

## Muchos no saben que...

▶ Un consumo habitual de alcohol, por sí mismo, incluso puede hacer que aparezcan ciertos trastornos mentales que aumentan la agresividad. La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe trastornos en los que aparecen:

- celos inmotivados.
- desconfianza y suspicacia.
- ideas de persecución.
- ideas de sentirse amenazad@.

▶ Además de las patologías que puede provocar el alcohol en personas mentalmente sanas, esta droga puede hacer surgir o agravar otras enfermedades como:

- la esquizofrenia.
- la depresión.
- los trastornos de personalidad.

**Cualquiera que lo necesite puede consultar confidencialmente a:**

**Unidad de Alcohología**

**Valencia**

C/ Flora, 7

Accesorio Duplicado

46010 Valencia

**Tel: 96 389 13 57**

Si no hay un problema de alcohol, pero sí existe una relación violenta, se puede contactar con:

**PREVIO**

Profesionales para la prevención de la violencia

**Tel: 651 825 833**

También puedes consultar de manera anónima en Internet:

**[www.fsyc.org/malva](http://www.fsyc.org/malva)**

con el apoyo de:



**GENERALITAT VALENCIANA**  
CONSELLERIA DE SANITAT

Proyecto MALVA: Servicio de Prevención de la Violencia Doméstica asociada al Alcohol.

# Cuando el alcohol y la violencia van de la mano



## ¿Conoces a alguien que...?

- sea posesivo/a con su pareja, y quizá sienta celos desmesurados.
- tenga cambios bruscos de humor, y pase del amor al odio rápidamente.
- tenga ataques de rabia repentinos y luego se arrepienta porque piensa que fueron exagerados.
- insulte a su pareja si algo no sale como él/ella espera, y le eche la culpa de todo.

## Y además...

- a veces bebe alcohol, aunque sea poco, y se descontrola provocando peleas.
- o a veces bebe más de lo que dice.
- o bebe para olvidar...
- o si le falta el alcohol está nervios@.

## ¿Has pensado que la solución puede ser...?

que sea consciente de que **nada** justifica la agresión contra los seres queridos, **siempre hay alternativas**.

no dejar que la rabia derive en violencia: le será más fácil si busca apoyo.

▶ EL ALCOHOL NO AYUDA Y PUEDE AGRAVAR EL PROBLEMA

## ¿Qué se puede hacer ante una discusión?

no utilizar el alcohol para aliviar el malestar. No solucionará nada y puede empeorar las cosas.

intentar dialogar.

ponerse en el lugar de la pareja y tener en cuenta sus puntos de vista.

si lo anterior no es posible, intentar alejarse temporalmente del conflicto (calmarse, salir a pasear, etc...).

con distancia todo se puede ver más claramente y es más fácil aceptar la responsabilidad de cada cual.

si el alcohol no permite hacer todo eso, se debería pedir consejo a un Centro de Tratamiento especializado en Abuso de Alcohol.

## ¿Sabías que...?

▶ El consumo de alcohol (cerveza, vino o licores...), puede aumentar los comportamientos agresivos, e incluso provocarlos.

### Posibles efectos del alcohol son:

- euforia, sensación de comerse el mundo.
- descontrol en el comportamiento.
- sentimiento de superioridad.
- dificultad para tomar decisiones apropiadas.
- no preocuparse por el daño que se pueda causar a los demás.



SI HAS PENSADO QUE ESTE FOLLETO  
LE PUEDE SERVIR A ALGUIEN,  
**PÁSAELO.**

Y SI PUEDES, HABLAD DE ELLO.