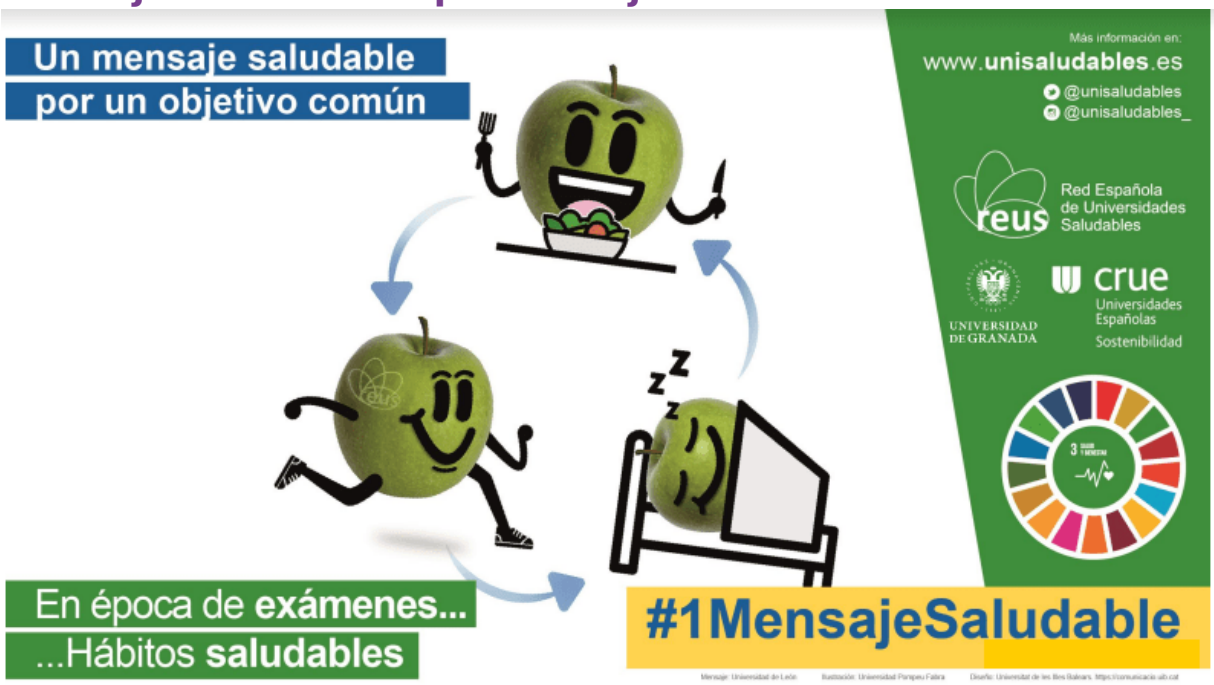
UNIVERSIDAD DE GRANADA

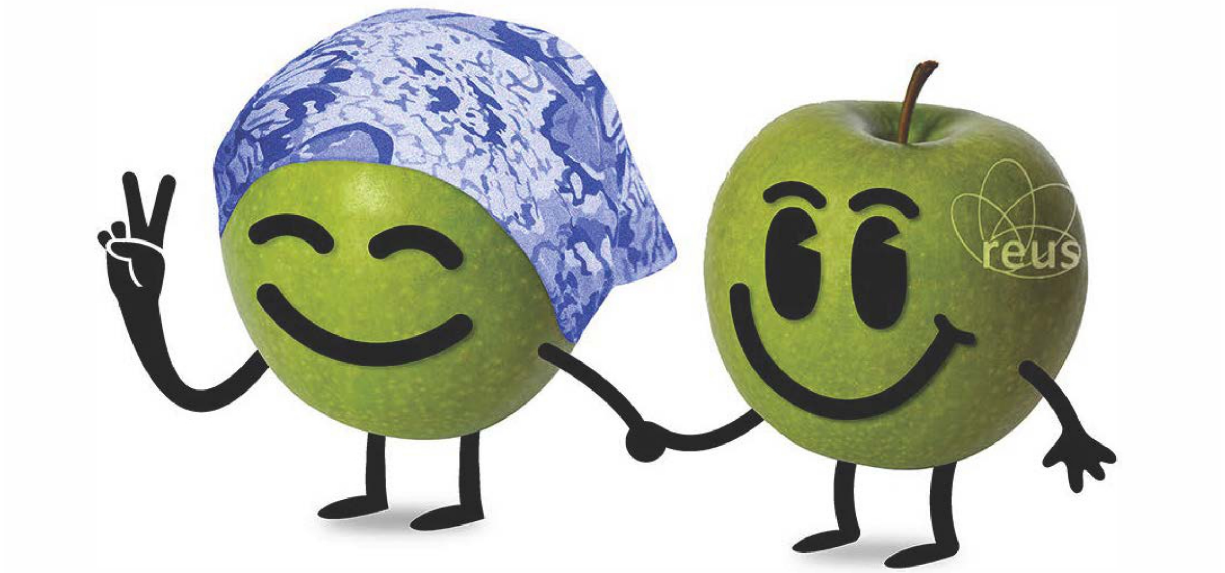
Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Compromiso Social

Mensajes saludables por un objetivo común 2020



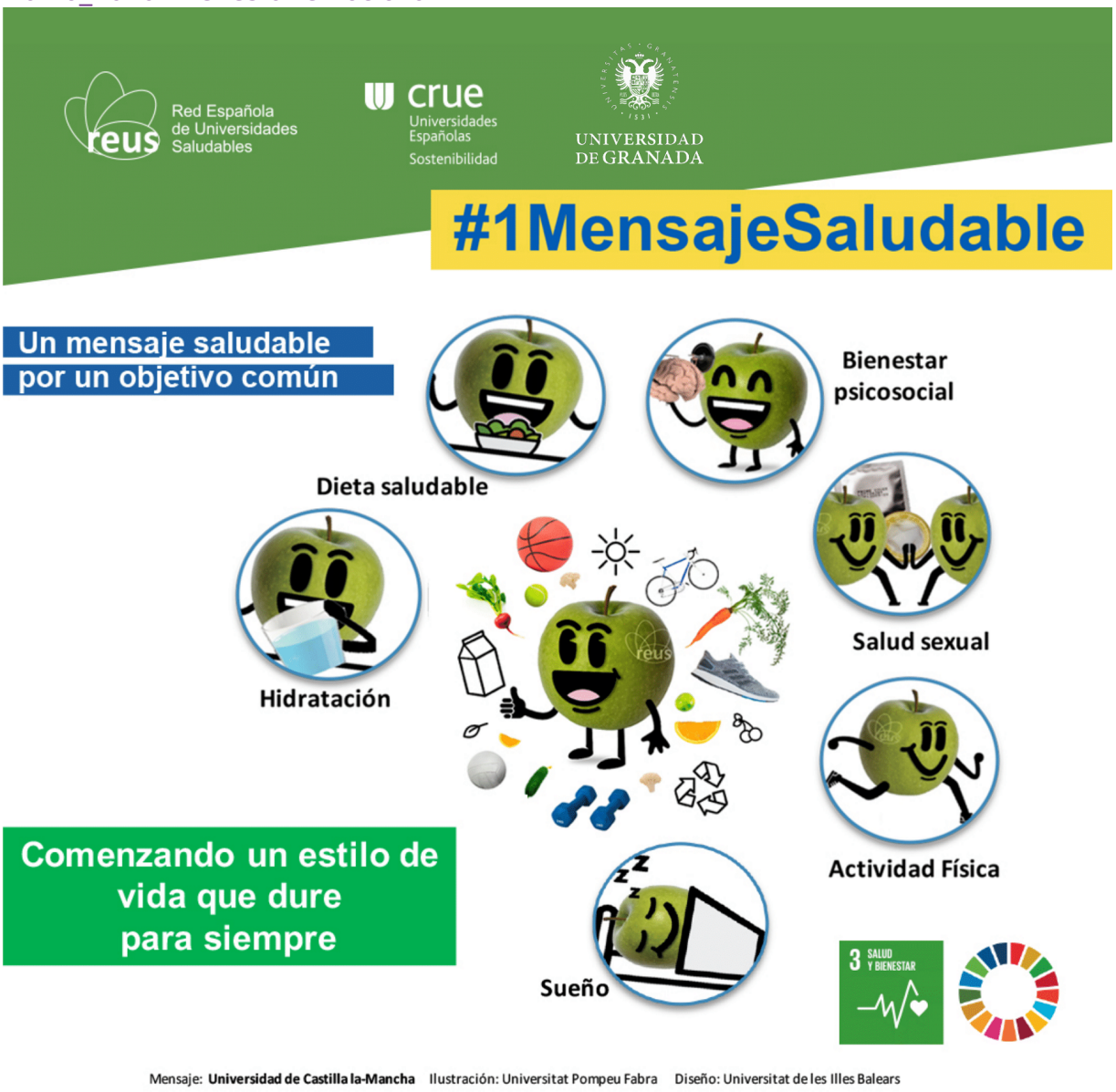
Enero_2020: En época de exámenes ...Hábitos saludables

Copyright© 2024 Universidad de Granada



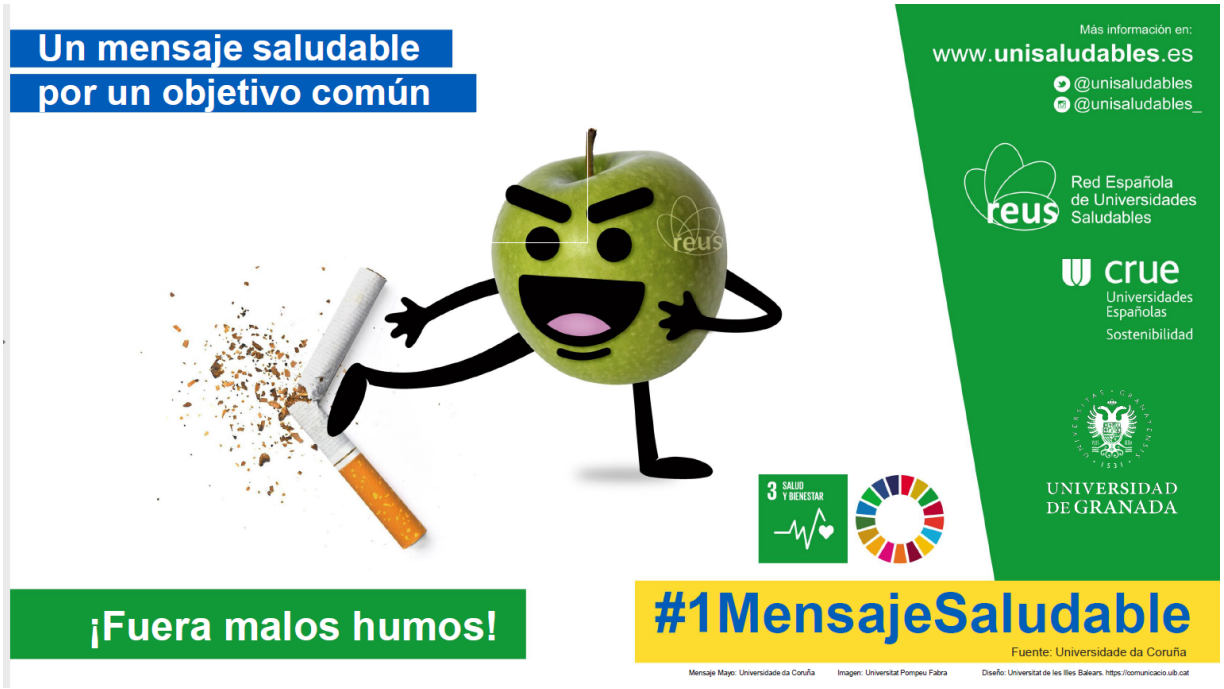
Copyright© 2024 Universidad de Granada
Mensaje Marzo: Universitat de Girona Imagen: Universitat Pompeu Fabra Diseño: Universitat de les Illes Balears. https://comunicacio.uib.cat

Marzo_2020: Bienestar emocional

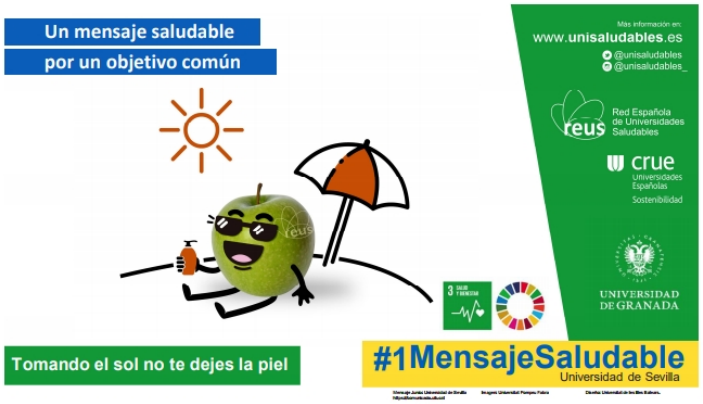


Abril_2020: Estilo de vida que perdure

Copyright© 2024 Universidad de Granada

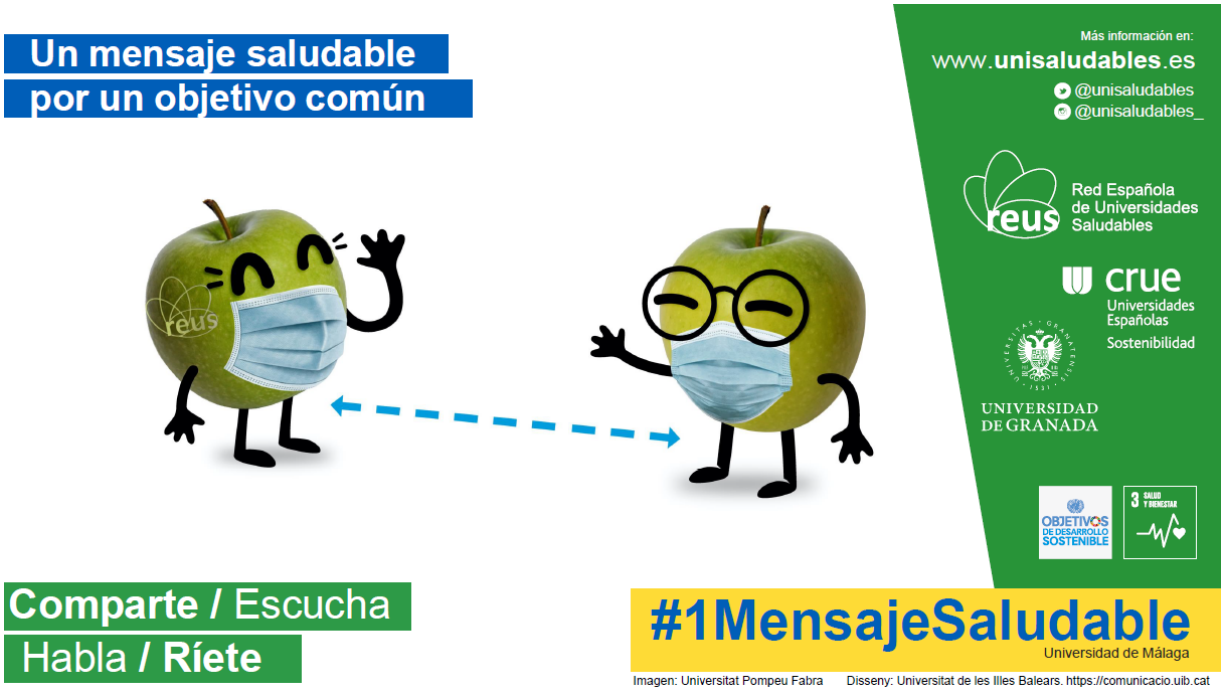


Mayo_2020:¡Fuera malos humos!



Junio_2020: Tomando el sol no te dejes la piel

Copyright© 2024 Universidad de Granada



Julio_2020: Comparte, Escucha,Habla, Ríete

Por una Universidad 0,0

"A MÍ YA NO ME AFECTA"

Si se aguanta mucho bebiendo puede ser que nuestro organismo se haya acostumbrado. La realidad es que si se ha desarrollado una tolerancia al alcohol aumenta la probabilidad de convertirse en dependiente

"YO SÓLO BEBO EL FIN DE SEMANA"

Consumir alcohol "en atracón" produce intoxicaciones y puede provocar tolerancia al alcohol. Las investigaciones científicas que se están realizando sugieren que este patrón de consumo podría desencadenar alteraciones cerebrales irreversibles, sobre todo en el caso de los adolescentes y jóvenes.

"¡ANÍMATE, BEBE!"

El consumo de alcohol, dependiendo de las personas, provoca verborrea, descoordinación, falta de autocrítica, dificultad para expresarse por falta de fluidez verbal, agresividad, etc. Este mito sobre el consumo de alcohol dista bastante de la realidad porque, según el caso, puede suponer enemistades, ridículos, lesiones y/o denuncias. No hay que olvidar que, la toxicidad del alcohol, lleva a la persona a dejar de ser ella misma.

"YO HAGO UN CONSUMO RESPONSABLE"

Los términos referidos al alcohol como "consumo moderado", "prudente", "social" o "responsable" son equívocos y confusos y provienen más del marketing que de la salud pública. No existe un nivel de consumo seguro

"BEBO PARA AHOGAR LAS PENAS"

Las penas estarán ah! bebas o no bebas hasta que les plantes cara. La realidad es que lo único que "ahogarás", será el dinero de tu cartera

"EL ALCOHOL ME PROTEGE DEL CORONAVIRUS"

Beber alcohol no solo NO destruiría los vir[illegible] que conll[illegible] problemas de salud.

Más información en:
www.unisaludables.es

Copyright© 2024 Universidad de Granada

Noviembre_2020: Por una Universidad 0,0

Un mensaje saludable por un objetivo común

/ UGR / *saludable*

DIC 2020 | SALUD AFECTIVO SEXUAL

HAZLO **BIEN** HAZLO **SEGURO**

Diciembre_2020: La distancia de seguridad adecuada: cuida tu salud sexual

Copyright© 2024 Universidad de Granada