

ALCOL E GUIDA

Per chi guida è importante sapere che *l'alcol provoca:*

DIMINUIZIONE della capacità visiva

DIMINUIZIONE dell'attenzione

DIMINUIZIONE della concentrazione

aumento della **SONNOLEZZA**

aumento della **STANCHEZZA**

DIFFICOLTÀ della coordinazione dei movimenti

SOTTOVALUTAZIONE dei rischi

DISTORSIONE del tempo e dello spazio

**GLI INCIDENTI STRADALI
CAUSATI DALL'ASSUNZIONE
DI ALCOL SONO IN ITALIA
LA PRIMA CAUSA DI MORTE
FRA I 18 E I 26 ANNI**

COSA DICE LA LEGGE?

La concentrazione massima di alcol nel sangue consentita per la guida è di 0,5 gr/l.

Per un uomo di peso medio bastano 2 unità alcoliche... ma per una donna ne basta solo 1 per raggiungerlo! Usa la testa!

Se risulti positivo alla prova del palloncino (etilometro) superando il limite di 0,5 gr/l di alcolemia... cosa succede?

...Ti tolgono i punti alla patente e...

Da 0,5 gr/l a 0,8 gr/l multa da 500 a 2000 euro più sospensione della patente da tre a sei mesi.

Da 0,8 gr/l a 1,5 gr/l multa da 800 euro a 3.200 euro più detenzione fino a 3 mesi più sospensione della patente da sei mesi a un anno.

> 1,5 gr/l multa da 15.500 a 60.000 euro più detenzione fino a 6 mesi più sospensione patente da uno a sei anni.

Se hai bevuto devi aspettare almeno un'ora per ogni unità alcolica che hai assunto prima di metterti alla guida!

**NON METTERTI
ALLA GUIDA
SE HAI BEVUTO.**

**NON ACCETTARE
PASSAGGI IN AUTO
DA CHI È IN STATO
DI EBBREZZA.**

Ricorda che il freddo, lo sforzo fisico, il caffè, una doccia fredda **NON** accelerano l'eliminazione dell'alcol assunto.

Per ogni dubbio, domanda, curiosità, chiarimento riguardo l'alcol potrai rivolgerti all'U.O. Alcoldipendenze dell'ASL o consultare il sito internet www.asl.como.it alla voce dipendenze per trovare l'indirizzo dei Servizi presenti sul territorio.

BEVI RESPONSABILMENTE

ASL della provincia di Como

DIPARTIMENTO ASSI

DIPARTIMENTO FUNZIONALE DIPENDENZE

Unità Operativa Alcoldipendenze

Como, via Castelnuovo, 1

Tel. 031 370870 - Fax 031 370803

Un particolare ringraziamento agli studenti e alle docenti della classe 3^a Y dell'IPSIA "Ripamonti" di Como per la preziosa collaborazione nella realizzazione di questo pieghevole

ALCOL e prevenzione



**se vuoi bere...
FALLO CON LA TESTA!**

COSA SONO GLI ALCOLICI?

Gli alcolici sono bevande che contengono **ALCOL ETILICO**: una sostanza che agisce a livello del **Sistema Nervoso** condizionandone il funzionamento.

QUANTO ALCOL CONTIENE IL TUO BICCHIERE?

Ogni bicchiere qui rappresentato contiene
1 unità alcolica = 12 g alcol etilico



Vino 12°
Bicchiere 125 ml



Aperitivo 18°
Bicchiere 80 ml



Cocktail 36°
Bicchiere 40 ml



Birra 5°
Lattina 330 ml

EFFETTI ACUTI DELL'ALCOL

L'alcol agisce sul Sistema Nervoso Centrale con un effetto bifasico: a basse dosi può avere un effetto euforizzante, aumentando le dosi compaiono invece gli effetti neurodepressivi. Si può quindi passare dalla semplice euforia al coma.

EUFORIA:

movimenti incerti,
riduzione della
concentrazione,
aumento dei tempi
di reazione.

EBBREZZA:

rossore diffuso
al volto, aumento
della loquacità,
rallentamento
dei riflessi.

UBRIACHEZZA:

riduzione della
sensibilità al dolore,
ulteriore rallentamento
dei riflessi, confusione
mentale, nausea,
vomito, mal di testa.

COMA:

assenza sensibilità
e riflessi, perdita
di coscienza,
fino allo stadio
finale
di morte.

RISCHI NELL'IMMEDIATO



Bere alcol **COMPROMETTE LA CAPACITÀ** di giudizio che consente di valutare adeguatamente un rischio.

Ciò comporta in particolare:

- ▶ **rischio di incidente stradali** se si è alla guida di un veicolo;
- ▶ **comportamenti sessuali a rischio**: dimenticare completamente le norme di protezione rischiando malattie a trasmissione sessuale e gravidanze indesiderate;
- ▶ **rischio di infortuni sul lavoro**;
- ▶ avere o subire **comportamenti violenti** e trovarsi in situazioni pericolose come risse o violenze sessuali;
- ▶ **coma etilico** e morte.

RISCHI NEL TEMPO

L'uso cronico di alcol può determinare danni all'organismo in particolare al sistema nervoso, a quello cardio-circolatorio oltre gastriti, ulcere, tumori allo stomaco, epatiti e cirrosi.

L'alcol oltre che danneggiare l'organismo può condurre **DIPENDENZA**, danneggiare i rapporti sociali e le relazioni familiari.



ALCOL e sessualità

L'alcol diminuisce il livello di testosterone nel sangue provocando riduzione del desiderio sessuale, difficoltà di erezione, impotenza e frigidity: in generale una **inibizione della funzione sessuale**. Con il tempo l'alcol può alterare la funzione degli spermatozoi e quindi essere causa di sterilità.



COSA DICE L'O.M.S.

(Organizzazione Mondiale della Sanità)

Non devono assolutamente bere:

▶ bambini e adolescenti

In Italia è vietata la vendita di alcolici a chi ha meno di 16 anni, perché?

Al di sotto dei 16 anni l'organismo non è maturo per smaltire l'alcol e arriva in maniera più rapida a fasi di intossicazione acuta. Il cervello e l'organismo dei più giovani sono ancora in via di formazione e l'uso di alcol può compromettere lo sviluppo.

▶ donne in gravidanza e in allattamento;

l'alcol passa nel latte materno e nel liquido amniotico con conseguenze sulla crescita del feto;

▶ chi necessita di una perfetta efficienza;

chi assume farmaci che interferiscono con l'alcol;

▶ persone affette da malattie del fegato.



BERE NON È DA FIGO,
UBRIACARSI
NON È DA FURBO

Alcol, farmaci e droghe...

NO MIX!

La contemporanea assunzione di alcol e farmaci o droghe comporta un notevole peggioramento, perché vengono potenziati gli effetti dell'alcol a cui vanno aggiunti gli effetti della sostanza assunta contemporaneamente.

ALCOL

e prevenzione



se vuoi bere...
FALLO CON LA TESTA!



ASL Azienda sanitaria locale
della Provincia di Como