



Desde el Ministerio de Educación de la Nación estamos trabajando para prevenir el consumo de drogas y que esto no se convierta en un obstáculo para tus proyectos.

La última encuesta realizada* a chicos de 13 a 17 años sobre Consumo de Sustancias en Estudiantes de Nivel Medio, destaca que el alcohol es la sustancia de mayor consumo:

- alrededor del 50% había tomado alguna bebida alcohólica durante el último mes,
- casi el 30% de ello/as reconocieron haberse emborrachado o tomado más de la cuenta,
- más del 30% de los que tomaron se olvidó lo que hizo después de tomar.

Siempre el primer paso es poder hablar de estas cosas, pedir ayuda y no tener miedo. La escuela no puede permanecer ajena a los problemas de quienes la habitamos.

A través de esta campaña nacional de prevención Hablemos del tema queremos contarte un par de cosas que pueden ayudarte.

*2011, SEDRONAR



contacto

Tel. (54 11) 4129-1467
Mail: educacionyprevencion@me.gov.ar
Web: www.me.gov.ar

Programa Nacional de Educación y Prevención sobre las Adicciones y el Consumo Indebido de Drogas

Si sos adolescente te recomendamos **NO** tomar alcohol porque:

- Tu cuerpo está en crecimiento y es más vulnerable a sus efectos.
- Afecta tu rendimiento escolar porque perturba la capacidad de atención y concentración.
- Si practicas deportes baja tu capacidad física y aumenta el riesgo de lesiones.
- Aumenta el riesgo de dependencia en la edad adulta.

Por eso la Ley N° 24.788 de lucha contra el alcoholismo te protege prohibiendo en todo el territorio nacional el expendio de bebidas alcohólicas y toda publicidad o incentivo de consumo dirigido a menores de edad.

Si un/a amig@ o tu novi@ tiene problemas con el alcohol tené en cuenta las siguientes sugerencias para ayudar@:

- Evitá retarl@. Difícilmente te escuche y es probable que termines peleándote.
- Mostrale tu preocupación en un momento tranquilo y en privado.
- Interesate por los motivos que tiene para beber de ese modo y mostrale respeto, comprensión y apoyo.
- Intentá hacerl@ reflexionar sobre su consumo, ayudal@ a pensar los problemas que le ocasiona.
- Ofrece acompañarlo@ al médico o a un servicio de asesoramiento.
- No te responsabilices de más ni le hagas el aguante eternamente. Si sentís que la situación se te va de las manos, busca apoyo en adultos cercanos que puedan intervenir más firmemente.

Se trata de **CUIDARTE** y **CUIDAR A LOS DEMÁS** por eso si alguien a tu alrededor tomó de mas:

- No le permitas manejar
- Lleval@ a un lugar tranquilo y ventilado
- Aflojale la ropa
- Abrigal@
- No lo dejes solo/a
- Dale mucha agua
- Si está descompuest@ o se desmayó ponel@ de costado para que no se ahogue si vomita
- No dudes en pedir ayuda y llamar a un servicio médico

