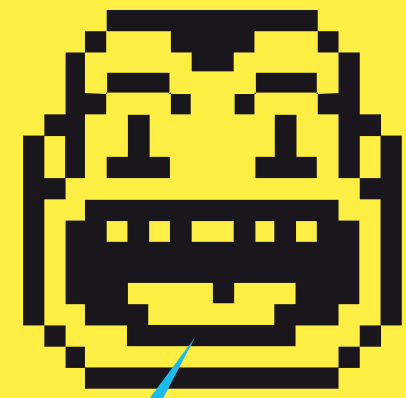




COM HO VEUEN ELS ADULTS?

Molts adults creuen que tots els joves fan botelló, que tots s'emborratxen, que la seua forma de divertir-se genera vandalisme, que embruten, molesten... Creuen que els joves hui en dia no tenen valors, que no saben divertir-se, que cal oferir-los alternatives, que ells no les saben buscar...
I tu, què els diries?



PER QUÈ BEUEN ELS JÓVENS?

El que diuen ells:

- "Perquè sí"
- "Per a relaxar-me"
- "Per a divertir-me"
- "Perquè m'agrada"
- "Per a oblidar"
- "Per timidesa"
- "Per a relacionar-me millor amb els altres".



El que no diuen però que ix després d'una anàlisi més profunda:

- Per evasió
- Com a mitjà d'integració grupal
- Esta forma de consum facilita el distanciament del món dels adults
- Alcohol com a desinhibidor
- Alcohol com a element clau, definitori de la cultura juvenil: està de moda

PER QUÈ MOLTS JÓVENS NO BEUEN?

- Perquè danya la salut
- Per la pèrdua de control que comporta
- Pels efectes molestos
- Pels accidents
- Perquè no els agrada

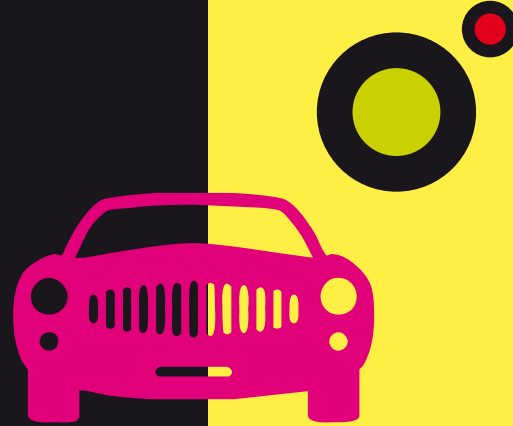
-18

QUÈ DIU LA LLEI?

L'Ordenança Municipal de l'Ajuntament d'Alacant, reguladora d'esta matèria, prohibix la promoció, el subministrament, la dispensació i la venda d'alcohol a menors de 18 anys i prohibix el consum de begudes alcohòliques als espais i les vies públiques excepte autorització expressa en "festes populars", amb multa de fins a 300 euros (d'acord amb els articles 69 i 70 de la LLEI 10/2014, de 19 de desembre, de la Generalitat, de Salut de la Comunitat Valenciana).

Al volant ZERO GRAUS

Si superes la taxa màxima d'alcohol permesa pots tindre una multa d'entre 302 i 602 euros amb la suspensió del permís de conduir per un període de fins a tres mesos (segons la Llei de Seguretat Vial), i si superes la taxa de 0,60 en aire respirat, pots ser castigat amb la pena de presó de tres a sis mesos o la de multa de sis a dotze mesos i treballs en benefici de la comunitat de trenta-un a noranta dies, i, en tot cas, la de privació del dret a conduir per temps superior a un i fins a quatre anys (segons Codi Penal).



alcohol+conducció

Conduir amb alcohol és un comportament irresponsable i insolidari; altres poden pagar car el teu mal cap. Busca' una altra alternativa: qualsevol transport públic que funcione, un taxi, un col·lega que estiga en condicions...
Planifica't: si saps que beuràs, no agafes la moto o el cotxe i preveu com evitaràs temptacions d'última hora. Espera't que el passe la mona: almenys, tantes hores com copes hages pres. Que tot açò és una moguda? Ja, però és que tu has decidit beure, i si tu decidixes... tu carregues amb les conseqüències. Per cert, si tu has controlat... No pugues a un vehicle que conduísca algú que ha begut!

ALCOHOL. PARLEM D'UNA DROGA

Una droga és una substància que produïx modificacions en l'organisme actuant sobre el sistema nerviós central (SNC), que és l'encarregat de coordinar i controlar els diferents òrgans i funcions del cos.

Una droga és capaç, per mitjà d'estes alteracions, de modificar el comportament i la capacitat de percebre, de sentir i de pensar de la gent, i pot arribar a produir un estat de dependència.

Junt amb el tabac, l'alcohol és una droga legal i el seu consum està socialment tolerat. Junt amb els opiacis, barbitúrics i tranquil·litzants menors, l'alcohol forma part del grup de drogues depressores del SNC, és a dir, bloquegen el funcionament cerebral provocant reaccions que poden anar des de la desinhibició fins al coma, en un procés progressiu d'endormiscament cerebral.



EFFECTES SOCIALS

Problemes en el nucli familiar (desorganització, crisi, maltractaments...), problemes laborals (absentisme, inestabilitat laboral, accidents...), conductes delictives, alteracions d'orde, accidents de trànsit.

EFFECTES DE L'ALCOHOL

Els efectes del consum d'alcohol no sempre són previsibles. Com qualsevol droga dependran dels factors següents: característiques de la persona que beu, tant físiques (pes, sexe, malalties...) com psicològiques (caràcter, història de problemes psíquics...); de l'estat d'ànim en el moment de la ingesta; d'haver menjat o no; de les expectatives del consum; de l'entorn; i de la quantitat d'alcohol i la rapidesa amb què es bega.

Beure alcohol pot fer que la gent:

- Senta que es diverteix més.
- Tinga confiança en si mateixa.
- Se senta relaxada i tranquil·la.
- Siga més oberta i vulga conversar més.
- S'allibere i perda la inhibició.
- Senta que encaixa socialment.
- Se senta feliç i riga més.
- Oblide els seus problemes per un estona.
- Pense que té el valor de vèncer els seus temors.

Beure alcohol també pot tindre els seus inconvenients:

- Perds coordinació i et tornes més desmanotat.
- Massa alcohol et provoca visió doble i et fa arrossegar les paraules quan parles.
- Beure quan estàs deprimit pot aguditzar encara més la teua depressió.
- Una ressaca intensa et provoca un malestar molt desagradable; el teu cap pareix esclatar, et sents descompost i et fa mal l'estómac.
- En els hòmens, pot alterar la potència sexual.
- Pots patir pèrdua temporal de la memòria o oblidar el que vas fer durant un llarg període. Si estàs sol podries desmaiarte, perdre el coneixement i fins i tot una cosa tan greu com ofegar-te amb el teu propi vòmit.
- Comportaments violents.
- Accidents de trànsit.
- Relacions sexuals no desitjades.
- Intoxicacions etiliques.



EFFECTES ORGÀNICS

A pocs minuts de la ingesta d'alcohol, este passa a través de les parets de l'estómac a la sang, on pot arribar a mantindre's 18 hores i des d'ella exercix la seua acció sobre els òrgans del cos. El fetge és l'encarregat de metabolitzar l'alcohol.

La ingesta continuada d'alcohol pot produir:

- Trastorns digestius:** esofagitis, gastritis estomacal, mala absorció de nutrients a nivell intestinal, pancreatitis, hepatitis i cirrosi hepàtica.
- Trastorns cardiovasculars:** arítmies i insuficiència cardíaca, hipertensió arterial.
- Trastorns hematològics:** anèmia, disminució de leucòcits i plaquetes.
- Trastorns neurològics i psiquiàtrics:** encefalopaties, amnèsies, deteriorament cognitiu, al·lucinacions, trastorns depressius i d'ansietat.

EFFECTES PSICOLÒGICS

L'alcohol afecta els centres superiors del cervell o el que és el mateix, els sentiments, la reflexió, la memòria, l'atenció i el control social. L'alcohol és un depressor del SNC, actua bloquejant el funcionament del sistema cerebral responsable de controlar les inhibicions; en disminuir el control d'eixes inhibicions, a determinades quantitats d'alcohol ingerit, el subjecte se sent eufòric. El consum continuat provoca irritabilitat, agressivitat, insomni, confusió, deliris i al·lucinacions amb idees de persecució que poden derivar en demència.



alcohol+violència

L'alcohol està implicat en molts dels episodis de violència domèstica, violència de gènere i violència al carrer.

Afrontar els mals rotllos i els problemes amb alcohol pot tenir conseqüències impredecibles i irreparables.

Hi ha gent a qui beure li senta malament, es posa bocamolla, faltona o bavosa. Hi ha gent a qui l'alcohol li trau tot el pitjor que porta dins o simplement, algú que ha tingut un mal dia o una mala ratxa beu i l'agafa amb tot i amb tots.

Si eres "dels que es calfen prompte" o "se t'escapa la mà fàcilment", controla't i passa de beure, entre altres coses perquè no hagen de "controlar-te" els altres.



alcohol+col·legues

Davant d'un cas d'intoxicació alcohòlica (un que va molt borratxo, vaja, o que ja no respon):

- No deixes penjat el teu col·lega, encara que a l'endemà li pegues un paquet per l'esglai.
- Evita que agafe el cotxe o la moto per molt que s'encabote.
- Controla que no es fique en cap "moguda xunga".
- Es pot intentar provocar el vòmit per expulsar la beguda que encara quede en el tub digestiu sense digerir, però només si està conscient (i assegura't que després no torna a beure).
- Si ha vomitat se li pot donar alguna beguda amb sucre.
- Se l'ha d'abrigar, sobretot perquè ell sentirà calor i s'encabotarà a llevar-se roba i la situació empitjorarà.
- És convenient tombar-lo de costat: esta posició evita aspiracions del vòmit amb risc d'ofegar-se en cas d'estar inconscient.
- Si últimament li ocorre ben sovint, fes-li un toc, parla amb ell, proposa-li que s'agafe una temporada de relax; vinga, preocupat, és el teu amic, no?
- Si arriba a perdre la consciència cal acudir a un centre sanitari: TELEFONA A URGÈNCIES> 112



alcohol+sexe

Davall els efectes de l'alcohol és més fàcil que es realitzen pràctiques sexuals sense protecció, amb la qual cosa augmenta la possibilitat d'embarossos no desitjats i de malalties de transmissió sexual.

RECORDA: "EL SEXE AMB ALCOHOL ÉS SEXE AMB POC CERVELL".

