

PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS (TABACO, ALCOHOL Y DROGAS)



**¡DI NO A LAS SUSTANCIAS!
PROTEGE TU SALUD Y FUTURO**

Qué son las sustancias psicoactivas?

Sustancias psicoactivas son aquellas que alteran la mente, el comportamiento y las emociones.

Ejemplos:

- Tabaco
- Alcohol
- Drogas ilícitas (cocaína, marihuana, éxtasis, etc.)

Efectos del Consumo de Sustancias

1. Tabaco
 - A corto plazo: Dificultad para respirar, mal aliento, manchas en los dientes.
 - A largo plazo: Enfermedades respiratorias (EPOC), cáncer de pulmón, problemas cardiovasculares.
2. Alcohol
 - A corto plazo: Pérdida de coordinación, mareos, vómitos, comportamiento agresivo.
 - A largo plazo: Daño al hígado (cirrosis), enfermedades del corazón, problemas mentales y emocionales.
3. Drogas Ilícitas
 - A corto plazo: Euforia, paranoia, alteración de la percepción.
 - A largo plazo: Dependencia, daño cerebral, problemas de salud mental y física graves.

Consecuencias del Consumo de Sustancias

1. Salud Física
 - Enfermedades respiratorias, cardíacas, y hepáticas.
 - Trastornos en el sistema nervioso y cerebral.
2. Salud Mental y Emocional
 - Depresión, ansiedad, paranoia, y alteraciones del estado de ánimo.
 - Dificultades en la toma de decisiones y resolución de problemas.
3. Relaciones Personales
 - Aislamiento social, problemas familiares, conflictos con amigos y seres queridos.
 - Violencia doméstica y accidentes debido al consumo.
4. Vida Social y Profesional
 - Abandono de estudios, problemas laborales y pérdida de oportunidades.

promocion y mantenimiento de la salud

PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS (TABACO, ALCOHOL Y DROGAS)



**¡DI NO A LAS SUSTANCIAS!
PROTEGE TU SALUD Y FUTURO**

Qué son las sustancias psicoactivas?

Sustancias psicoactivas son aquellas que alteran la mente, el comportamiento y las emociones.

Ejemplos:

- Tabaco
- Alcohol
- Drogas ilícitas (cocaína, marihuana, éxtasis, etc.)

Efectos del Consumo de Sustancias

1. Tabaco
 - A corto plazo: Dificultad para respirar, mal aliento, manchas en los dientes.
 - A largo plazo: Enfermedades respiratorias (EPOC), cáncer de pulmón, problemas cardiovasculares.
2. Alcohol
 - A corto plazo: Pérdida de coordinación, mareos, vómitos, comportamiento agresivo.
 - A largo plazo: Daño al hígado (cirrosis), enfermedades del corazón, problemas mentales y emocionales.
3. Drogas Ilícitas
 - A corto plazo: Euforia, paranoia, alteración de la percepción.
 - A largo plazo: Dependencia, daño cerebral, problemas de salud mental y física graves.

Consecuencias del Consumo de Sustancias

1. Salud Física
 - Enfermedades respiratorias, cardíacas, y hepáticas.
 - Trastornos en el sistema nervioso y cerebral.
2. Salud Mental y Emocional
 - Depresión, ansiedad, paranoia, y alteraciones del estado de ánimo.
 - Dificultades en la toma de decisiones y resolución de problemas.
3. Relaciones Personales
 - Aislamiento social, problemas familiares, conflictos con amigos y seres queridos.
 - Violencia doméstica y accidentes debido al consumo.
4. Vida Social y Profesional
 - Abandono de estudios, problemas laborales y pérdida de oportunidades.

promocion y mantenimiento de la salud

PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE SUSTANCIAS (TABACO, ALCOHOL Y DROGAS)



**¡DI NO A LAS SUSTANCIAS!
PROTEGE TU SALUD Y FUTURO**

Qué son las sustancias psicoactivas?

Sustancias psicoactivas son aquellas que alteran la mente, el comportamiento y las emociones.

Ejemplos:

- Tabaco
- Alcohol
- Drogas ilícitas (cocaína, marihuana, éxtasis, etc.)

Efectos del Consumo de Sustancias

1. Tabaco
 - A corto plazo: Dificultad para respirar, mal aliento, manchas en los dientes.
 - A largo plazo: Enfermedades respiratorias (EPOC), cáncer de pulmón, problemas cardiovasculares.
2. Alcohol
 - A corto plazo: Pérdida de coordinación, mareos, vómitos, comportamiento agresivo.
 - A largo plazo: Daño al hígado (cirrosis), enfermedades del corazón, problemas mentales y emocionales.
3. Drogas Ilícitas
 - A corto plazo: Euforia, paranoia, alteración de la percepción.
 - A largo plazo: Dependencia, daño cerebral, problemas de salud mental y física graves.

Consecuencias del Consumo de Sustancias

1. Salud Física
 - Enfermedades respiratorias, cardíacas, y hepáticas.
 - Trastornos en el sistema nervioso y cerebral.
2. Salud Mental y Emocional
 - Depresión, ansiedad, paranoia, y alteraciones del estado de ánimo.
 - Dificultades en la toma de decisiones y resolución de problemas.
3. Relaciones Personales
 - Aislamiento social, problemas familiares, conflictos con amigos y seres queridos.
 - Violencia doméstica y accidentes debido al consumo.
4. Vida Social y Profesional
 - Abandono de estudios, problemas laborales y pérdida de oportunidades.

promocion y mantenimiento de la salud