

Apunts sobre:

17

L'alcohol





“L’alcohol és dolent. No beguis”

**“Sense alcohol no hi ha festa,
ni festa sense alcohol”**

**“L’alcohol és bo
sempre que no ens passem”**

En què quedem?... És bo o dolent?...

**Per tenir-ho clar ens cal
saber-ne més...**

Sembla que tot va bé si se sap beure.
Però què vol dir “saber beure”?

**Pitjor que no tenir informació és tenir
informació incorrecta.**

**Cal diferenciar el què són fakes del que és
informació fiable.**



Sabem que...

L'alcohol és la droga que més es consumeix arreu del món.


"Si fos tan dolent, estaria prohibit, no?"

Algunes drogues NO són legals, però d'altres SÍ que ho són. De les legals, n'hi ha que es poden comprar i vendre seguint unes normatives estrictes (per exemple, alguns medicaments, que només podem obtenir-los amb una recepta mèdica).

D'altres drogues, també legals, com l'alcohol o la nicotina, només cal tenir 18 anys per poder-les adquirir.

Que una droga estigui legalitzada, NO VOL DIR que el seu ús sigui segur ni saludable, només que la seva compravenda està regulada per llei.





Després de beure molt, el truc està en beure un cafè i ja puc conduir sense perill.

**FAKE
NEW**

L'única manera que l'alcohol surti de la sang es deixar passar el temps suficient perquè sigui metabolitzat¹. Ni prendre altres substàncies, ni dutxes d'aigua freda, ni cafès faran que el nostre cos elimini l'alcohol més ràpidament.

"Si bec alcohol amb cola o begudes energètiques, no em puja tant"

**FAKE
NEW**

La combinació d'alcohol amb begudes amb cafeïna o altres estimulants accelera la intoxicació perquè l'efecte d'aquestes pot emmascarar els efectes de l'alcohol i la persona pot no adonar-se que s'està passant amb l'alcohol.

¹Metabolitzar l'alcohol: que el fetge el transformi en una substància que pugui ser eliminada de l'organisme amb l'ajut del ronyó.

"L'alcohol no és una droga dura, és tova"

FAKE
NEW

Droga tova vol dir que es pot consumir sense perills?

O, que ocasiona menys problemes que d'altres?

O, que no crea tanta dependència?

O, que és legal?

Si per droga tova s'entén que no causa tants problemes com d'altres...

És sabut que l'alcohol ocasiona més morts (accidents de trànsit i laborals) que altres drogues, i també moltes més malalties associades al seu consum.

"Qui està acostumat a beure, s'emborratxa menys"

FAKE
NEW

La persona que ha desenvolupat més tolerància a l'alcohol, no s'emborratxa menys, sinó

que els símptomes de la borratxera se li noten menys, tot i que pateix els mateixos efectes: descoordinació, manca de reflexos, apatia...

Respecte a la dependència, hi ha qui no pot passar de beure ni un dia, i això és un indicatiu de dependència psíquica... la dependència física de l'alcohol pot arribar a ser tan forta que una persona pot arribar a tenir la síndrome d'abstinència.

Tot i ser legal, l'alcohol és una
droga tan perillosa
com les altres si se n'abusa.

Sabies que...

Del total de morts per accident de trànsit, la meitat tenen a veure amb l'alcohol, i que els accidents són la primera causa de mort en joves menors de 25 anys?



Una miqueta d'història i curiositats

L'alcohol probablement està present en moltes vides, tant en els bons moments com en els dolents. És la droga social per excel·lència. Es fa servir en moltes celebracions, en els moments tristos, per lligar, per gaudir d'un bon àpat, per "sortir de marxa"...





La gran preocupació en gairebé tots els països és el consum excessiu d'alcohol, lligat a les seves conseqüències negatives, sobretot en la gent jove.

Per aquest motiu s'ha intentat controlar a través de les lleis el consum abusiu. L'intent més rellevant per acabar amb el consum descontrolat d'alcohol, es va portar a terme als EUA a la segona dècada del segle XX amb la Llei Volstead, coneguda popularment com la Llei Seca. Aquesta llei va estar vigent durant 13 anys i va fer palès com és de difícil controlar el consum d'alcohol a través de la prohibició... això va comportar corrupcions, tràfic de begudes, adulteracions i coses tan curioses com:

Durant aquest període de la Llei seca als EUA es van fer popular uns paquets de suc de fruita amb les següents instruccions: "ATENCIÓ, el contingut d'aquest paquet NO ha de posar-se en un vas de fang, mesclar-lo amb llevat i 8 litres d'aigua, perquè llavors s'obtidria una beguda alcohòlica". Va ser un producte molt exitós.

Jo controlo!

N'estàs segur? On està el límit?

Beure més d'una determinada quantitat?... beure més d'una o dues consumicions? Emborratjar-se?... Vomitar?... Beure cada dia?... Competir per veure qui aguanta més l'alcohol?... Beure quan s'ha de conduir?... Beure quan s'és menor d'edat?... Beure sempre que se surt de marxa, es vol lligar, hom es troba deprimit o deprimida, s'ha tingut un disgust?...

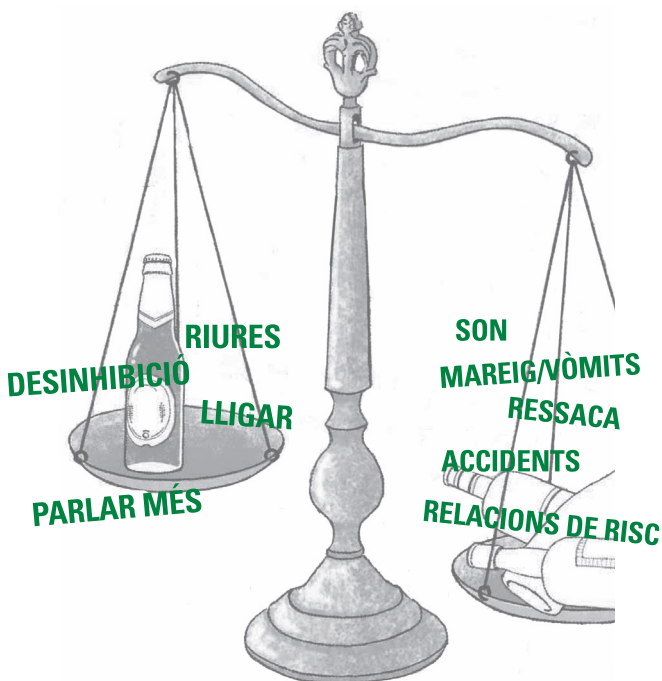
Passar-se és aquella forma de consum que augmenta el risc de produir conseqüències negatives a la persona o el seu entorn. És a dir, de posar en perill la pròpia salut i la dels altres, ja sigui físicament, psíquicament o socialment.

Estem d'acord, doncs, que les begudes alcohòliques tenen aspectes molt atractius: quedar bé davant dels amics i amigues, semblar "més gran", "agafar el puntet" i sentir-se més divertit o divertida... Però també hi ha la part negativa: vomitar, tenir ressaca, arribar a fer coses que després farà vergonya recordar, fer coses perilloses i provocar accidents...

Si s'acostuma a prendre'n en abundància i sovint, fins i tot pots acabar patint una addicció; perquè l'alcohol té una gran potència per crear tolerància i dependència.



Passar-se és arriscar-se



Sempre decidim nosaltres?

“Vinga va, beu una mica. Tothom ho fa... no saps divertir-te.”

Doncs no, no sempre es decideix lliurement també ens influeix: la publicitat insistent i enganyosa de l'alcohol, la magnificació dels seus aspectes atractius, l'oferta de consum, la tabarra que donen algunes amigues i amics, etc.

Creus que és fàcil poder decidir lliurement?

Veure alcohol ha de ser una decisió personal, si no es vol beure no passa res, encara que els amics i amigues ho facin. Sovint, en un grup no agrada a totes les persones el mateix.

Glossari

➤ Pet

Soroll sec que fa una cosa en trencar-se alguna cosa, en batre l'aire violentament.

En plural, grup de música autor de "Bon dia"...

També "anar pet", estar ebri, begut.

➤ Mamat

Haver xuclat la llet materna.

Beure fins trastornar els sentits.

➤ Sant Hilari

Municipi de la comarca de La Selva.

Brindis en què el got (i qui diu el got, diu la llauna, la gerra, etc.) es buida tot d'un sol glop.

➤ Taja

Armadura formada de diversos pals col·locada sobre el basti per a portar més subjecta la càrrega de messes, llenyes, etc.

Anar borratxo.



➤ **Botellón**

Ampolla gran.

També reunió a l'aire lliure de joves, en la que es consumeix en abundància begudes alcohòliques.

➤ **Dormir la mona**

Costum del segle XVI de donar vi a les mones per veure l'efecte que els hi causava.

Quan una persona cau dormit profundament per causa de l'excés d'alcohol.

➤ **Canya**

Tija de diferents plantes.

Mesura de cervesa de barril que es serveix habitualment, amb més o menys gràcia, equivalent a 200 cc.

➤ **Castanya**

Fruita del castanyer. Si es fan a la brasa, ajuden a pagar els viatges de fi de curs.

Estat d'embriaguesa.

Fitxa de recursos

A SABADELL



Oficina Jove

Tel. 93 745 33 01

A/e: oficinajove@ajsabadell.cat

www.Sabadell.cat/jove

També pots contactar amb nosaltres per

WHATSAPP: 689 32 19 45

- de dilluns a dijous, de 9 a 15 i de 16 a 18 h

- divendres, de 9 a 15 h

Promoció de la Salut

Tel. 93 745 34 05

A/e. promociosalut@ajsabadell.cat

SAID (Servei d'Atenció i Informació de Drogues)

Principalment adreçat a joves però també a les seves famílies i a professionals per orientar sobre qüestions relacionades amb el consum de drogues.

> infodrogues@ajsabadell.cat

> Tel. 680 402 795

> Presencialment a l'Oficina Jove:
els dimarts, de 9 a 15 h i els dijous de 16 a 18 h
c. de Blasco de Garay, 19, Sabadell

Tel. 93 745 33 01

Assessoria confidencial i gratuïta.

PER MÉS RECURSOS:

<http://web.sabadell.cat/joves/serveis-joves/joves-publicacions/recull-de-recursos>

WEBS D'INTERÈS

El pep: <http://el pep.info>
(fins a 18 anys)

La Clara: <http://laclara.info>
(majors de 18 anys)

Energy Control: <http://energycontrol.org>
(majors de 18 anys)

Drogues hemeretoca virtual
<http://hemerotecadrogues.cat>

Apunts publicats

A l'**Oficina Jove** hi trobareu totes les publicacions editades.
N'hi ha més de 20, amb temàtiques diverses.

També us les podeu descarregar al web de joventut:
www.sabadell.cat/jove

Ens podeu seguir a:



Ajuntament
de Sabadell



Generalitat
de Catalunya



Diputació
Barcelona



MINISTERIO
DE SANIDAD,
SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

SECRETARIA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

REGISTRACIÓN DEL GOBIERNO
PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS