

# ALCOOL



Tutte le bevande alcoliche (vino, birra, grappa, ecc.) agiscono sul sistema nervoso centrale: se assunte in piccole dosi hanno un effetto eccitante e disinibente, in dosi massicce rallentano i riflessi e i tempi di reazione. L'effetto diventa depressivo e soporifero, e diminuisce anche la percezione del rischio. Nonostante l'alcol sia una sostanza legale, un uso non consapevole può portare a gravi dipendenze fisiche e psicologiche.

## PRECAUZIONI

**1** Se bevi fallo a stomaco pieno, così puoi rallentare gli effetti negativi **2** Mixare vari tipi di alcolici può aumentare il rischio di malori (il giorno dopo potrebbe essere terrificante!) **3** Se stai prendendo farmaci, l'associazione con gli alcolici può alterarne l'effetto e aumentarne gli effetti collaterali **4** Se hai patologie al fegato o al cuore, evita di assumere alcol

## OCCHIO AI MIX III

**Alcol + sostanze deprimenti** (es. ketamina, oppiacei, cannabis)\_si rallentano i riflessi e si può bloccare il respiro.

**Alcol + eccitanti** (es. anfetamine, popper, ecstasy)\_la super stimolazione del cuore può provocarne l'arresto.

**Alcol + cocaina**\_bere e tirare cocaina produce una sostanza, il cocaetilene, che può aumentare il rischio di dipendenza e di abuso di entrambi

**Alcol + psicofarmaci:** una quantità innocua di entrambi può creare una miscela pericolosa.

Nel caso di una sbronza difficile da smaltire prendi un caffè, contrasta la depressione del respiro. Se qualcuno si sente male portalo in un luogo fresco, rinfrescalo con panni umidi e se è ben cosciente fagli bere acqua con sostanze saline per evitare la disidratazione.

**PER LEI**\_è importante sapere che le donne hanno un metabolismo che smaltisce più lentamente ciò che bevono, di conseguenza i rischi possono aumentare.

## CODICE DELLA STRADA

Il codice della strada vieta la guida in stato di ebbrezza alcolica, in più il rifiuto di sottoporsi al test di alcol e droga è un reato. In entrambi i casi le sanzioni e le ammende possono essere molto severe, ad es.: multe salate (migliaia di euro), sospensione della patente, confisca del veicolo, arresto. Dato che la legge è soggetta a frequenti modifiche, per avere informazioni corrette e soprattutto aggiornate ti consigliamo di visitare questi siti:

[www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it) - [www.iss.it](http://www.iss.it)

In caso di malessere chiama il 118

**E' importante evitare di guidare o svolgere attività che richiedano attenzione**



Direzione Politiche Sociali,  
Partecipative e dell'Accoglienza  
Servizio Adulti U.O.C.Lavoro di  
Strada ed Interventi a Bassa Soglia  
Attività Riduzione del Danno

sito [www.tips-tricks.it](http://www.tips-tricks.it)  
email [info@tips-tricks.it](mailto:info@tips-tricks.it)  
cell. **346 6895189** tel. **041 920627**  
p.le municipio n.14 - 30175 Marghera

