

Mitos sobre el consumo de alcohol

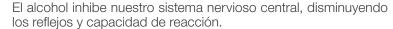
EN SEGURIDAD VIAL
TENEMOS CALLE





A continuación, revisaremos algunos de los mitos más conocidos sobre la ingesta de bebidas alcohólicas, para que te mantengas informado y evites caer en errores, sobre todo al momento de conducir:

Mito: "Curado manejo mejor". Falso.





Mito: El alcohol es un alimento". Falso.

El alcohol no es un alimento y no nos aporta energía.



Mito: Beber contrarresta el frío.

El alcohol es un vasodilatador y estando en un ambiente muy frío disminuye la circulación de sangre en las manos y piernas concentrando la sangre los órganos vitales, pudiendo generar sudoración, que puede acelerar la hipotermia, somnolencia, pérdida de coordinación, piel pálida y confusión.



Mito: "El alcohol aumenta el apetito sexual". Falso.

Si bien te produce desinhibición, su consumo en exceso y el alcoholismo puede producir dificultades con la excitación e impotencia o disfunción eréctil.



Mito: "No existe riesgo si estoy por debajo del límite legal". Falso.



El consumo de alcohol inevitablemente generará alteraciones en el organismo, sobre todo si lo mezclas con ciertos medicamentos, o bien, si mezclas destilados con fermentados o sin haber comido.

Mito: "El alcohol ayuda a dormir mejor". Falso.

El alcohol si bien permite la generación de somnolencia, repercute en la calidad del sueño haciéndolo menos reparador.



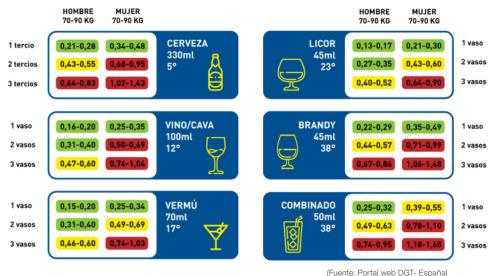
Mito: "Tomar café y ducha disminuyen los niveles de alcohol en la sangre". Falso.



Estas prácticas no inciden en el nivel de alcohol en la sangre, solo el tiempo permitirá su absorción y eliminación total del cuerpo.

Veamos cuántos gramos por litro en sangre pueden presentarse en hombres y mujeres, dependiendo de la cantidad y tipo de bebida alcohólica ingerida.





(Fuente: Portal web DG1- España)



Para más recomendaciones, cursos, infografías, videos y material sobre Seguridad Vial, visita nuestra página web **www.mutual.cl**