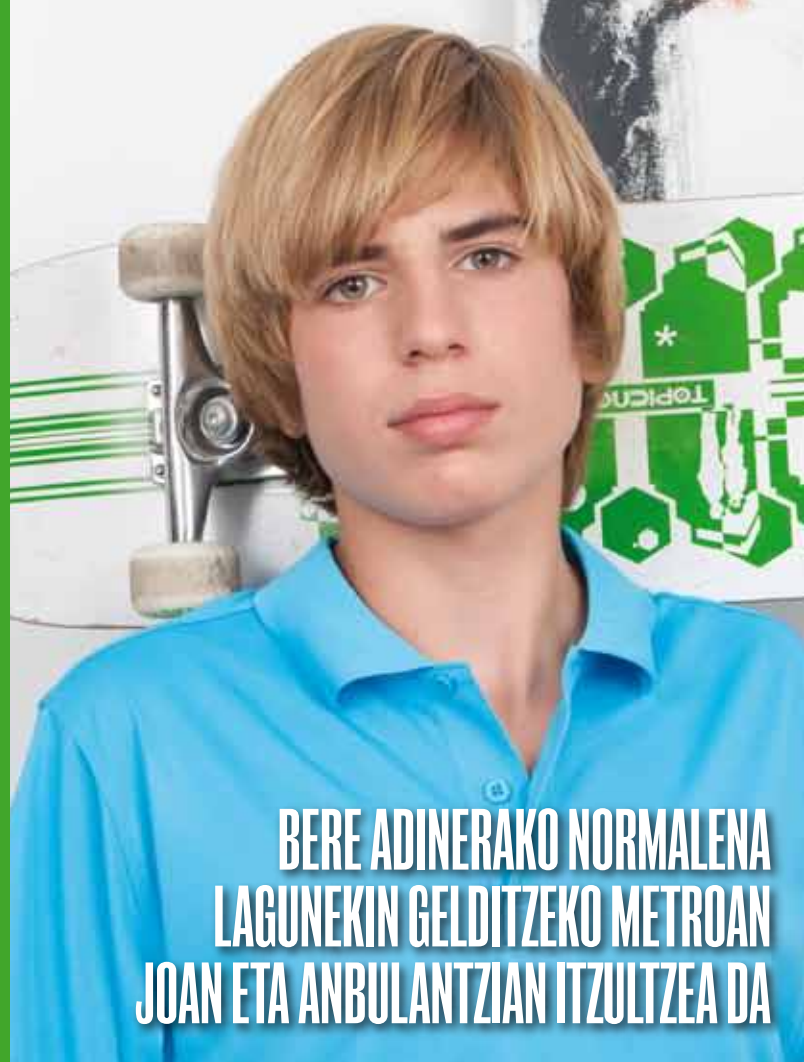




GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL
E IGUALDAD



**BERE ADINERAKO NORMALENA
LAGUNEKIN GELDITZEKO METROAN
JOAN ETA ANBULANTZIAN ITZULTZEA DA**

**13 urterekin hasten da alkohola kontsumitzen
HONEK EZ LUKE NORMALA IZAN BEHAR**

Gero eta azkarrago hasten da alkohola kontsumitzen eta horrekin batera datoz bere arrisku guztiak. Eta adingabeak dira kaltetu handienak. Guztion artean alkohola maiz edatea normala izan dadin saihas dezakegu.

Gaur eurekin hitz egiteak, biharko trantze txarra saihestuko du.

www.alcoholenmenoresnoesnormal.es



MINISTERIO
DE SANIDAD, POLÍTICA SOCIAL
E IGUALDAD

13 urterekin hasten da alkohola kontsumitzen

Ondorioak

Alkohola kontsumitzeak ondorio larriak eragiten dizkie nerabeei beren osasun fisikoan, psikikoan eta sozialean, ez baitira guztiz garatu eta adin nagusira iritsitakoan alkoholaren menpeko izateko probabilitatea areagotzen da.

Nerabeen garuna bereziki ahula da alkoholaren ondorioen aurrean. Azken urteetan zientzia-ikerketak ugarik erakutsi dutenez, nerabeen alkoholaren kontsumoa eta beren garun-kalteak lotuta daude.

Heldutasun psikologiko faltak eta nerabetsunak berak, alkoholaren kontsumoak sortzen dituen sentsazio eta ondorio askorekin moldatzea zailtzen dute. Erreakzionatzeko arreta, gaitasuna eta denbora murrizten du eta erabakiak hartzea zailtzen du.

Erasoak, indarkeriazko jarduerak sortzen dira; familiarekin, lagunekin, irakasleekin eta ikaskideekin diren harremanak aldatzen dira; arazoak izaten dira ikasketekin; alkohola edan eta gero, ibilgailuak erabiltzea bezalako jarrera arriskutsuak errazten ditu; edo nahi gabeko haurdunaldiak eta sexu bidez transmititzen diren gaixotasunak eragiten dituzten sexu-harreman ez-segurua izaten dira.



HONEK EZ LUKE NORMALA IZAN BEHAR

Denok lagun dezakegu adingabeek alkohola kontsumitzea saihesten

Arazoa dela eta guztion erantzukizuna dela onartuz.

Jarrera permisiboa aldatuz eta alkohola EZ kontsumitzearen alde dagoen gizarte-ingurune bat sorraraziz.

Nerabeek erabaki erantzuleak har ditzaten entrenatuz.

Gaur eurekin hitz egiteak, biharko trantze txarra saihestuko du.

Adingabeetan zero kontsumoak behar luke normala

BADAKIZU...?

- Espainian 13 urte ingururekin hasten dela alkohola kontsumitzen.
- Gaur egun, alkohola oso presente dagoela gazteen aisialdian eta gizarte-harremanetan.
- 14 urtetik 18 urtera arteko nerabeen % 75,1ek kontsumitu duela alkohola noizbait bere bizitzan zehar.
- 10 nerabeetatik 6 noizbait mozkortu dela bere bizitzan zehar eta 3tik 1 azken 30 egunetan mozkortu dela.
- Mutilek baino neska gehiagok kontsumitzen dutela alkohola eta gehiago mozkortzen direla.
- Mutilek neskek baino alkohol gehiago edaten dutela.
- Nerabe espainiarren erdiak ez duela uste asteburuetan 4 edo 5 kopa kontsumitzeak osasun arazoak sor ditzakeenik.
- Espainian, gazteen eta nerabeen ehuneko handia hasten dela oso adin goiztiarrean alkohola edaten.