

ALCOHOL

COMIC INFORMATIVO PARA USUARI@S DE ALCOHOL



ailaket!!

El alcohol etílico es una sustancia depresora. Depresores son aquellas drogas que deprimen el sistema nervioso central. Hace que nuestro cuerpo, en general, funcione más lento.

**HACE QUE NUESTRO CUERPO, EN GENERAL,
FUNCIONE MÁS LENTO**



En nuestra sociedad, el consumo de ésta sustancia esta muy normalizado, por lo tanto la percepción del riesgo es muy baja. Generalmente buscamos el placer sin considerar mucho los riesgos.

DOS JARRAS, POR FAVOR

**Y PARA MÍ
OTRAS
DOS**



Si bebes lo mejor es hacerlo pausadamente, saboreando ,cada sorbo, sin mezclar e intercalando bebidas sin alcohol. El alcohol deshidrata.



En la ingestión de alcohol, podemos diferenciar 3 fases en sus efectos:

Dosis moderadas

Sensación de seguridad, euforia, risa fácil, mayor lentitud en los reflejos y en la capacidad de reacción.

Dosis medias altas

Visión distorsionada, somnolencia, dificultades para caminar y para hablar fluidamente. También pueden darse mareos, náuseas, vómitos y una actitud hostil y agresiva.

Dosis altas o sobredosis

Perdida de conciencia, de reflejos y en ocasiones puede darse una parada cardiorrespiratoria.



La mezcla de alcohol con otras drogas aumenta posibles riesgos. Esto no quiere decir que no se pueda mezclar, sino que al mezclarlo con otras sustancias incrementamos los riesgos de efectos secundarios.



No es recomendable mezclar alcohol con antibióticos, ya que puede provocar que estos últimos pierdan efectividad. Lee siempre el prospecto que acompaña al medicamento.



El consumo de alcohol produce 50 veces más muertes que todas las drogas ilegales juntas. La dependencia física y psíquica es de las más graves.



Un consumo excesivo y/o continuado (con regularidad, todos los días, todos los fines de semana..) puede conllevar problemas de salud a nivel hepático, estomacal, vascular y de páncreas. Si de repente en tu vida se tuercen las cosas es bueno reflexionar acerca de los porqués y si existe un uso inadecuado que pueda influir.



Si te has sobrado, lo del café, vomitar, duchas frías... No sirve de nada para reducir el nivel de alcohol. Para que se te pase el pedo hace falta tiempo, paciencia y descanso. En caso de coma etílico conviene tapar a la persona, colocarla de costado, vigilar que no se ahogue si vomita y llamar a una ambulancia.



**PUES LLEVO
SIETE HORAS
DUCHÁNDOME
CON AGUA FRÍA
Y YA SE ME
VA PASANDO**

Cuando bebemos rollo botellón, kinitos, etc. Unos vasos de plástico pueden indicarnos cuanto estamos bebiendo. Beber rápido engaña al cuerpo y a la mente, así que no te dejes engañar si es que no quieres beber.

**Y CON ESTE CONTADOR EN LA GARGANTA
CONTROLO EXACTAMENTE
LO QUE
BEBO**



Si te pasas y te quedas dormido o inconsciente en la calle te pueden robar entre otras cosas. Se han dado casos de éste tipo, así que ándate.



Los efectos también dependen del peso, de si eres chico o chica. Por último, ten en cuenta que la decisión de consumir es únicamente tuya: Depende de ti y no de los demás.



ailaket!!

Desde Ai laket!! apostamos por aprender a convivir con las diversas sustancias psicoactivas, desde la óptica del consumo responsable y la autogestión de los riesgos derivados de su uso.

Creemos que consumir drogas o no es una decisión personal que debe ser adoptada de manera libre e informada por personas adultas. Ai laket!! no pretende influir sobre esa decisión, sino aportar información rigurosa, práctica y creíble para que, de producirse el consumo, este sea el resultado de una reflexión que incluya el mayor número posible de elementos de juicio.



www.ailaket.com - ailaket@ailaket.com
Ai Laket!! Tel: 945 23 15 60
C/ Fundadora Siervas de Jesús, 40
01001 Vitoria-Gasteiz (Álava)

editado por:

ailaket!!

con la colaboración de:



comic realizado por:

YINATA