



15 N
Día Mundial
sen ALCOL

Hoxe *15 de novembro* celébrase o **día Mundial sen Alcol**. Esta data foi instaurada pola Organización Mundial da Saúde (OMS) co obxectivo de invitar á reflexión sobre o alcol e as súas consecuencias sobre a saúde, intentando así, concienciar á poboación sobre os graves efectos que conleva o consumo abusivo de alcol.

Segundo datos da OMS, o alcol ocasiona arredor de 3,3 millóns de mortes anuais, supoñendo isto o 5,9% das defuncións a nivel mundial. Ademais, existe unha clara relación causal entre o consumo abusivo de alcol e unha serie de trastornos mentais e comportamentais, amais de enfermidades non transmisibles e traumatismos.

Por todo iso, e co obxectivo de reducir a carga de morbilidade causada polo consumo abusivo de alcol e, en consecuencia, salvar vidas; dende o Proxecto de Prevención das condutas adictivas no eido local de Cuntis, Barro, Campo Lameiro, Moraña e Portas lévanse a cabo intervencións preventivas encamiñadas a reducir o consumo abusivo de alcol na poboación xeral, evitar o consumo de bebidas alcólicas por parte de menores de idade e promover a modificación de actitudes e comportamentos permisivos da sociedade en relación ao alcol.

Máis especificamente hoxe, día Mundial sen alcol, dende o concello de Barro quérese recordar que o alcol é unha droga que causa serias repercusións na saúde física, mental e social das persoas; especialmente se o consumo se inicia durante a adolescencia, á vez que reiterar a importancia da implicación de toda a sociedade para lograr a efectividade das intervencións preventivas antes sinaladas.

Finalmente, anímase á poboación a reflexionar sobre o seu consumo, seguindo o indicado na táboa que se mostra a continuación. Ao mesmo tempo quérese recordar que está prohibida a venda, suministro e dispensación de bebidas alcólicas a persoas menores de 18 anos (Lei 11/2010, do 17 de decembro, de prevención do consumo de bebidas alcohólicas en menores de idade).

E ti, a que grupo pertences?

TIPOS DE CONSUMO DE ALCOL			
	CONSUMO ABUSIVO	CONSUMO MODERADO	NON CONSUMO
HOMES	Máis de 30 g/día	Ata 30 g/día 3 bebidas fermentadas 1 bebida destilada e 1 fermentada	0 g/día
MULLERES	Máis de 20 g/día	Ata 20 g/día 2 bebidas fermentadas 1 bebida destilada	0/g día

Únete ao grupo das gañadoras e dos gañadores

PROTEXE A TÚA SAÚDE

Proxecto de prevención das condutas adictivas no eido local de Cuntis, Barro, Campo Lameiro, Moraña e Portas
(Tlf: 986595922, e-mail: prevenciondrogodependencias@concellodecuntis.es)