

ALCOHOL



Fotografia: Laura Dueñas

L'ALCOHOL ÉS UN DEPRESSOR DEL SISTEMA NERVIÓS CENTRAL. EL CONSUM EXCESSIU POT PROVOCAR ALTERACIÓ DE LA PARLA I LA VISIÓ, DESINHIBICIÓ, EUFÒRIA, TRASTORN DE L'EQUILIBRI I DE LA COORDINACIÓ I AUGMENT DE L'AGRESSIVITAT.

EL CONSUM D'ALCOHOL POT PROVOCAR CONDUCTES SEXUALS DE RISC PEL FET DE DISMINUIR LA PREOCUPACIÓ PER L'ÚS DEL PRESERVATIU.

LA COMBINACIÓ AMB ALTRES DROGUES ÉS PERILLOSA, JA QUE TÉ EFECTES IMPREVISIBLES.

SI BEUS ALCOHOL DE MALA QUALITAT O FAS BARREGES, LA RESSACA DEL DIA SEGÜENT SERÀ PITJOR.

A CAUSA DELS EFECTES QUE PROVOCA ÉS IMPORTANT QUE NO CONDUEIXIS.

Generalitat de Catalunya



Creu Roja Joventut



AMB L'ALCOHOL NO HI HA CONSUM SENSE RISC. INFORMA'T I DECIDEIX. LÍNIA VERDA: 93 412 04 12

TABAC



Creu Roja Joventut



SOM·NIT SOM·NIT SOM·NIT SOM·NIT SOM·NIT SOM·NIT

EL TABAC ÉS UNA SUBSTÀNCIA ESTIMULANT DEL SNC QUE GENERA UNA FORTA DEPENDÈNCIA I UNA RÀPIDA TOLERÀNCIA.

EL TABAC S'OBTE A PARTIR DE LA PLANTA "NICOTIANA TABACUM", EN LA QUAL S' HAN TROBAT MÉS DE 3.000 COMPONENTS QUÍMICS.

EL FUM QUE ES PRODUÏX EN LA COMBUSTIÓ DEL TABAC CONTÉ UNA GRAN QUANTITAT DE SUBSTÀNCIES TÒXiques COM ARA FENOLS, NICOTINA, ANILINES, MONÒXID DE CARBONI, ACROLEÏNA, ÀCID CIANHÍDRIC, NITROSAMINES I QUITRANS. DE TOTES AQUESTES LES MÉS IMPORTANTS, PER LES CONSEQÜÈNCIES QUE TENEN EN LA SALUT, SÓN:

- LA NICOTINA, PRINCIPI ACTIU I RESPONSABLE DE LA DEPENDÈNCIA FÍSICA QUE GENERA.
- EL QUITRÀ, JA QUE CONTÉ ELS COMPONENTS CAPAÇOS D'AFAVORIR O PRODUIR L' APARICIÓ DE CàNCER DE LLAVIS, BOCA, GOLA, PULMÓ, ETC.
- EL MONÒXID DE CARBONI, GAS QUE ES COMBINA AMB L' OXIGEN I DIFICULTA LA CAPACITAT SANGÜÍNIA PER TRANSPORTAR-LO.
- I ELS ELEMENTS IRRITANTS, RESPONSABLES DE LA TOS I LA MUCOSITAT TÍPIQUES DE LA PERSONA FUMADORA.

LA SÍNDROME D'ABSTINÈNCIA RELACIONADA AMB LA DEPENDÈNCIA FÍSICA TRIGA UNES 4 SETMANES A DESAPAREIXER, MENTRE QUE LA DESHABITUACIÓ PSICOLÒGICA ACOSTUMA A SER UN PROCÉS MÉS LLARG. SI VOLS DEIXAR DE FUMAR I CREUS QUE SOL NO TEN POT SORTIR TINGUES EN COMPTE QUE POTS REBRE AJUDA FARMACOLÒGICA I PSICOLÒGICA ESPECIALITZADA.

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
Direcció General d'Addiccions i Dependències



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència
Secretaria General de Joventut



DE TABAC, MILLOR NO PRENDRE'N, PERÒ SI EN PRENS, PENSA QUE NO HI HA CONSUM SENSE RISC. INFORMAT I DECIDEIX. SANITAT RESPON: 902 111 444

WWW.CREUROJAJOVENTUT.ORG

CÀNNABIS



Fotografia: Laura Dueñas

EL CANNABIS (HAIXIX, MARIHUANA) EN PETITES QUANTITATS POT SER TANT RELAXANT COM ESTIMULANT.

EN GRANS QUANTITATS POT TENIR UN EFECTE AL·LUCINOGEN I POT AFECTAR LA MEMÒRIA IMMEDIATA.

SOTA ELS SEUS EFECTES, DISMINUEIX EL NIVELL D'ATENCIÓ, DE CONCENTRACIÓ I DE MEMÒRIA; TAMBÉ POT AUGMENTAR L'APATIA I REDUIR-SE EL RENDIMENT.

POT PROVOCAR BAIXADES DE TENSIÓ, NÀUSEES O MALESTAR; EN AQUESTS CASOS, VÉS A UN LLOC TRANQUIL I BEU O MENJA ALGUNA COSA DOLÇA.

LA MAJOR PART D'HAIXIX QUE ES TROBA AL CARRER PORTA ADULTERANTS, ALGUNS D'ELLS TÒXICS (PLÀSTICS, PETROLI...).

LA SEVA POSSESSIÓ I VENDA ÉS IL·LEGAL, COM TAMBÉ HO ÉS DONAR-NE.

A CAUSA DELS EFECTES QUE PROVOCA ÉS IMPORTANT QUE NO CONDUEIXIS.

Generalitat de Catalunya



Creu Roja Joventut



DE CANNABIS, MILLOR NO PRENDRE'N, PERÒ SI EN PRENS, PENSA QUE NO HI HA CONSUM SENSE RISC. INFORMA'T I DECIDEIX. LÍNIA VERDA: 93 412 04 12

COCAÏNA



Fotografia: Laura Dueñas

LA COCAÏNA ÉS UN ESTIMULANT DEL SISTEMA NERVIÓS CENTRAL.
PROVOCA EUFÒRIA I AGITACIÓ.

LA INTOXICACIÓ AGUDA PROVOCA ESTATS SEMBLANTS
A LA PARANOIA.

A LLARG TERMINI POT PRODUIR DEPRESSIÓ, ANSIETAT I
TRASTORNS PARANOICS.

SE SOL DISTRIBUIR ADULTERADA AMB ALTRES SUBSTÀNCIES,
ALGUNES D'ELLES TÒXIQUES.

SI EN CONSUMEIXES, POSAT UN LÍMIT, PERQUÈ DE COCA "SEMPRE EN
VOLS MÉS", JA QUE PROVOCA UNA FORTA DEPENDÈNCIA PSICOLÒGICA.

A CAUSA DELS EFECTES QUE PROVOCA ÉS IMPORTANT
QUE NO CONDUUEIXIS.

LA SEVA POSSESSIÓ I VENDA ÉS IL·LEGAL, COM TAMBÉ HO ÉS DONAR-NE.

Generalitat
de Catalunya

Crew Ropa Streetart

**DE COCAÏNA, MILLOR NO PRENDRE'N, PERÒ SI EN
PRENS, PENSA QUE NO HI HA CONSUM SENSE RISC.
INFORMA'T I DECIDEIX. LÍNIA VERDA: 93 412 04 12**

ÈXTASI



Fotografia: Laura Dueñas

L'ÈXTASI ÉS UNA SUBSTÀNCIA QUÍMICA ESTIMULANT I AL·LUCINÒGENA.
POT PROVOCAR SENSACIONS DE BENESTAR, AUGMENT D'ENERGIA,
ANSIETAT I PARANOIES (IDEEES DELIRANTS I OBSESSIVES).

NO TOTES LES "PASTILLES" PORTEN ÈXTASI; ALGUNS ADULTERANTS SÓN
PERILLOSOSS.

ELS EFECTES DEPENDRAN DELS COMPONENTS, DEL TEU ESTAT D'ÀNIM... DE
LES TEVES CARACTERÍSTIQUES PERSONALS I ORGÀNIQUES I DE COM, ON I
AMB QUI EN PRENGUIS.

EVITA'N EL CONSUM SI PATEIXES PROBLEMES DE COR, RONYÓ, DIABETIS,
ASMA, TENSIÓ ARTERIAL ALTA, EPILEPSIA I PROBLEMES PSICOLÒGICS.

SI EN CONSUMEIXES, NO TE LA PRENGUIS SENCERA
I DESCANSA A ESTONES.

PER EVITAR EL RISC DE DESHIDRATACIÓ ÉS CONVENIENT NO BEURE
ALCOHOL I PRENDRE PETITS GLOPS D'AIGUA REGULARMENT.

A CAUSA DELS EFECTES QUE PROVOCA ÉS IMPORTANT QUE NO CONDUUEIXIS.

LA SEVA POSSESSIÓ I VENDA ÉS IL·LEGAL, COM TAMBÉ HO ÉS DONAR-NE.

Generalitat
de Catalunya

Crew Ropa Streetart

**D'ÈXTASI, MILLOR NO PRENDRE'N, PERÒ SI EN PRENS,
PENSA QUE NO HI HA CONSUM SENSE RISC.
INFORMA'T I DECIDEIX. LÍNIA VERDA: 93 412 04 12**

GHB-ÈXTASI LÍQUID



Fotografia: Laura Dueñas

NO TÉ RES A VEURE AMB L'ÈXTASI
ÉS ANESTÈSIC I SEDANT

POT PRODUIR DIFICULTATS RESPIRATÒRIES, MAREJOS, VÒMITS I
PÈRDUES DE CONEIXEMENT

CONSUMIR-NE MÉS D'UN GRAM I MIG ÉS MOLT PERILLÓS
I POT PRODUIR COMA

BARREJAR-HO AMB ALCOHOL O TRANQUIL·LITZANTS
MULTIPLICA EL PERILL

SI ES CONSUMEIX JUNTAMENT AMB ESTIMULANTS, AQUESTS PODEN
EMMASCARAR, INICIALMENT, ELS EFECTES NEGATius DEL GHB

SI HAS PRES GHB, SOBRETOT NO CONDUUEIXIS

SI EN CONSUMEIXES, ÉS IMPORTANT QUE ALGÚ QUE VAGI AMB TU
NO EN PRENGUI PER SI S'HA DE DEMANAR AJUDA URGENT

Generalitat
de Catalunya

Crew Ropa Streetart

**DE GHB - "ÈXTASI LÍQUID"-, MILLOR NO PRENDRE'N,
PERÒ SI EN PRENS, PENSA QUE NO HI HA CONSUM
SENSE RISC.**