

ALCOHOL

La resaca del sucre

Home 70-90 kg
Dona 50-70kg

Cervesa (330 ml; 5º)

Alcohol en sang (gr/l)

1 terç	0,21-0,28	0,34-0,48
2 terços	0,43-0,55	0,68-0,95
3 terços	0,64-0,83	1,02-1,43

Vi copat(100 ml; 12º)

Alcohol en sang (gr/l)

1 copa	0,16-0,20	0,25-0,35
2 copes	0,31-0,40	0,50-0,69
3 copes	0,47-0,60	0,74-1,04

Licor (45 ml; 23º)

Alcohol en sang (gr/l)

1 got	0,13-0,17	0,21-0,30
2 got	0,27-0,35	0,43-0,60
3 got	0,40-0,52	0,64-0,90

Combinat (50 ml; 38º)

Alcohol en sang (gr/l)

1 got	0,25-0,32	0,39-0,55
2 got	0,49-0,63	0,78-1,10
3 got	0,74-0,95	1,18-1,65

Corba d'alcoholèmia



Alcohol en sang (gr/l)	0,5	1	1,5	2	3	4	5
	Eufòria, sobrevaloració de facultats, disminució de reflexos	Desinhibició i dificultats per a parlar i coordinar moviments	Embraguesa amb pèrdua del control de la parla i la marxa	Descoordinació de la marxa, visió doble	Apatia i somnolència	Coma	Mort: paràlisi dels centres respiratori i motor

SEXE	PES	CONSUM	TEMPS	TOTAL
dona	56 kg	fa 1 hora		0,68-0,95
				0,25-0,35
				0,93-1,3

El seu organisme es troba en procés d'absorció i per tant, els efectes són la desinhibició i les dificultats per a parlar i coordinar moviments o fins i tot embraguesa amb pèrdua del control de la parla i la marxa.

UBE (Unitat de Beguda Estàndard)

- 1 gotet de vi (100 c.c.)
- ó 1 canya/cervesa (200 cc.)= **1 UBE**
- 1 copa de licor (50 c.c.)
- ó 1 cubata/combinat = **2 UBE**

UBE per Setmana

BEVEDOR DE...	HÒMIENS	DONES
Baix risc	Fins a 17 UBE	Fins a 11 UBE
Alt risc	Entre 17 i 28 UBE	Entre 11 i 17 UBE
Perillós	+ de 28 UBE	+ de 17 UBE

Pregunta en el teu ajuntament per la UPCCA



<http://goo.gl/v3G0cm>

GENERALITAT VALENCIANA
CONSELLERIA DE SANITAT UNIVERSAL I SALUT PÚBLICA

