

El alcohol y otras drogas te descolocan

En las fiestas de tu facultad

Disfruta
#ConsumoSentido



sas.usal.es
V S A L u d a b l e



Si vas a salir de fiesta, ten en cuenta que:

Hay muchas cosas, que te lo harán pasar muy bien...y no son las drogas.

Si decides consumir, ten en cuenta que:

Ninguna sustancia te eliminará los efectos de otras.

Si te has pasado con las drogas, busca un lugar con temperatura agradable para relajarte.

Provocarte el vómito no impedirá la borrachera, ya que el alcohol se absorbe con facilidad y rápidamente comienza a producir sus efectos.

Ante una borrachera, bebe agua, zumo de frutas, o zumo de tomate. Comer pan, plátano o pasta ayuda a que la rehidratación se instaure antes y la resaca dure menos.

No pongas en riesgo tu seguridad y la de otras personas. Conducir bajo los efectos del alcohol está penado. Busca otras formas de llegar a casa.

Ante una persona que se haya desmayado por consumir alcohol u otras drogas, ponla de lado, así evitarás que se pueda ahogar con su propia lengua o el vómito. Es importante que la vea un médico. Recuerda siempre el teléfono de emergencias: 112

Ni el uso, ni el abuso del alcohol u otras drogas, justifican nunca una agresión. Respeta a las demás personas en todo momento.

En las fiestas, respeta cuídate, y disfruta #consumosentido.