

2.- CARTAS AL DIRECTOR

ALCOHOL, NO GRACIAS.

Beber alcohol con moderación puede ser bueno para la salud. En grandes cantidades, durante períodos de tiempo, puede ocasionar enfermedades como la cirrosis, vómitos con sangre, pérdida de memoria, etc.

Cuando solo causa una borrachera se pueden producir accidentes, por frases como: "Yo conduzco, esto perfectamente." Mentira ya que el alcohol reduce los reflejos y los movimientos están menos coordinados y son más lentos.

El alcohol todo lo deforma o corrompe. ¿Quién no ha escuchado alguna vez a un borracho darse aires de grandeza y superioridad o estar extremadamente triste o decir simplemente cosas sin sentido?

Sin embargo nada de esto ocurre si el alcohol se toma con

moderación tal y como quiere decir el refrán: "Bebe agua y el vino a sorbos". Así, dicen que tomar un vino tinto una vez en semana previene enfermedades del corazón e incluso el cáncer de riñón; eso sí, si además la persona lleva una vida sana (alimentación saludable y deporte). También previene enfermedades como el Alzheimer ya que actúa positivamente sobre las vainas de mielina (protege la neurona) pero si te pasas con el alcohol posiblemente las mates.

Lo que está claro es que estos beneficios no son para nosotros los adolescentes, si no para personas adultas, porque estamos en crecimiento nuestras neuronas las primeras y HAY QUE DEJARLAS CRECER.

Adela Jiménez Zamora 4ºA

