

15 / 11
DÍA MUNDIAL SIN ALCOHOL



Este día mundial tiene como objetivo recordar y difundir los riesgos asociados al consumo de alcohol y cómo prevenirlos, promoviendo hábitos de vida más saludables y libres de alcohol.

Más Información

EN ESTE NÚMERO:

1 / ACTIVOS EN SALUD PARA LA CIUDADANÍA

- Prevención del consumo de alcohol en menores de edad
- Prevenir desde pequeños: Curso gratuito de ARGOS
- Ocio alternativo: Programa VIBRA

2 / RECURSOS Y NOVEDADES PARA PROFESIONALES

- Guía sobre cribado e intervención breve sobre el consumo de alcohol en Atención Primaria
- Encuesta de Salud de España (ESdE) del año 2025

1 / ACTIVOS EN SALUD PARA LA CIUDADANÍA

El alcohol es la sustancia psicoactiva más consumida en España, situándose la edad media de inicio de consumo en 14 años para ambos sexos.

Prevención del consumo de alcohol en menores de edad

Intervenciones para la reducción del consumo de alcohol y los daños relacionados, que afectan a la población menor de edad, a su entorno, sus familias, el conjunto de la sociedad y la economía.



Con motivo del, **Día Mundial sin Alcohol,** las Comunidades y Ciudades Autónomas y el Ministerio de Sanidad, han elegido llevar a cabo una iniciativa para **sensibilizar sobre la importancia de evitar la venta y dispensación de alcohol a personas menores de edad** a través de buenas prácticas para entidades locales.

Para saber más



Desde la Consejería de Salud de la Región de Murcia:
El Programa ARGOS presenta un curso online gratuito dirigido a padres y madres para la prevención del consumo de alcohol de sus hijos e hijas.

El objetivo del curso es apoyar en la concienciación sobre el alcohol y los problemas asociados a su consumo.

Para acceder a los contenidos del curso

Plataforma de inscripción

1 / ACTIVOS EN SALUD PARA LA CIUDADANÍA

Creando oportunidades para que los jóvenes digan NO al consumo de alcohol

La promoción del ocio saludable en jóvenes es una estrategia eficaz para la prevención de las adicciones, al proporcionar alternativas de ocio que facilitan la elección de no consumir sustancias.



En la **Región de Murcia** existe el programa **VIBRA**, un programa que promueve el ocio saludable en jóvenes.

- Propone actividades lúdicas y deportivas
- Presenta un foro en el que compartir historias y cuestiones anónimas
- Refiere a servicios de apoyo psicosocial
- Presenta recursos descargables sobre adicciones con y sin sustancia.

Más información

2 / RECURSOS PARA PROFESIONALES

Iniciar una conversación sobre el alcohol puede marcar un punto de inflexión

Guía sobre cribado e intervención breve sobre el consumo de alcohol en Atención Primaria



EL ALCOHOL suele ser el factor de riesgo conductual menos abordado.

El cribado e intervención breve tiene como objetivo identificar problemas, actuales o potenciales, relacionados con el consumo de sustancias, y motivar a las personas en riesgo a cambiar su comportamiento.

Accede aquí al documento

Encuesta de Salud de España (ESdE) del año 2025



Información actualizada sobre el estado de salud y los estilos de vida de la población:

Accede a la información