



Efectele consumului de alcool la adolescenți



Material realizat de:
Prof. consilier școlar Căpraru Ionela Liliana

Alcoolul – un fel de drog



Indiferent de cum s-ar prezenta, băuturile alcoolice sunt substanțe chimice care afectează activitatea mentală, emoțională și comportamentală.

Alcoolul – particularități

- Alcoolul este utilizat în același timp ca substanță psihoactivă și aliment. Acesta, consumat în cantități mici este savurat de cei care apreciază gustul și aroma băuturii respective și de cei ce beau la ocazii. Între trecerea de la un consum inofensiv, realizat în cantități moderate la consumul excesiv de alcool este un pas foarte mic. Ca particularitate principală a alcoolului este faptul că nu este privit ca fiind un drog, ci ca parte integrantă din viață, cultură și economia noastră astfel omițându-se pericolele ce vin o dată cu abuzul.

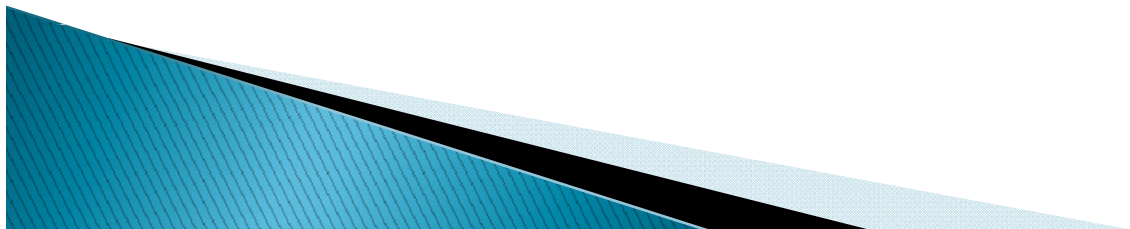




Intaririle pozitive ale comportamentului il fac pe adolescent sa creada ca relatiile sale sociale de succes sunt o consecinta a consumului de alcool (intarire pozitiva = unui comportament ii creste frecventa datorita consecintelor pozitive ale acestuia).



In cazul intaririlor negative, adolescentul consuma alcool pentru a reduce stresul si starea de nemulțumire fata de sine sau evenimente (intarire nagativa = unui comportament ii creste frecventa datorita efectului de reducere a altor comportamente sau stari).



Etapele consumului de alcool:



- Consumul ocazional, în care adolescentul consumă alcool din curiozitate sau la o petrecere;
- Consumul regulat, în care adolescentul consumă alcool la diverse întâlniri cu colegii sau prietenii;
- Consumul devenit obișnuință, în care elevul consumă alcool în multe situații și cautarea acestor situații devine un scop;
- Dependența, este faza în care întregul comportament este controlat de nevoia organismului de a avea alcool în sânge.

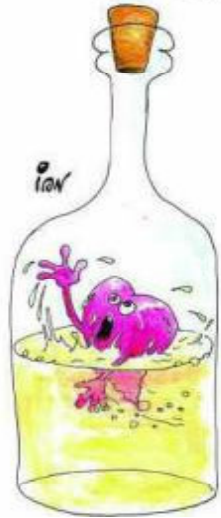


Efectele consumului de alcool



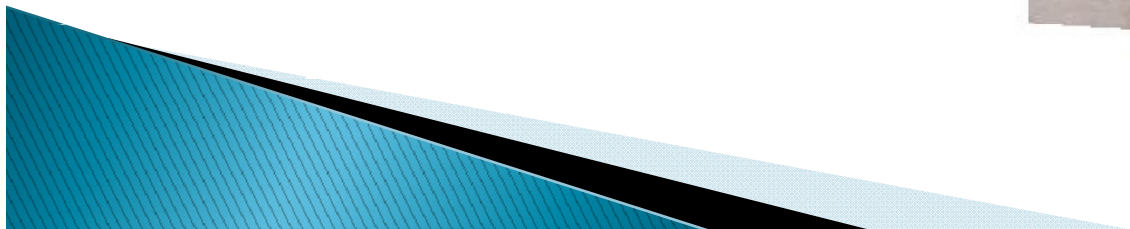
Efecte asupra sănătății fizice

- Efecte asupra sanatatii fizice: usoara relaxare, stare de bine, reactii mai lente (in cazul consumarii unor cantitati mici) si intoxicatie, pierderea constientei si chiar moarte (in cantitati mari). Pe termen lung, consumul excesiv de alcool poate duce la ciroza, boli cardiace, cancer, ulcer, tulburari psihice, afectiuni fetale (in caz de sarcina).



Efecte asupra sănătății psihice

- Alcoolul **încetinește** funcționalitatea sistemului nervos central;
- Alcoolul **blochează** o parte din mesajele care ar trebui să ajungă la creier, **alterând simțurile**; percepțiile, emoțiile, mișcarea, vederea și auzul persoanei sunt afectate.

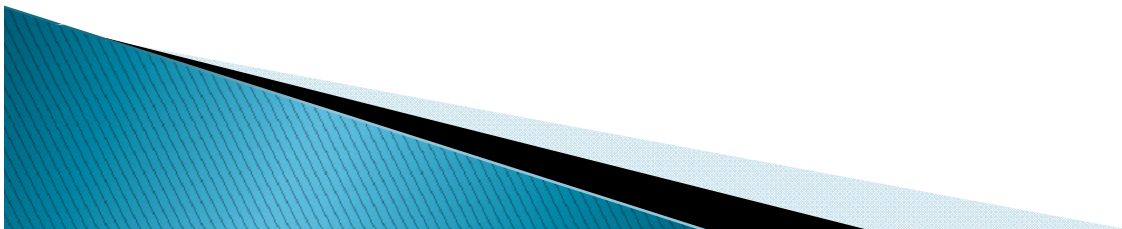


- În cantități mari, alcoolul provoacă modificări majore la nivelul creierului astfel rezultând **intoxicația**.
- Persoanele care au abuzat de alcool își vor pierde concentrarea, abilitatea de a se exprima coerent sau de a-și menține echilibrul; vor fi **dezorientați** și **confuzi**. În funcție de persoană, intoxicația poate face consumatorul extrem de prietenos și vorbăreț sau foarte agresiv și nervos.





- Pe de altă parte, alcoolul este un factor de **stres** pentru tot organismul, producând o creștere a tensiunii arteriale.
- **Celulele** cardiace și cele cerebrale, care au de asemenea un consum ridicat de oxigen, **suferă** cel mai mult datorită alcoolului.



- După ce alcoolul a fost băut, acesta ajunge în stomac și în intestine de unde, prin absorbție, este preluat de sânge și transmis prin aparatul circulator în tot organismul. Din aceasta cauză, **sunt afectate** cu precădere toate **țesuturile** puternic irigate de sânge.
- Pe de altă parte, alcoolul este un factor de **stres** pentru tot organismul, producând o creștere a tensiunii arteriale.



Efecte emoționale

Scăderea stimei de sine



Depresie



Creșterea agrsivității



Efecte asupra traseului educațional



Consumul de alcool
poate avea consecințe în:

Scăderea performanței școlare
Absentism și abandon școlar





Modalitati de a face fata presiunii grupului.

- Cand decizia ta este **NU** presiunii grupului, spune simplu:
- „ Nu, multumesc!”, „ Nu sunt interesat!”, „ Am altceva de facut!”, „ Nu-mi face placere sa fac acest lucru!”, „ Am o idee mai buna!”, „ Am decis sa nu mai fac acest lucru!”
- Daca nu se respecta aceste afirmatii, poti spune:
- „ Nu, te rog nu mai incerca!”, „ Am spus deja NU. Ai de gand sa ma mai deranjezi?”, „Trebuie sa plec!”.



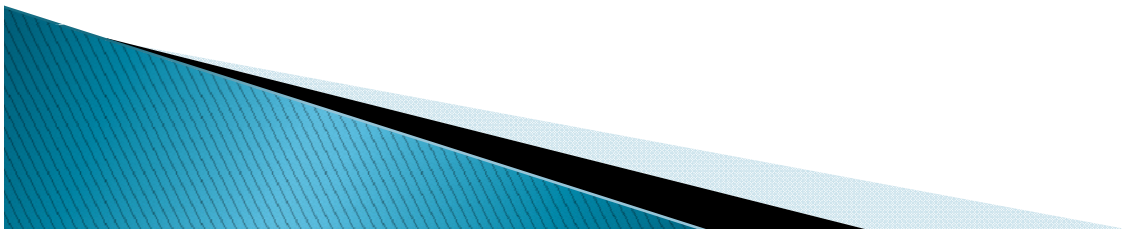


- Dupa ce spui NU presiunii grupului ...
- te simti multumit de tine
- castigi respectul altor persoane
- iti imbunatatesti relatiile cu parintii
- iti respecti valorile
- nu ai probleme si ii ajuti si pe ceilalti sa nu aiba

Cand cedezi presiunii grupului ...



- nu mai ai incredere in tine pentru ca altii au decis in locul tau
- pierzi respectul altor persoane care observa ca nu esti independent
- ii ranesti pe parintii tai
- te poti imbolnavi
- ai probleme la scoala sau cu politia



ALCOOLUL NU TE FACE MARE!



ACȚIONEAZĂ ȘI TU!

SPUNE NU CONSUMULUI DE ALCOOL ÎN
RÂNDUL TINERILOR!

