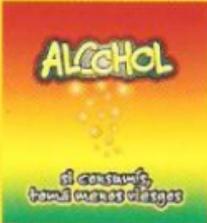


# ALCOHOL



si consumís,  
tomá menos riesgos



Alcohol

si consumes  
muchas bebidas alcohólicas

## Si tomas alcohol esta información es para vos.

- El alcohol es una droga legal. Está en las bebidas como cerveza, vino, whisky, licores, vodka, sidra.

- El alcohol te deshidrata, tomá agua mientras tomás alcohol. El alcohol no se elimina del cuerpo por tomar café, té, ducharse

con agua fría, o vomitar. Para tener menos resaca, la última vuelta que sea de agua; si es jugo mejor.

- Y a la mañana siguiente...después de tomar, no sirve volver a tomar lo mismo que la noche anterior. Siempre bebé mucha agua.

- Si vas a manejar o necesitas estar despierto, no tomes alcohol. El alcohol reduce los reflejos y la capacidad de atención.

- Mezclar drogas nunca es bueno. Alcohol con pastas te pone más agreta. Subir y bajar con cocaína y alcohol aumenta el riesgo de intoxicación. No mezcles alcohol con éxtasis porque aumenta el riesgo cardíaco y la deshidratación.

- Si tenés ganas de vomitar, inclínate hacia adelante para no ahogarte. Después tomá agua o algo frío. Es mejor si estás acompañado y te pueden ayudar.

- Lo mejor es no tomar alcohol. Si no podés... que el alcohol no te curta a vos.



Intercambios. Asociación civil  
para el estudio y atención de problemas  
relacionados con las drogas



4954 7272