmente está mucho arraigada en nuestra sociedad y se consume en casi todos los ámbitos sociales y a cualquiera edad. El acceso es fácil y se consume como algo normal, pero esto lleva a que muchos no controlen y se pasen. Por eso es importante saber los riesgos y las consecuencias, así como las consideraciones a tener en cuenta si decides consumirlo.

SÉ LO QUE ME HAGO

En parte también nos gusta beber por que nos permite tener una visión de la realidad diferente de la que vemos día a día, pero esta calidad "tan divertida" del alcohol, puede significar tener problemas a la hora de hacer cosas en las que necesitamos estar a límite con los cinco sentidos: conducir, estudiar, hablar cosas importantes, etc.

CUANDO QUIERO BEBO Y SI NO, NO!

Lo bueno del alcohol es que puedes beber cuando quieras y no te atalaja como "otras drogas", aunque esto es solo una percepción ya que el alcoholismo (depender del alcohol) se suele desarrollar a largo plazo. Pero es importante pensar si has ido incrementando las cantidades poco a poco, para eso compara el que bebías hace algún tiempo con el que bebes ahora. Mide lo que bebes.

CONSIDERACIONES (SI DECIDES BEBER) Y NO QUIERES TENER PROBLEMAS CON LA BEBIDA

Comienza a beber tarde, hay mucha noche por ante y muchos chico/se por conocer.

Bebe despacio (saboreando), no estás obligado a colocarte.

Colocarte son 10 o 15 minutos y después Qué?...Malos rollos, vomitar, etc.

Es mejor beber con el vapuleo lleno.

No mezclas distintas clases de bebida (cerveza, licores, etc) y si bote ser que sea de buena marca.