

# No olvides que la DECISIÓN es tuya

Si has bebido, **NO** conduzcas. Hay otras formas de llegar a casa.

No te montes en un coche con un conductor que haya bebido: arriesgará tu vida sin pensárselo, simplemente porque no puede pensar.

Se **SOLIDARIO**, intenta evitar que un amigo bebido coja el coche. Si sales en grupo, asegúrate de que un amigo no bebe.

De la prudencia de cada uno depende la seguridad de todos.



Ya sabes, **BUSCA ALTERNATIVAS:**  
Transporte público  
... ¡MÁS CARO ES PERDER LA VIDA!

La Mejor  
Prevención  
La tuya

La Mejor  
Prevención  
La tuya

# La verdadera diversión no cuesta la vida,



# No es cuestión de suerte ¿decides tú!



MINISTERIO  
DE SANIDAD  
Y CONSUMO

SUBSECRETARÍA DE  
SANIDAD Y CONSUMO

DIRECCIÓN GENERAL DE  
SAUD PÚBLICA Y CONSUMO

l m x j v s d

Nos invade una **PUBLICIDAD** que continuamente incita a consumir alcohol. Los publicistas saben que los anuncios deben atraer la atención y el interés, provocando el deseo y desencadenando la compra.

En un anuncio nada se deja al azar:

**Analízalos críticamente,** verás que los argumentos más utilizados son la:

**Popularidad**

**Atracción sexual**

**Madurez**

**Juventud**

**Sofisticación**

**Diversión**

**Placer**

**Felicidad**



Beber alcohol solo los fines de semana, no significa que controlas tu consumo

Debes saber que No existe un límite de seguridad de consumo de alcohol en menores de edad

si vas a **CONDUCIR** lo único seguro es **NO BEBER** alcohol

Si no te has parado a pensar cuanto alcohol consumes, este puede ser el momento

Recuerda, **Alcohol,** cuanto menos mejor



No te pases, **ahórrate un mal trago**



- **Piensa** en otras bebidas **sin alcohol** que también puedes tomar
- Si has decidido beber alcohol: **alterna** su consumo con bebidas **sin alcohol**.
- Las bebidas alcohólicas **bébelas poco a poco**.
- Cuando no bebas, **deja el vaso** en la mesa o en la barra.
- Si te pasas, **perderás el control** y beberás más y más.
- **No sigas** el juego de las "rondas".
- **Olvidate** de las "mezclas explosivas".
- Si crees que lo necesitas, no dudes en **pedir ayuda** a quien te la puede dar: tu familia, tus profesores, tu médico, ..., siempre están a mano.

Reflexiona, **¿Qué pretenden comunicarnos?**



Fundamentalmente **sé tú.** Infórmate, conoce los riesgos y mantén opinión y criterio.