



Eso significa que estoy cuidando mi cerebro y mi cuerpo. Sé que hay muchas opiniones y mensajes sobre el alcohol. La verdad es que mi cerebro aún se está desarrollando y continuará hasta mis veinte. También es cierto que el consumo de alcohol por menores de edad puede afectar la mente.

Mi estrategia ganadora es aferrarme a los hechos!

1. El alcohol puede afectar mi equilibrio, coordinación y toma de decisiones.
2. El alcohol puede hacer que sea más difícil formar recuerdos.
3. El alcohol puede provocar problemas de salud mental.

¡Con tantos riesgos, beber alcohol no vale la pena!

Palabras de los sabios...

- "Debes esperar grandes cosas de ti mismo antes de poder hacerlas." – Michael Jordan
- "Aprende del ayer, vive el hoy, espera el mañana. Lo importante es no dejar de cuestionar." – Albert Einstein
- "Cuanto más elogias y celebras tu vida, más hay en la vida para celebrar." –Oprah Winfrey



That means I'm looking out for my brain and my body. I know there are a lot of opinions and messages out there about alcohol. The truth is that my brain is still developing and will continue well into my 20's. Also true is that underage drinking can mess with mind.

My winning strategy is sticking with the facts!

1. Alcohol can impair my balance, coordination, and decision making.
2. Alcohol can make it more difficult to form memories
3. Alcohol can lead to mental health problems.

With so many risks, underage drinking just isn't worth it!

Words from the wise...

- "You must expect great things of yourself before you can do them." – Michael Jordan
- "Learn from yesterday, live for today, hope for tomorrow. The important thing is not to stop questioning." – Albert Einstein
- "The more you praise and celebrate your life, the more there is in life to celebrate." – Oprah Winfrey