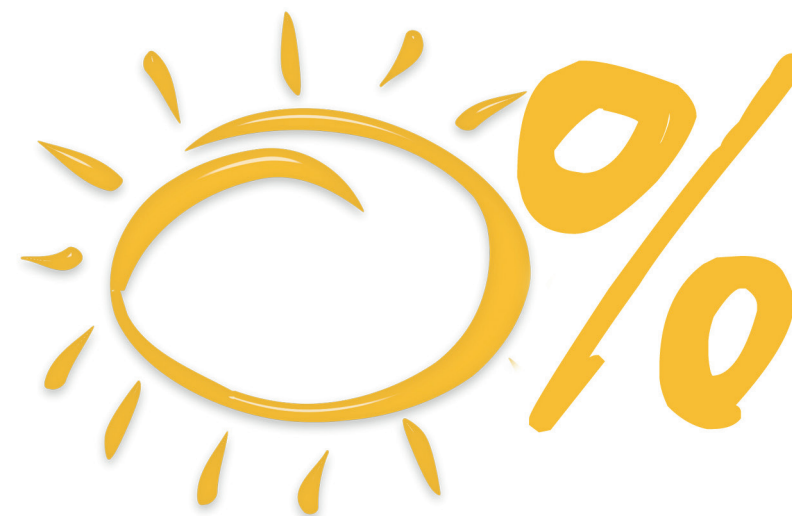


- 4 El abuso de alcohol conlleva comportamientos de riesgo, y está relacionado con accidentes de tráfico y también con accidentes laborales.
- 5 El abuso de alcohol en jóvenes conlleva comportamientos agresivos y violentos, manifestándose en peleas y riñas callejeras..
- 6 Beber alcohol sólo los fines de semana no significa que se controle su consumo.
- 7 Si hemos bebido más de 1 copa de alcohol, no debemos de desplazarnos en coche, ni en moto, ni tampoco en bicicleta, por el peligro que supone conducir bajo sus efectos.
- 8 No debemos permitir que familiares y/o amigos/as conduzcan bajo los efectos del alcohol, ya que ponen en alto riesgo sus vidas, las de las personas que van con ellos/as y las de otros/as conductores/as.
- 9 Si nos hemos pasado con el alcohol, se recomienda volver a casa en taxi o bus o incluso llamar a un familiar para que nos lleve.
- 10 Recomendamos servir de modelo a nuestros/as hijos/as, mostrándoles que podemos realizar un consumo de alcohol responsable.
- 11 Está prohibido la venta y dispensación de alcohol a menores de 18 años.



Por un Verano Sano



SAY NO TO ...



I.E.S. Ilipa Magna



Ayuntamiento de
Alcalá del Río



JUNTA DE ANDALUCIA
CONSEJERÍA DE IGUALDAD Y POLÍTICAS SOCIALES



FUMAR EN CACHIMBA... SIGUE SIENDO... FUMAR

Lo que deberías saber sobre la cachimba, la pipa de agua, shisha, narguiles...

LOS/LAS PROFESIONALES DE LA SALUD NOS INFORMAN:

1 Una sesión media de cachimba o de pipa de agua, equivale al humo de 100 cigarrillos y, por tanto, también se absorbería una mayor cantidad de nicotina.

2 Las sustancias que se fuman tienen sabor y olor a Sandía, manzana, melocotón o fresa pero no son naturales. La composición de los aromas y productos químicos que se usan en la cachimba es desconocida.

3 El sabor suave y dulce incita más al consumo tanto de cachimba, como a la iniciación en el consumo de tabaco tradicional.

El humo de cachimba provoca las mismas enfermedades que el tabaco, enfermedades pulmonares graves, bronquitis asmática, EPOC y diferentes tipos de cáncer.

5 La combustión que se provoca en las cachimbas, genera sus propios compuestos tóxicos (como monóxido de carbono, metales pesados y toxinas).

6 Compartir las boquillas o las mangueras de la cachimba o pipa de agua, aumenta la transmisión de enfermedades infecciosas graves como la hepatitis, la mononucleosis o enfermedad del beso, la tuberculosis y el herpes.

7

La cachimba no es recomendable como artículo de regalo para nuestros/as hijos/as.

También existe el fumador/a pasivo/a de cachimba que es aquel/aquella que no fuma pero está presente aspirando indirectamente el humo.

8

9 Recomendamos servir de modelo a nuestros/as hijos/as y no fumar en su presencia, ya que existe una alta probabilidad que de padres o madres fumadores/as, sus hijos/as también lo sean.

10

Existen leyes que prohíben la venta de tabaco a menores de 18 años, así como cualquier otro producto que imite o induzca a fumar (art. 3 Ley 28/2005).

SOBRE LAS BEBIDAS QUE CONTIENEN ALCOHOL...

1 Son bebidas alcohólicas aquellas que tienen una graduación natural o adquirida del 1,2%

2 La graduación del alcohol indica el equivalente de alcohol puro que tiene una bebida alcohólica. Una botella de 50º contiene un 50% de alcohol puro.



3 El abuso de alcohol en cualquier adulto afecta a su capacidad de autocontrol y en los menores de 18 años afecta más.