

INFORMACIÓN PARA CUIDARNOS

Alcohol y alcoholemia

Conoce las porciones, consulta las estimaciones y comprende la diferencia entre consumo y alcoholemia.

**Porciones**

Tipo y cantidad

Estimaciones

Peso y consumo

Prevención

Efectos y orientación

Si vas a conducir, no bebas.

01 / TABLA DE ALCOHOLEMIA

Peso, bebida y consumo

Valores estimativos en gramos de alcohol por litro de sangre (g/L). Selecciona el peso y compara una o tres porciones.

1 PORCIÓN				3 PORCIONES			
Peso kg H / M	V / C / D	Ch.	Wh.	Peso kg H / M	V / C / D	Ch.	Wh.
90 / -	0,23	0,15	0,36	90 / -	0,69	0,46	1,07
85 / -	0,24	0,16	0,38	85 / -	0,73	0,48	1,13
80 / -	0,26	0,17	0,40	80 / -	0,77	0,51	1,20
75 / -	0,27	0,18	0,43	75 / -	0,82	0,55	1,28
70 / -	0,29	0,20	0,46	70 / -	0,88	0,59	1,37
65 / 75	0,32	0,21	0,50	65 / 75	0,96	0,64	1,49
60 / 70	0,34	0,23	0,53	60 / 70	1,03	0,69	1,60
55 / 65	0,37	0,25	0,58	55 / 65	1,12	0,75	1,75
50 / 60	0,41	0,27	0,64	50 / 60	1,23	0,82	1,92
- / 55	0,44	0,29	0,68	- / 55	1,31	0,87	2,04
- / 50	0,48	0,32	0,75	- / 50	1,44	0,96	2,24
- / 45	0,53	0,36	0,83	- / 45	1,60	1,07	2,49

H / M: hombre / mujer. V: vino. C: cerveza. D: cognac / vodka.

Ch.: champña. Wh.: whisky. Porciones detalladas en la página siguiente.

Esta tabla reproduce estimaciones de la pieza original. No sustituye una medición ni permite determinar si una persona puede conducir.

02 / CONOCE LAS CANTIDADES

Una porción no es igual

La cantidad de alcohol depende de la graduación y del volumen servido.

Bebida	Graduación	Porción	Alcohol
Vino	12°	150 ml	14,4 g
Champaña	12°	100 ml	9,6 g
Cerveza	6°	300 ml	14,4 g
Cognac / Vodka	40°	45 ml	14,4 g
Whisky	40°	70 ml	22,4 g

EFFECTOS DESCRITOS EN EL MATERIAL ORIGINAL

g/L en sangre	Efectos descritos	Riesgo x
0,15	Disminución de los reflejos	1,2
0,20	Falsa apreciación de las distancias	1,5
0,30	Subestimación de la velocidad	2
0,50	Euforia; mayor tiempo de reacción	3
0,50	Disminución de la percepción del riesgo	3
0,80	Perturbación del comportamiento	4,5
1,20	Fuerte fatiga y pérdida de la visión	9
1,50	Embriaguez notoria	16

Porciones, efectos y multiplicadores transcritos del material original. Los valores son referenciales y no predicen la respuesta individual.

03 / INFORMACIÓN Y APOYO

Estamos para orientarte.

Si el consumo de alcohol o drogas está afectando a una persona cercana, conversa con el equipo de Alfa Adicciones.

CONTROL DEL ABUSO DE DROGAS

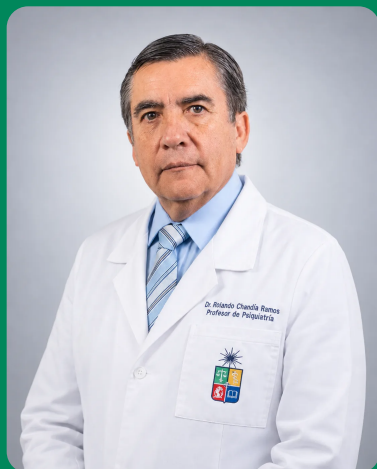
El control de drogas utiliza métodos analíticos para detectar sustancias. La muestra y el procedimiento dependen de lo que se busca identificar.

Sustancias del programa original
Cocaína y pasta base, marihuana, anfetaminas,
benzodiacepinas y opiáceos.

Aspectos del procedimiento
Cadena de custodia, confiabilidad de los resultados y
pruebas de confirmación.

NOTA LEGAL / CHILE

Más de 0,3 y menos de 0,8 g/L: bajo la influencia del alcohol.
Igual o superior a 0,8 g/L: estado de ebriedad.
El estado de ebriedad no tiene un límite superior de 1,0 g/L.



Dr. Rolando Chandía
Director Médico de Alfa

Hablemos.

Da el primer paso. Nuestro equipo puede orientarte a ti y a tu familia.

Esríbenos por WhatsApp →

WhatsApp +56 9 9099 5951

Teléfono +56 2 2204 7462

alfa@alfaadicciones.cl

Av. Simón Bolívar 2581, Ñuñoa