PuntoSicuro

ARTICOLO DI PUNTOSICURO

Anno 10 - numero 1982 di lunedì 14 luglio 2008

L'alcol e la guida: "Hai bevuto?...Prendi tempo!"

Per raggiungere il limite legale per la guida sono sufficienti da due a tre bicchieri di vino per l'uomo e da uno a due per la donna. Tuttavia il nostro corpo elimina in una o due ore ogni unità alcolica bevuta. Non conviene aspettare?

Pubblicità

L'alcol non è un buon compagno di viaggio e il numero di incidenti stradali dovuto al tasso alcolemico dei conducenti lo dimostra ogni giorno.
Molte campagne e iniziative hanno tuttavia compreso un elemento importante. Al di là di regolamenti, sanzioni è necessario aumentare la consapevolezza degli effetti dell'alcol sulla sicurezza stradale e familiarizzare con la misura del tasso alcolemico (grammi di alcol per litro di sangue).

Parte da questa constatazione anche la campagna di sensibilizzazione "**Hai bevuto?...Prendi tempo**", partita in tutta la provincia di Ravenna, con la distribuzione di speciali "card" informative e di volantini che spiegano gli effetti dell'alcol sul nostro organismo.

In questa campagna si danno semplici ma importanti informazioni su come si raggiunge l'**unità alcolica**: è sufficiente un bicchiere di vino da 125 ml, una lattina di birra da 330 ml, un aperitivo da 80 ml o un bicchierino da 40 ml di superalcolico. E per raggiungere il limite legale per la guida, 0.5 grammi per litro, sono sufficienti ? al di là delle imprevedibili differenze individuali - 2 o 3 unità alcoliche per l'uomo e 1 o 2 unità per la donna.

---- L'articolo continua dopo la pubblicità ----

Anche il **fattore tempo**, da cui il titolo della campagna, può influenzare il tasso alcolemico.
Si può bere e poi attendere, prima di mettersi alla guida, che l'alcol in eccesso sia eliminato dal nostro corpo. Infatti mediamente occorrono **da una a due ore per eliminare ogni unità alcolica bevuta**.

Alcuni consigli e informazioni tratte dalle card:
- le ragazze assorbono più alcol dei ragazzi;
- un ulteriore aumento dell'alcolemia si può determinare "quando altre consumazioni di bevande alcoliche si sommano, pur a distanza di ore, alle dosi di alcol precedentemente assunte e non ancora completamente eliminate dall'organismo".

Vi ricordiamo che su internet è presente un etilometro "virtuale" che ci aiuta a conoscere il livello di rischio corrispondente alla quantità di alcool presente nell'organismo grazie ad un sistema di calcolo. Fornendo il proprio sesso, peso, ora del consumo di alcool e la quantità e qualità di quanto consumato, il sistema segnala dopo quanti minuti/ore si può prendere la guida secondo la legislazione corrente.

La campagna informativa e di sensibilizzazione "Hai bevuto?...Prendi tempo" è ideata e coordinata dalla Ausl e dall'Avis, con la collaborazione della Conferenza territoriale sociale e sanitaria di Ravenna.

Materiali della campagna:

- card "donne e alcol" (formato PDF, 93 kB);
- card "uomini e alcol" (formato PDF, 89 kB);
- locandina "effetti dell'alcol sulla guida" (formato PDF, 139 kB).

 Questo articolo è pubblicato sotto una Licenza Creative Commons.

---

www.puntosicuro.it