

COMO INFLUYE EL ALCOHOL EN TUS RELACIONES INTERPERSONALES

El consumo de alcohol modifica sustancialmente la forma habitual en la que nos relacionamos con otras personas.

Aumenta la probabilidad de comportamientos agresivos:

Las peleas, discusiones o la ruptura de mobiliario urbano son más fáciles de producirse. Todo ello responde a una lógica: a más alcohol, mayor excitabilidad, susceptibilidad y desinhibición.

Aumenta la posibilidad de encontrarse con relaciones afectivas no deseadas:

La desinhibición o la dificultad para tomar decisiones cuando el alcohol está presente puede provocar que te vayas con alguna persona que realmente ni te gusta ni con la que te apetece estar; o que seas muy plasta y cruces la línea del respeto hacia la otra persona.

Aumenta el riesgo de mantener relaciones sexuales no seguras e insatisfactorias:

Entre los comportamientos de alto riesgo que aumentan la probabilidad de tener relaciones sexuales no deseadas o de contraer una enfermedad de transmisión sexual se encuentra el uso del alcohol y de otras drogas.

Es más fácil que no te acuerdes de usar protección o preocuparte por esto.

El alcohol tiene un efecto euforizante y por tanto puedes pensar que aumenta el funcionamiento sexual. Lo que si es cierto es que facilita tanto en el hombre como en la mujer la aparición del impulso sexual pero dificulta en el caso del hombre la erección y por tanto también la penetración, el coito y la eyaculación; y en la mujer es un importante inhibidor físico hasta el punto de que el acto sexual pueda ser doloroso.

Para evitar sentirte mal una vez los efectos del alcohol han desaparecido, toma precauciones:

- Si sabes que es muy posible que en tus salidas pueda haber intercambio sexual, usa protección. Lleva preservativos.
- Ante situaciones en las que es posible que aparezca alguna forma de agresión ya sea verbal o física, procura evitarla. El alcohol no es un buen vehículo de comunicación.
- Toma tus propias decisiones y respeta las de los demás. No insistas si la otra persona no desea lo mismo que tú; y no aceptes si tú no estás de acuerdo.