



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](mailto:educacionyprevencion@me.gov.ar)  
Web: [www.me.gov.ar](http://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

