

LA TASA DE ALCOHOLEMIA

La **alcoholemia** es la cantidad de alcohol que hay en la sangre después de haber ingerido bebidas alcohólicas. Se mide en gramos por litro de sangre (g/l). Directamente en sangre e indirectamente a través del aire espirado (0,25 mg/l de aire espirado= 0,5 g/l en sangre)

La tasa de alcoholemia va aumentando durante la primera hora después de haber bebido. Se alcanza más o menos rápido dependiendo de que se esté o no en ayunas. Se puede tardar una hora en sentir el efecto por lo que si se coge el coche justo después de beber, la alcoholemia aun esta subiendo.

$$\text{Alcoholemia previsible (gr./l)} = \frac{\text{gramos de alcohol absoluto ingeridos}}{\text{kg de peso corporal} \times \begin{cases} 0,7 & \text{(hombre)} \\ 0,6 & \text{(mujer)} \end{cases}}$$

ALCOHOL Y CONDUCCIÓN

TASA DE ALCOHOLEMIA, LÍMITES PERMITIDOS:
(Gramos de alcohol / litro de sangre) (Miligramos de alcohol / litro de aire)

0,5 gr/l (en sangre) - 0,25 mg/l (en aire espirado)

para la conducción de motocicletas y turismos

0,3 gr/l (en sangre) - 0,15 mg/l (en aire espirado)

para la conducción de vehículos de transporte de mercancías, transporte público y escolar y servicios de urgencia y conductores noveles

Pese a que conducir un coche o una moto parece una actividad automática, la conducción de vehículos supone un esfuerzo importante de coordinación. El alcohol altera la percepción visual, el tiempo de reacción y la coordinación motriz, mucho antes de que la persona que conduce sea consciente de sus deficiencias, siendo el causante del 40% de los fallecimientos por accidentes.

La mezcla de alcohol con otras drogas potencia las alteraciones descritas anteriormente (drogas depresoras) y dan una sensación de falsa seguridad (drogas estimulantes), multiplicándose extraordinariamente el riesgo de accidentes.

En los jóvenes los efectos del alcohol sobre la conducción son más relevantes todavía. Las características asociadas a la propia juventud (menos experiencia en conducir, consumos elevados los fines de semana, consumo concomitante de otras sustancias, conducta desinhibida, etc.) hacen que este grupo de edad sea particularmente vulnerable.

TABLA ORIENTATIVA PARA CALCULAR EL INDICE DE ALCOHOLEMIA

Bebidas	Alcoholemia en hombres adultos (Peso medio: 70 Kg.)	Alcoholemia en mujeres adultas (Peso medio: 60 Kg.)
Una caña de cerveza (200 ml – 6º)	0,20 gr./l	0,27 gr./l
Un vaso de vino/cava (100 ml -13º)	0,21 gr./l	0,28 gr./l
Combinado (60 ml - 40º)	0,39 gr./l	0,53 gr./l

<p>en un hombre</p> <p>3 cervezas o 3 vinos son suficientes para que llegar a un nivel de alcoholemia de 0,5 gr/l</p> <p>en una mujer</p> <p>2 cerveza o 2 vinos son suficientes para que llegar a un nivel de alcoholemia de 0,5 gr/l</p>
--

Alcoholemia g/l	Fases	Efectos
0.3 - 0.5	BORRACHERA LEVE	<ul style="list-style-type: none"> ↻ afección leve del rendimiento psicomotor ↻ reducción percepción de luces ↻ distorsión percepción distancias ↻ disminución campo visual (efecto túnel) ↻ euforia leve ↻ sobrevaloración de las facultades
0.5 - 1	BORRACHERA MODERADA	<ul style="list-style-type: none"> ↻ deterioro moderado del rendimiento psicomotor ↻ alteración coordinación manual ↻ Deterioro percepción luz roja ↻ Aumento tiempo de reacción ↻ Impulsividad y agresividad al volante ↻ Desinhibición ↻ Predominio de la euforia con falta de concienciación de los peligros reales ↻ Dificultades para hablar y coordinar movimientos
1 - 2	BORRACHERA INTENSA	<ul style="list-style-type: none"> ↻ Deterioro grave de rendimiento psicomotor ↻ Conducción temeraria por poca apreciación del riesgo ↻ Reducción de agudeza visual ↻ Reducción de visión periférica y de recuperación al deslumbramiento ↻ Visión borrosa y doble ↻ Falta de coordinación de movimientos ↻ Agresividad ↻ Euforia excesiva ↻ Embriaguez ↻ Pérdida de control de facultades superiores
2 - 3	BORRACHERA COMPLETA	<ul style="list-style-type: none"> ↻ Deterioro muy grave de rendimiento psicomotor ↻ Visión muy borrosa ↻ Descoordinación grave ↻ Confusión ↻ Estado de apatía y somnolencia
3- 5	COMA	<ul style="list-style-type: none"> ↻ Coma ↻ Imposibilidad de conducir
> 5	MUERTE	<ul style="list-style-type: none"> ↻ Muerte por parálisis de los centros respiratorio y vasomotor.