



Secretaría de Educación
Subsecretaría de Educación Básica
Coordinación General de Innovación
y Calidad Educativa
Programa Escuela y Salud
Blvd. Francisco Coss y Av. Magisterio s/n
Teléfono [844] 4-11-88-00 ext. 3743
Correo electrónico:
escuela_salud@seducuahuila.gob.mx

¿Cuáles son las consecuencias del consumo reiterado?

Deterioro en diversos órganos como el estómago, el hígado, los riñones y el corazón, así como el sistema nervioso.

La cirrosis hepática y las enfermedades cardíacas se relacionan con el consumo reiterado del alcohol.

El alcohólico puede padecer delirium tremens, que es un estado de desequilibrio mental en el que se experimentan alucinaciones: se ven, se huelen, se oyen o se sienten cosas que en realidad no existen; conjuntamente con síntomas físicos como temperatura y pulso elevados, sudoración excesiva y temblores que estremecen todo el cuerpo. El alcohólico pierde el interés por lo que le rodea, que puede ocasionar pérdida de su empleo y familia.

¿Evita incrementar las estadísticas!

- Maltrato infantil.
- Violencia intrafamiliar.
- Riñas callejeras.
- Problemas económicos y legales.
- Accidentes en el hogar, trabajo y vía pública.
- Muertes por accidentes automovilísticos.
- Olvido de precauciones necesarias para evitar embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual y VIH/Sida.
- “Síndrome alcohólico fetal” que implica formación de un cráneo pequeño, facciones anormales, retardo físico y mental por consumir bebidas alcohólicas durante el embarazo.



Secretaría de Educación y Cultura
Subsecretaría de Educación Básica
Coordinación General de Innovación y
Calidad Educativa

Alcohol

Prevención de Adicciones en las Escuelas.

Estimado joven:

Tu eres muy importante, no permitas que otros decidan por ti, al regalarte un cigarro, una copa de vino o una droga están atentando contra tu salud y proyecto de vida; tu preparación educativa y éxito profesional, así como un feliz desenvolvimiento familiar y afectivo pueden esfumarse.

- ✓ Convive con tu familia, amigos y comunidad.
- ✓ Desarrolla tus habilidades y capacidades para resolver problemas y situaciones difíciles con asertividad y confianza en ti mismo.
- ✓ Haz deporte, manténte en contacto con la naturaleza.
- ✓ Expresa afecto, comunica lo que sientes.
- ✓ Desarrolla tus proyectos y colabora en los de otras personas.
- ✓ Construye una escala de valores (espirituales, políticos, religiosos, etc) que canalice tus inquietudes y le de sentido a tu vida.
- ✓ No pruebes ningún tipo de sustancia desconocida aunque te inviten con insistencia.
- ✓ Sigue estudiando y preparándote para la vida.

¿Qué es el alcohol?

Un depresor del sistema nervioso central y la droga legal de más alto consumo y que cuenta con el mayor número de adictos debido a que las bebidas que lo contienen gozan de gran aceptación social y su consumo se encuentra muy arraigado en nuestra cultura.

Cuando el consumo de bebidas alcohólicas es fuerte y frecuente se produce tolerancia, es decir, el organismo requiere una mayor dosis de alcohol para obtener las mismas sensaciones. Esta necesidad que se va generando hacia el incremento de la cantidad de bebida facilita la adicción o alcoholismo y cuando éste se presenta, existen grandes dificultades para detener el consumo desarrollándose incluso síntomas como náuseas, temblores y ansiedad al suspender la utilización del alcohol.

¿Cuáles son los efectos inmediatos del consumo de las bebidas alcohólicas?

Los efectos se presentan en una secuencia de cinco etapas, siempre que el individuo continúe bebiendo de acuerdo con la cantidad y el tipo de bebida ingerida, así como el volumen de alimentos que se encuentran en el estómago, el sexo y el peso corporal de la persona y las circunstancias en que se bebe.

- 1 El sujeto se ve relajado, comunicativo, sociable y desinhibido, debido a que el alcohol primero deprime los centros nerviosos que controlan la inhibición de los impulsos, por lo que la conducta se libera, el individuo parece excitado.
- 2 La conducta es esencialmente emocional, errática, se presentan problemas de juicio y dificultad para la coordinación muscular así como trastornos de la visión y del equilibrio.
- 3 El individuo presenta confusión mental, se tambalea al caminar, tiene visión doble, pánico, agresividad, llanto. Dificultades para pronunciar adecuadamente las palabras y comprender lo que dice.
- 4 Incapacidad para sostenerse de pie, vómitos, intolerancia de la orina, estupor, aproximación a la inconciencia.
- 5 Inconciencia, ausencia de reflejos. Estado de coma que puede llevar a la muerte por parálisis respiratoria.

