

Cos'è?

ALCOL

- L'alcol è un liquido incolore, di sapore bruciante, prodotto dalla fermentazione degli zuccheri

- 1 grammo di alcol 7 Kcal.,
- 1 grammo di di zucchero 4 Kcal.,
- 1 grammo di grasso 9 Kcal

- Le calorie sono “vuote”, cioè non contengono alcun principio necessario per la vita, come invece accade per gli zuccheri, le proteine. ecc.

Percorso

ALCOL

- Nel transito dalla bocca allo stomaco il 15% dell'alcol entra direttamente nel sangue
- Una grande parte raggiunge il fegato, l'altra direttamente il cervello e i nervi , producendo effetti immediati
- Il 90% dell'alcol viene trasformato in acqua e anidride carbonica, il 10% viene eliminato con la respirazione e il sudore
- I tempi di smaltimento dipendono da vari fattori: quantità di alcol ingerita, velocità di assunzione, condizioni dello stomaco, efficienza del fegato, peso corporeo, sesso, età

Effetti

ALCOL

- **VISTA** : alterazione della valutazione delle distanze, aumento della sensibilità all'abbagliamento, restringimento del campo visivo (coda dell'occhio), difficoltà della messa a fuoco (doppie immagini)

- **RIFLESSI** : rallentamento dei riflessi e di tutte le capacità mentali, difficoltà di coordinamento

- **ALTRO** : euforia, aumento dell'aggressività, nausea, vomito, perdita di memoria

- Se si assumono dosi elevate: **COMA ETILICO**

Rischi

ALCOL

- **L'euforia ti induce a sottovalutare il pericolo**
- **La diminuzione della capacità visiva ti porta a fare errori di guida molto gravi, specialmente in condizioni di scarsa visibilità**
 - **Il rallentamento dei riflessi e delle capacità mentali ti impedisce di correggere rapidamente gli errori di guida o di affrontare tempestivamente eventuali situazioni di pericolo**
- **La sedazione prodotta dall'alcol può provocare colpi di sonno**

Sanzioni

ALCOL

D.L.285-Art.186 e 126.bis
L.160-Art.6 e 6.bis
aggiornato 15/07/09

Alcolemia $>0,5 <0,8$

- €. 500- 2.000 (+1/3 o 1/2 se dalle 20 alle 7)
- Sospensione patente 3-6 mesi
- 10 punti

Alcolemia $>0,8 <1,5$

- €. 800- 3.200 (+1/3 o 1/2 se dalle 20 alle 7)
- Arresto fino a 6 mesi
- Sospensione patente 6-12 mesi
- 10 punti

Alcolemia $>1,5$

- €. 1.500-6.000 (+1/3 o 1/2 se dalle 20 alle 7)
- Arresto da 3 mesi a 1 anno
- Sospensione patente 12-24 mesi (se no proprietario raddoppia sospensione patente)
- 10 punti

**VIGENTE PER
TUTTI I
CONDUCENTI
ANCHE
CICLISTI e
CICLOMOTO-
RISTI !!!**

***IN CASO DI INCIDENTE: raddoppio sanzioni fermo del veicolo per 90 gg
SE RECIDIVO NEL BIENNIO: revoca patente
SE RIFIUTA CONTROLLI: €.1.500-6.000 sospensione patente 6-24 mesi
Fermo del veicolo per 6 mesi – SE RECIDIVO nel biennio: revoca patente
NEOPATENTATO: raddoppio perdita punti patente***

Sanzioni

ALCOL

Nei locali di spettacolo, intrattenimento e mescita alcol:

- **Dopo le 2 divieto vendita bevande alcoliche**
- **Affissioni di tabelle nel locale che illustrino:**
 - **sintomi alle diverse alcoemia**
 - **quantità in cc. delle bevande alcoliche che producano alcoemia $>0,5$ in rapporto al peso corporeo,**
- **Disponibilità etilometri per i clienti all'uscita**

IN CASO DI VIOLAZIONE: chiusura del locale da 7 a 30 giorni

Consigli

ALCOL

- La cosa migliore è di non bere mai alcolici prima di metterti alla guida di un veicolo
 - Se hai bevuto fai guidare ad un altro
- Non accettare un passaggio se colui che guida ha bevuto
 - Se bevi, ricordati sono sufficienti **2 bicchieri di vino** per raggiungere il limite legale di alcolemia cioè 0.5 grammi di alcol per litro di sangue.
- Con alcolemia più bassa, hai già compromesso le tue abilità di guida, anche se non te ne accorgi

**Non fidarti della tua capacità di
"reggere bene l'alcol"**



TABELLA PER LA STIMA DELLE QUANTITÀ DI BEVANDE ALCOLICHE CHE DETERMINANO IL SUPERAMENTO DEL TASSO ALCOLEMICO LEGALE PER LA GUIDA IN STATO DI EBBEREZZA, PARI A 0,5 GRAMMI PER LITRO

(Art.6 del decreto legge 3 agosto 2007 n. 117 convertito in legge, con modificazioni, dall'art. 1 della legge 2 ottobre 2007 n. 160)

La Tabella contiene i LIVELLI TEORICI DI ALCOLEMIA RAGGIUNGIBILI DOPO L'ASSUNZIONE DI UNA UNITÀ ALCOLICA

UNITÀ ALCOLICA DI RIFERIMENTO (in cc) (Bicchiere, lattina o bottiglia serviti usualmente nei locali)

Birra	330 cc	40 cc
Vino	100 cc	100 cc
Vini liquorosi/spumanti	80 cc	150 cc
Digestivi	40 cc	
Superalcolici		aggiungere i componenti
Champagne/spumante		aggiungere i componenti
Ready to drink		aggiungere i componenti
MIX		aggiungere i componenti

I valori di ALCOLEMIA, calcolati in base al sesso, al peso corporeo e all'essere a stomaco vuoto o pieno, sono solo indicativi e si riferiscono ad una assunzione entro i 60-100 minuti precedenti

Se si assumono più unità alcoliche, per conoscere il valore di alcolemia raggiunto è necessario sommare i valori indicati per ciascuna unità alcolica consumata**

DONNE

BEVANDA	Gradazione alcolica (%)	STOMACO VUOTO					STOMACO PIENO						
		Peso corporeo (Kg)					Peso corporeo (Kg)						
		45	55	60	75	80	45	55	60	75	80		
birra analcolica	0,5	0,06	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03	0,03	0,03	0,02	0,02	0,02	0,02
birra leggera	3,5	0,27	0,32	0,29	0,27	0,24	0,22	0,24	0,22	0,19	0,16	0,14	0,13
birra normale	5	0,56	0,46	0,42	0,39	0,34	0,32	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	0,18
birra speciale	8	0,90	0,73	0,67	0,62	0,54	0,50	0,50	0,42	0,39	0,36	0,31	0,29
birra doppio malto	10	1,12	0,92	0,84	0,78	0,67	0,63	0,63	0,65	0,53	0,48	0,45	0,39
vino	12	0,51	0,42	0,38	0,35	0,31	0,29	0,29	0,29	0,24	0,22	0,20	0,18
vini liquorosi/spumanti	18	0,49	0,40	0,37	0,34	0,29	0,28	0,28	0,28	0,23	0,21	0,20	0,17
digestivi	25	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	0,18	0,18	0,20	0,16	0,15	0,14	0,12
digestivi	30	0,39	0,32	0,29	0,27	0,23	0,22	0,22	0,24	0,19	0,18	0,16	0,14
superalcolici	35	0,45	0,37	0,34	0,31	0,27	0,25	0,25	0,27	0,22	0,21	0,19	0,16
superalcolici	45	0,58	0,47	0,43	0,40	0,35	0,33	0,33	0,35	0,29	0,26	0,24	0,20
superalcolici	60	0,77	0,63	0,58	0,53	0,46	0,43	0,43	0,47	0,38	0,35	0,33	0,28
champagne/spumante	11	0,37	0,31	0,28	0,26	0,22	0,21	0,21	0,22	0,18	0,16	0,15	0,13
ready to drink	2,8	0,12	0,10	0,09	0,08	0,07	0,07	0,07	0,07	0,06	0,06	0,05	0,04
ready to drink	5	0,24	0,20	0,18	0,17	0,14	0,14	0,14	0,15	0,12	0,11	0,10	0,09

** Esempi: donna, peso 45 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 1 birra leggera ed 1 aperitivo alcolico. Alcolemia attesa: 0,39+0,49 = 0,88 grammi/litro; donna, peso 60 Kg, ha assunto a stomaco pieno 2 superalcolici (60*). Alcolemia attesa: 0,35+0,35 = 0,70.

UOMINI

BEVANDA	Gradazione alcolica (%)	STOMACO VUOTO					STOMACO PIENO						
		Peso corporeo (Kg)					Peso corporeo (Kg)						
		55	70	75	80	90	55	65	70	75	80	90	
birra analcolica	0,5	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
birra leggera	3,5	0,25	0,21	0,19	0,18	0,17	0,15	0,15	0,14	0,12	0,11	0,10	0,09
birra normale	5	0,35	0,30	0,28	0,26	0,24	0,22	0,22	0,20	0,17	0,16	0,15	0,14
birra speciale	8	0,56	0,48	0,44	0,41	0,39	0,35	0,35	0,33	0,28	0,26	0,24	0,22
birra doppio malto	10	0,71	0,6	0,55	0,52	0,49	0,43	0,43	0,41	0,34	0,32	0,30	0,28
vino	12	0,32	0,27	0,25	0,24	0,22	0,20	0,20	0,20	0,18	0,16	0,15	0,14
vini liquorosi/spumanti	18	0,31	0,26	0,24	0,23	0,21	0,19	0,19	0,18	0,15	0,14	0,13	0,11
digestivi	25	0,20	0,17	0,16	0,15	0,15	0,12	0,12	0,12	0,10	0,10	0,09	0,08
digestivi	30	0,24	0,21	0,19	0,18	0,18	0,15	0,15	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10
superalcolici	35	0,28	0,24	0,22	0,21	0,19	0,17	0,17	0,17	0,15	0,14	0,13	0,11
superalcolici	45	0,36	0,31	0,29	0,27	0,25	0,22	0,22	0,22	0,19	0,17	0,16	0,14
superalcolici	60	0,48	0,41	0,38	0,36	0,33	0,30	0,30	0,30	0,25	0,23	0,22	0,20
champagne/spumante	11	0,24	0,19	0,18	0,17	0,16	0,14	0,14	0,14	0,11	0,11	0,10	0,09
ready to drink	2,8	0,08	0,06	0,06	0,06	0,05	0,05	0,05	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03
ready to drink	5	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10	0,09	0,09	0,09	0,08	0,07	0,07	0,06

** Esempi: uomo, peso corporeo 75 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 2 birre speciali. Alcolemia attesa: 0,41+ 0,41 = 0,82 grammi/litro; uomo, peso corporeo 55 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 1 birra doppio malto ed 1 superalcolico di media gradazione (45*). Alcolemia attesa: 0,71+0,36 = 1,07 grammi/litro.

AVVERTENZE PER UNA CORRETTA LETTURA DELLA TABELLA

- la Tabella è valida per persone che non hanno assunto bevande alcoliche nei 120 minuti precedenti all'assunzione delle più comuni bevande alcoliche; lo scopo principale è quello di contribuire ad identificare o calcolare le quantità di alcol che determinano il superamento del limite legale fissato per la guida e di promuovere una guida sicura e responsabile.
- A tal fine è importante sapere che:
 - esiste un legame diretto tra livelli crescenti di alcolemia (concentrazione di alcol nel sangue) e rischio di incidenti stradali; il rischio di essere coinvolti in un incidente grave o mortale aumenta con l'aumentare della alcolemia;
 - tutte le quantità di alcol, anche quelle minime o moderate, pongono l'individuo in una condizione di potenziale rischio;
 - la guida in stato di ebbrezza è vietata per legge e comporta pesanti sanzioni amministrative e penali;
 - la guida in stato di ebbrezza è vietata anche per i conducenti di veicoli a motore, di mezzi agricoli, di macchine per il cantiere edile, della massa corporea superiore, della struttura di fermata anche di uso comune (es. aspirina, antistaminici, anticoncezionali, antinfiammatori, antibiotici, farmaci per il sistema nervoso) e per i conducenti di mezzi di trasporto a motore (es. motoscafi, motosiluriere, motoscafi, motoscafi).
- Di conseguenza, a fronte delle molteplici variabili che possono influenzare il livello individuale di alcolemia, è nella pratica impossibile calcolare con precisione la quantità esatta di alcol da assumere senza superare il limite legale di alcolemia dello 0,5 grammi/litro.

Non esistono livelli di consumo alcolico sicuri alla guida. Il comportamento più sicuro per prevenire un incidente alcolcorrelato è di evitare di consumare bevande alcoliche se si deve porre alla guida di un qualunque tipo di veicolo.