



Dispensación responsable de bebidas alcohólicas

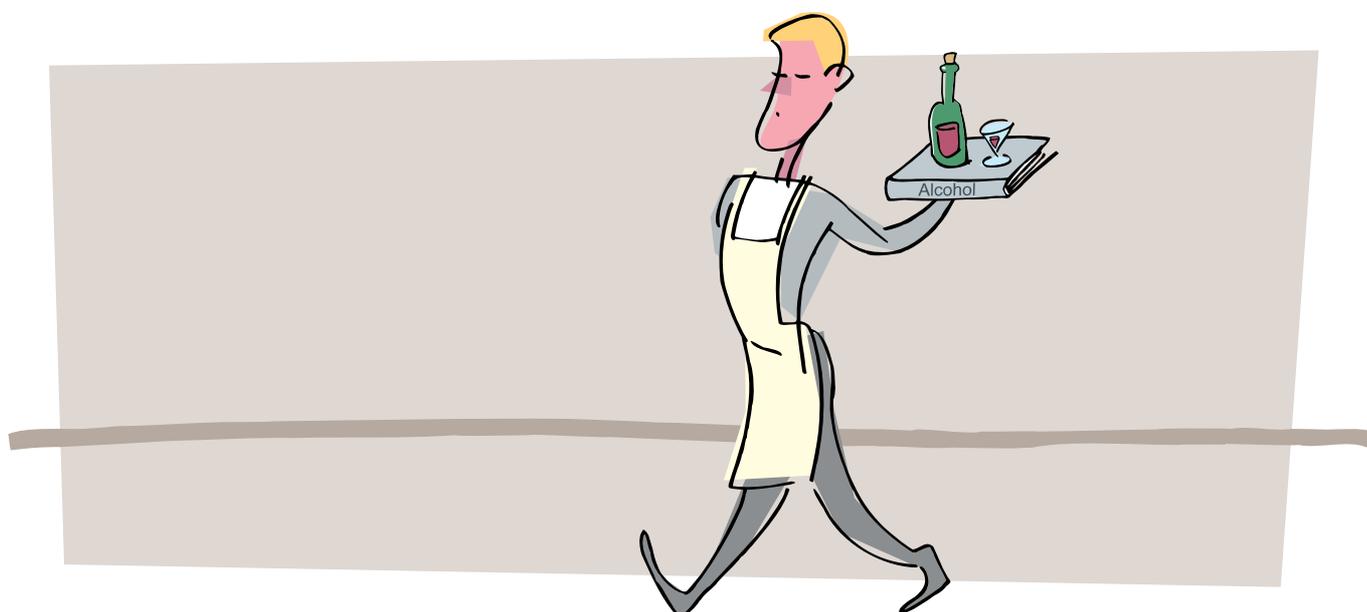


Texto elaborado por Alicia Rodríguez-Martos, inspirado en el manual "Responsible Serving of Alcohol Manual", cedido por la Health Promotion Unit de Irlanda.

Edita: Agència de Salut Pública
Diseño e ilustraciones: E. Bosch

DISPENSACIÓN RESPONSABLE DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS

“Cuando el personal sabe servir las bebidas alcohólicas de manera responsable, todo el mundo sale beneficiado. El personal entiende mejor lo que sirve. Mejoran sus habilidades profesionales y los clientes también se animan a beber con más responsabilidad”.



INTRODUCCIÓN

El alcohol es una sustancia tóxica que deprime el sistema nervioso: hace más lentos los reflejos y disminuye el control sobre la propia conducta. Este es el motivo por el cual las primeras copas producen euforia y una conducta desinhibida. A medida que se bebe más, la depresión del cerebro progresa y cada vez es más difícil mantener el control de la conducta, pudiendo aparecer descoordinación de movimientos, somnolencia... La intoxicación etílica grave puede derivar al coma etílico, que puede ser mortal.

Sin embargo, a las bebidas alcohólicas se les atribuye una función gastronómica y de sociabilidad y están presentes en actividades diversas como recepciones, reuniones... Además, forman parte de la oferta de productos habitual de locales de restauración y ocio.

Encontrar un equilibrio entre los factores relacionales, lúdicos e incluso económicos que rodean las bebidas alcohólicas y la prevención de los riesgos y daños asociados al consumo abusivo de alcohol, interesa no sólo a las instituciones de salud pública, sino al mismo sector del ocio y la restauración.

DISPENSACIÓN RESPONSABLE DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS

En algunos países hace años que se llevan a cabo programas de dispensación responsable de bebidas alcohólicas. Se imparten cursos en las escuelas de hostelería y la evaluación de dichos programas ha resultado satisfactoria.

El Plan de acción sobre drogas del Institut Municipal de Salut Pública elaboró un programa de formación y su correspondiente manual basándose en el *Responsible Serving of Alcohol Manual* desarrollado por la *Health Promotion Unit, Department of Health* de Irlanda.

El módulo de formación puede organizarse a demanda en diversos contextos (escuelas profesionales, cursos de reciclaje, etc.)

Para más información, llamar al teléfono: **93 238 45 60**.



Pero... ¿qué es un programa de dispensación responsable?

Un programa de dispensación responsable es aquel que ayuda al empresario a desarrollar y llevar a cabo unas estrategias que minimicen los efectos negativos del consumo de alcohol de sus clientes. A través del programa el personal llega a conocer mejor el producto que está sirviendo y está más capacitado para ayudar a un cliente a no pasarse. Los clientes también valoran positivamente el resultado: a nadie le gusta encontrarse en un ambiente donde abunden las peleas y otras situaciones desagradables derivadas del consumo excesivo de alcohol. En general el bebedor desea regresar a aquel local donde ha encontrado un ambiente agradable y dónde el barman es capaz de ayudarle si tiene alguna dificultad.

Los objetivos de estos programas son, básicamente, prevenir:

- El consumo de alcohol de los menores.
- La dispensación de alcohol a clientes intoxicados.
- La conducción de vehículos bajo los efectos del alcohol.

Los programas deben proporcionar la información y el entrenamiento necesarios para alcanzar las habilidades que permitan detectar y actuar antes que surjan los problemas citados. Por este motivo el programa completo consta de un seminario, con formación teórica y práctica, y un material de apoyo.

¿Para qué sirve este folleto?

Este folleto está pensado como un material de apoyo para el programa de formación, pero también puede ser útil para cualquier persona que trabaje sirviendo bebidas alcohólicas.

El texto que tenéis entre manos os aporta:

- Información objetiva sobre el contenido de las bebidas alcohólicas que dispensáis y sobre los efectos del alcohol.
- Información sobre el marco legal vigente.
- Información sobre estrategias que ayudan a prevenir conductas de riesgo entre los clientes.

Reglas de oro para el personal de un bar

Servir alcohol a un menor está penado por la ley. Servir a quién empieza a estar intoxicado es garantía de problemas: broncas, peleas, accidentes, vómitos, acoso sexual... Ni a los clientes ni a los vecinos les gustan los escándalos. La persona ebria puede causar lesiones a otros o a sí misma y, evidentemente, la imagen del local no sale bien parada.

- No servís bebidas alcohólicas a los menores de edad.
- Identificad a la persona intoxicada.
- No servís a quién ya va mareado.
- Procurad, en la medida de lo posible, disuadirlo de participar en actividades de riesgo (por ejemplo, conducir).



“No bebas mucha cerveza porque en la calle, si te caes, nadie querrá recogerte y tu cabeza terminará en el suelo si coges tu carro y tropiezas con una piedra”

(inscripción encontrada en una pirámide egipcia, citada por Montoro, 1997)

Dispensación responsable: un buen negocio

A la gente le gusta ir a tomar una copa y pasarlo bien con los amigos. Una dispensación responsable ayuda a que el clima del local sea agradable hasta el final.

Todo son beneficios para el negocio porque:

- El local tiene una mejor reputación.
- Los clientes están más contentos.
- Se evitan daños materiales y situaciones de emergencia social y/o sanitaria.

LAS BEBIDAS ALCOHÓLICAS

Quien sirva bebidas alcohólicas debe saber qué cantidad de alcohol contienen y los riesgos de sus efectos.

Todas las bebidas alcohólicas contienen alcohol, en mayor o menor concentración.

Las bebidas fermentadas (vinos y cervezas) tienen una concentración de alcohol baja o media.

Las bebidas destiladas (brandy, whisky, licores,...) tienen una elevada concentración de alcohol.

Un estudio realizado a nivel del Estado Español indicó que la Unidad de Bebida Estándar española equivale a 10 gramos de alcohol puro, lo que equivale a:

- 1 cerveza o
- 1 vaso de vino o una copa de cava o
- ½ copa de licor

Ésta no es una cantidad exacta en todos los casos pero es una buena referencia y facilita los cálculos.

LOS EFECTOS DEL ALCOHOL

El alcohol puede ocasionar daños a nivel físico y mental, a parte de los perjuicios sociales. Todo depende de la cantidad, frecuencia y las circunstancias en que se consuma.

Como norma general, se considera que el límite del consumo moderado es de **2 consumiciones estándar al día en la mujer y 3 en el hombre**, preferiblemente intercalando algún día sin alcohol, y con un **máximo semanal de 14 y 21 consumiciones** respectivamente.

El consumo de varias bebidas alcohólicas seguidas siempre comporta más riesgos, incluso en personas que únicamente beben de forma esporádica. Nadie debería tomar nunca 5 o más bebidas alcohólicas en una misma tanda.



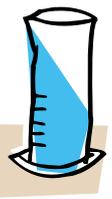
Los bebedores excesivos habituales pueden sufrir enfermedades diversas: enfermedades hepáticas, problemas estomacales, hipertensión arterial, problemas cardíacos, problemas psiquiátricos e incluso una dependencia alcohólica. La intoxicación aguda se relaciona básicamente con accidentes y conductas violentas.

El alcohol ingerido es absorbido a nivel gástrico y la sangre lo distribuye por todo el organismo. Antes de ser eliminado, debe ser transformado por el hígado.

Incluso pequeñas concentraciones de alcohol producen una pérdida de inhibiciones, lo que provoca una conducta más atrevida. Asimismo, el rendimiento para llevar a cabo tareas complejas, como la conducción, se ve afectado con niveles de alcoholemia muy inferiores al de la embriaguez. Se considera que la persona está ebria, cuando la intoxicación es visible y afecta la capacidad de comprensión y la conducta del bebedor.

Esta falsa seguridad explica muchas imprudencias y nefastas consecuencias:

- En el año 2000 el 41,2% de los conductores y el 39,2% de los peatones muertos en accidentes de tráfico en España tenían alcoholemia positiva.
- Más del 50% de las agresiones y conductas violentas están relacionados con el consumo de alcohol.
- Entre el 20 y el 30% de las lesiones por accidentes diversos (tráfico, caídas, accidentes en el agua, con fuego...), se imputan al alcohol.



¿QUÉ ES LA ALCOHOLEMIA?

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

El grado de alcoholemia va subiendo más o menos rápidamente, según que uno esté o no en ayunas, durante la primera hora después de haber bebido. Así pues, se puede tardar hasta 60 minutos en sentir el efecto de lo que se ha bebido. Si se coge el coche justo después de haber bebido, el nivel de alcoholemia es posible que aún esté aumentando...

- UNA consumición es suficiente para producir un grado de alcoholemia de 0,3g/l en un adulto de peso medio.
 - Un índice de alcoholemia de alrededor de 0,3 provoca una disminución de la atención y de los reflejos, y una falsa interpretación de las distancias y de la velocidad.
 - El riesgo de accidente se multiplica por dos.
- DOS consumiciones son suficientes para llegar a un nivel de alcoholemia de 0,5g/l en un adulto de peso medio.
 - Un nivel de alcoholemia de 0,5 aumenta el tiempo de reacción y la distancia de frenado. Aparece somnolencia.
 - El riesgo de accidente se multiplica por 3.

Cómo quitarse el alcohol de encima

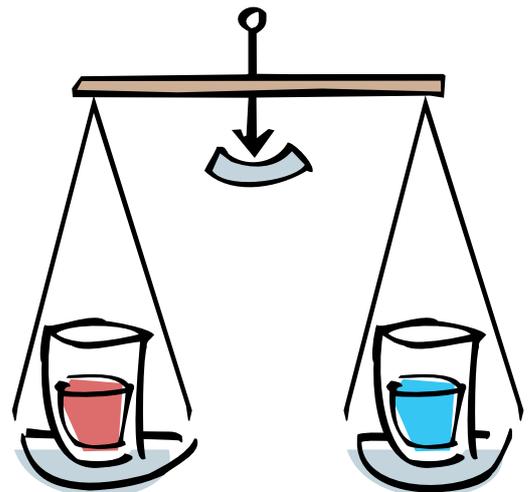
Ni con café cargado, ni provocando el vómito, ni tomando aire, ni tomando un estimulante ni una aspirina.

Nada ayuda a eliminar el alcohol en sangre, si no dejamos que pase el tiempo.

Una vez ha sido absorbido, la **velocidad aproximada de eliminación del alcohol es de 1 Unidad de Bebida Estándar por hora**. Lógicamente, si se van reiterando los consumos, la alcoholemia vuelve a aumentar antes de haberse eliminado el alcohol anterior. Una persona que haya bebido unas cuantas copas necesitará **al menos** tantas horas como el número de bebidas que haya consumido, calculando dos horas desde la última consumición, antes de estar en condiciones de funcionar con normalidad (por ejemplo, para conducir un vehículo).

El sexo, la edad, el estado del estómago (vacío o lleno), el estado de salud y las posibles medicaciones concomitantes influyen en los efectos del alcohol y la velocidad de la absorción y eliminación. A las mujeres el alcohol les afecta más porque tienen más grasa en el cuerpo y el alcohol se concentra más. Con un estómago lleno, el alcohol tarda más en ser absorbido. Las enfermedades, el cansancio o el estrés hacen a la persona más vulnerable al alcohol. Muchas medicinas suman sus efectos a los del alcohol, lo que favorece reacciones tóxicas, somnolencia y disminución del rendimiento (riesgo a la hora de conducir).

La tolerancia que desarrollan los bebedores crónicos en relación a los efectos del alcohol, hace que no se les noten tanto los efectos, pero no cambia la velocidad de eliminación del alcohol ni, por lo tanto, el nivel de alcoholemia, que será tan elevado y tardará tanto en normalizarse como en el caso de una persona no acostumbrada a la bebida.



MARCO LEGAL

La legislación catalana prohíbe:

- La venta y dispensación de bebidas alcohólicas de cualquier tipo y a cualquier hora a menores 18 años.
- La venta y el consumo de bebidas alcohólicas de 20 grados o más en los centros deportivos a cargo de la Administración.
- El consumo de bebidas alcohólicas en locales y centros para niños y jóvenes.
- La oferta gratuita de bebidas alcohólicas mediante concursos o promociones diversas.
- La venta y dispensación de bebidas alcohólicas entre la media noche (0 horas) y las 8 de la mañana en las áreas de servicio y gasolineras y la dispensación de bebidas de más de 20° en estos lugares a cualquier hora.

La legislación prohíbe la conducción de vehículos con un grado de alcoholemia...

- igual o superior a 0,5g/l en sangre en el caso de los conductores en general,
- igual o superior a 0,3g/l en sangre en el caso de los conductores noveles (2 años o menos de licencia) y los conductores profesionales.



¡No te pases, ahórrate un mal trago!
(eslogan de la Dirección General de Tráfico)

Cuando se sirve alcohol a menores o cuando se conduce con una alcoholemia superior a la permitida, el infractor es sancionado.

Pero, sanciones a parte, ¿Quién es moralmente responsable cuando se derivan trágicas consecuencias de un consumo inadecuado de alcohol, el bebedor, el camarero, el dueño del local o los padres, en el caso de un menor?

Las responsabilidades, tanto morales como penales pueden estar repartidas. Es por eso que cada uno debe aportar su granito de arena para que las leyes se cumplan y las precauciones disminuyan los riesgos.

ESTRATEGIAS QUE AYUDAN A PREVENIR CONDUCTAS DE RIESGO EN EL CLIENTE: LA DISPENSACIÓN RESPONSABLE.

Un local agradable es aquel en el que la gente charla y consume con tranquilidad la comida o bebida que ha encargado.

Los amigos se pueden encontrar, el cliente que va solo puede tomar lo que desee de manera relajada...

Y el negocio funciona.

Las personas que beben demasiado pueden volverse agresivas, provocar peleas, chillar. Pueden ponerse pesadas con los demás, acosar sexualmente, encontrarse mal, vomitar. Al salir, pueden coger el coche o la moto... caerse. Y todo ello no es agradable para nadie...

Y espanta a los clientes.

La dirección del local debe promover un entorno de consumo de bajo riesgo, lo que significa:

- Prevenir la embriaguez.
- Trabajar con el personal para obtener su colaboración.

He aquí algunas estrategias para prevenir problemas derivados del consumo de alcohol de vuestros clientes:

Adoptad unas normas de la casa claras al servir bebidas alcohólicas.

Entrenad al personal.

Adoptad estrategias para prevenir la intoxicación.

Detectad la embriaguez a tiempo.

Disponed de medidas para prevenir la violencia.

Procurad que los utensilios de vuestro local no puedan convertirse en armas arrojadas.

Adoptad estrategias eficaces para evitar servir a menores.

Pensad en alguna alternativa de transporte, en caso de clientes en situación de riesgo.

Las *normas de la casa* pueden incluir:

- No servir alcohol a menores.
- Fomentar la moderación en el consumo.
- No permitir que los clientes saquen vasos y/o botellas fuera del local.
- Hacer lo posible para que el cliente no conduzca bajo los efectos del alcohol.



Las normas deben estar escritas y el propietario debe ser un modelo para los empleados. A los clientes les agrada saber que en el local hay unas normas éticas, a parte de las frías disposiciones legales.

Entrenamiento del personal

La dispensación responsable no funciona sin informar y concienciar al personal de los riesgos del alcohol y de la parte de responsabilidad que le toca a cada uno. El personal puede reunirse de vez en cuando para comentar los problemas y los aciertos en la implementación de la dispensación responsable.

Cosas que hay que saber:

1. Reconocer conductas de riesgo:

- Bebedor/a solitario/a que repite una consumición fuerte en un breve espacio de tiempo.
- Grupo de amigos que se animan a hacer rondas.
- Jóvenes que convierten su consumo en lo más importante.
- Persona que lleva mucho rato bebiendo o que acaba de entrar en el local pero parece intoxicada.

2. Conocer las estrategias a aplicar.

Estrategias para prevenir la intoxicación

- Servir comidas (tapas, frutos secos no salados) para que los alimentos hagan más lenta la absorción del alcohol y porque mientras el cliente come no bebe, excepto que se trate de un alimento salado como las anchoas, que provocan más sed.
- Promover bebidas sin alcohol o con bajo contenido alcohólico.

“Conductor: siempre con una copa de menos”

Desde un bar o un restaurante es fácil promover el consumo de refrescos o de cerveza sin alcohol (contenido inferior al 1%) mediante la promoción de precios, sugerencias al recoger el pedido...

El personal de restauración puede dar a conocer a los clientes las nuevas bebidas con bajo contenido alcohólico. Los refrescos y las bebidas de baja graduación pueden venderse más baratos y así tener más salida.

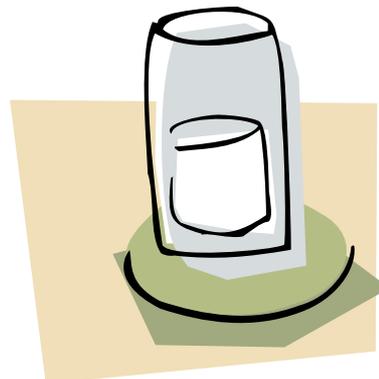
Hay personas a las que les gusta el sabor de la cerveza pero no quieren sentir que se les nubla la cabeza. La cerveza sin alcohol es una buena alternativa para personas que están acostumbradas a acompañar la comida con vino o cerveza y quieren poder trabajar por la tarde y coger el coche. Los jóvenes que salen con los amigos y quieren tomar una copa tendrán menos riesgos si beben cerveza de baja graduación.

- Acercaos en privado al cliente que ha bebido demasiado, pero no le toquéis ni violentéis. Ofrecedle una bebida sin alcohol mientras intercambiáis algunas palabras (quizá necesita ayuda o, al menos, el consejo de espaciar las bebidas con alcohol).
- Evitad promociones de bebidas alcohólicas: *2x1, barra libre, bebe todo lo que puedas aguantar, concurso de bebidas, X consumiciones alcohólicas incluidas.*

Todo ello son practicas de riesgo que favorecen la embriaguez.

Además, la ley las prohíbe.

Procurad que vuestros clientes tengan sitio para dejar el vaso: con la copa en la mano se bebe más rápidamente y los excesos no mejoran vuestro negocio, a largo plazo.



Detección precoz de la embriaguez

La intoxicación alcohólica progresa mientras la persona continúa bebiendo:

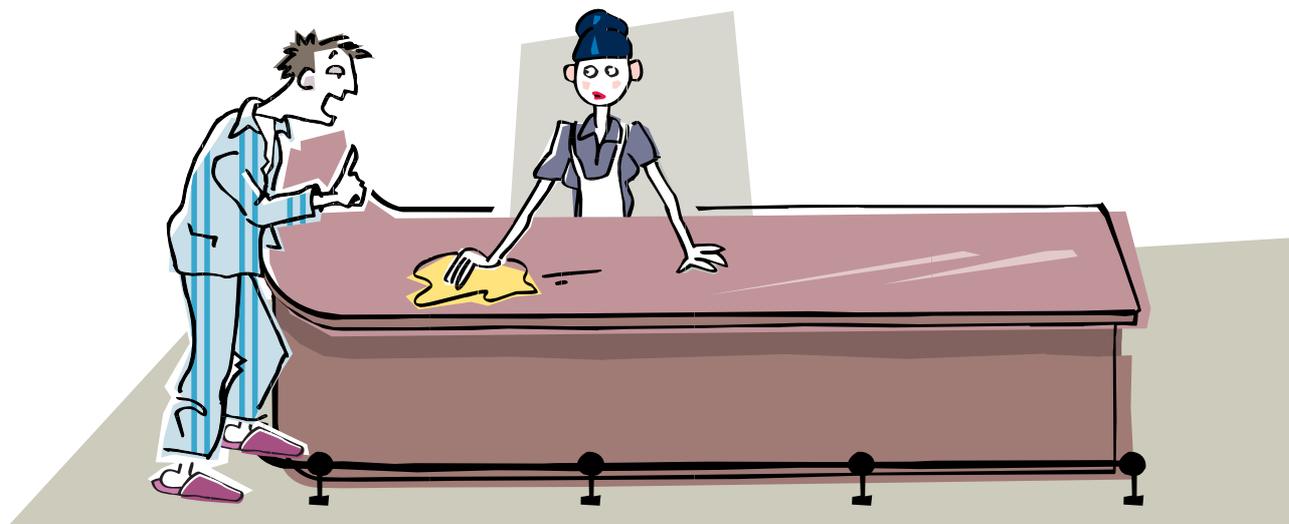
- Primero se desinhibe, charla más, ríe, grita.
- Poco a poco puede volverse más agresiva o excitada, con un lenguaje reiterativo y trabado.
- Puede beber más deprisa, tirar el vaso, hacerse un lío con el cambio...
- Puede tener problemas para mantenerse de pie, tambalearse.
- Aparece el mareo, vómitos, y hay afectación del nivel de conciencia.

Evitar la embriaguez de un cliente no siempre es posible, pero, por el bien de todos, es necesario negarse a continuar sirviendo a aquellos que ya están intoxicados.

No perdáis la calma: mantened un tono de autoridad sin ser agresivos. Sed corteses: *"Perdonad, pero me preocupa vuestra seguridad si os sirviera otra copa"*.

No rechazéis al cliente. Mañana volverá a ser bien recibido.

Algunos clientes habituales pueden llegar por la mañana con el pulso tembloroso y, en cambio, se calman con la primera copa: éste es un síntoma de dependencia del alcohol, una enfermedad que necesita tratamiento. Si tenéis confianza con el cliente, procurad hacerle reflexionar sobre su consumo de alcohol y hacerle saber que hay profesionales que pueden ayudarlo (ver lista de centros).



Prevención de la violencia

La buena convivencia en el local depende de los clientes y del personal. Se deben hacer cumplir las normas de admisión con autoridad pero sin violencia.

Si un cliente se empieza a poner agresivo es necesario intervenir cuanto antes para evitar problemas, intentando hablarle con suavidad, ofreciéndole bebidas no alcohólicas y procurando que se aparte de la gente con la que se peleaba, si es el caso, o haciendo que se vaya para casa.

Si las cosas se complican, hay que avisar al cuerpo de seguridad o a la policía. Es necesario retirar regularmente los vasos, ceniceros, etc. En algunos ambientes se recomiendan vasos de plástico y ceniceros ligeros de aluminio, etc.

Hay que evitar servir alcohol a menores

El propietario de un local es responsable de la dispensación a menores de edad. Algunos locales (discotecas, etc.) también tienen una edad mínima de admisión (16 años) que debe cumplirse mediante el personal de la puerta, que debe pedir el DNI en caso de duda.

Hay que evitar que los menores se cuelen y evitar que se les suministre alcohol directa o indirectamente a través de un emisario de más edad. No es muy difícil ver el aspecto de un grupo que está esperando a un amigo mayor que llega con las bebidas.

Si identificáis a estos menores, muchos padres os lo agradecerán.

Hay que facilitar transporte alternativo

No, ya sabemos que el personal de un bar, un restaurante o una discoteca no son ángeles de la guarda que deben llevar al cliente hasta su casa.

Pero seguro que a nadie le gusta saber que un cliente ha tenido un accidente o ha sido atropellado...

El personal del local puede:

- Ofrecerse a llamar a un familiar o amigo para que recoja al cliente ebrio.
- Ofrecerse a llamar a un taxi o telefonar.
- Sugerir que lo acompañe a casa un amigo sobrio.

Recordad que una persona fuertemente intoxicada también puede accidentarse como peatón.

Existen algunas iniciativas privadas para prevenir la conducción bajo los efectos del alcohol (programas de conductor designado, con patrocinio diverso, en los que aquella persona de un grupo que conduce se compromete a no beber alcohol y tiene bebidas no alcohólicas gratis, o bien que proporcionan un conductor sobrio para acompañar a los embriagados).



Recordad:

- No serváis ninguna bebida a los menores de 18 años.
- No serváis a ninguna persona intoxicada y procurad no facilitar la embriaguez de un cliente que esta bebiendo de más.
- Intentad disuadir a vuestros clientes de emprender actividades arriesgadas cuando han bebido demasiado (por ejemplo, conducir).

DECÁLOGO PARA CONDUCIR UNA SITUACIÓN DIFÍCIL

Rechazar el servicio a un cliente puede resultar muy difícil. Es muy importante que actuéis con tacto y sensibilidad.

- 1 No esperéis** a que sea demasiado tarde: actuad ante los primeros síntomas de intoxicación.
- 2 No humilléis** a vuestro cliente (evitad decirle que está borracho o que ha bebido demasiado).
- 3 No perdáis la calma:** es importante que vuestro tono de voz sea tranquilo. La firmeza no es incompatible con la amabilidad. No alcéis la voz. No tranquilizaréis al bebedor/a si perdéis los papeles.
- 4 Sed respetuosos.** Con toda delicadeza podéis decirle cosas como: *“Perdonad, pero me preocupa vuestra seguridad”, “Perdonad, pero si os sirvo otra, tendré problemas”, “Perdonad, pero si os sirvo lo que me pedís, actúo contra la ley”, ...*
- 5 No toquéis nunca al cliente.** Aunque no seas una persona agresiva, un gesto de aproximación puede ser mal interpretado.
- 6 Sed discretos** y no pongáis en evidencia a vuestro cliente ante terceros.
- 7 Justificad vuestra negativa:** explicad por que no queréis servirle lo que os pide. Recordad centraros en la conducta, no en el individuo. Algunos clientes piensan que se les impide la entrada en el local. Recordadles que mañana serán bien recibidos.
- 8 Ofreced alternativas:** ofreced bebidas sin alcohol. Ofreceos para pedir un taxi. Comentad que ésta será, al menos de momento, la última copa, si creéis que así ayudáis a vuestro cliente a *salvar la imagen* delante de los amigos.
- 9 Informad** de lo sucedido al resto de compañeros de la plantilla del local.
- 10 Reforzá** vuestro mensaje, si se trata de un cliente habitual. Mañana estará más receptivo para escuchar y atender las razones de vuestra conducta como barman, el día anterior. Hasta puede que os lo agradezca.



SI VAS DE COPAS...

CÁLCULO DEL CONSUMO DE ALCOHOL



BEBIDAS	Quinto Caña	Vaso o copa de vino Copa de cava	Bitter Jerez Manzanilla Vermut Oporto	Carajillo Chupito Licor de frutas	Cerveza mediana	Brandy Ron Anís Whisky Cubata	Vodka Tequila Aguardiente
UNIDADES	1	1	1	1	1'5	2	2

1unidad = 10 gr.

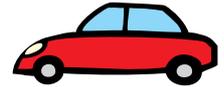
LÍMITE DEL CONSUMO MODERADO



HOMBRE: 21 unidades / semana



MUJER: 14 unidades / semana



CONDUCTOR: 0 unidades

Distribuidas durante la semana, de preferencia intercalando dos o tres días sin alcohol.
La bebida diaria no debería superar las 3 unidades para el hombre y las 2 unidades para la mujer.

ALCOHOL EN SANGRE UNA HORA DESPUÉS DE BEBER: EN AYUNAS / HABIENDO COMIDO

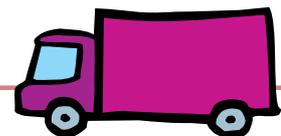
UNIDADES DE BEBIDA

PESO	1	2	3	4	5	6
 65 kg	0.30 / 0.20	0.55 / 0.35	0.80 / 0.50	1.10 / 0.85	1.40 / 0.95	1.60 / 1.20
70 kg	0.25 / 0.15	0.50 / 0.30	0.75 / 0.45	1.00 / 0.80	1.30 / 0.90	1.50 / 1.10
75 kg	0.25 / 0.15	0.45 / 0.25	0.75 / 0.40	0.90 / 0.75	1.20 / 0.85	1.50 / 1.00
80 kg	0.20 / 0.10	0.40 / 0.20	0.65 / 0.40	0.85 / 0.70	1.10 / 0.80	1.30 / 0.90
 55 kg	0.40 / 0.30	0.75 / 0.55	1.20 / 0.85	1.50 / 1.00	1.80 / 1.40	2.20 / 1.60
60 kg	0.35 / 0.25	0.70 / 0.50	1.10 / 0.80	1.40 / 0.95	1.70 / 1.30	2.00 / 1.50
65 kg	0.35 / 0.25	0.65 / 0.45	1.00 / 0.75	1.30 / 0.90	1.60 / 1.20	1.90 / 1.40
70 kg	0.30 / 0.20	0.60 / 0.40	0.90 / 0.70	1.20 / 0.85	1.40 / 1.10	1.70 / 1.30



CONDUCTORES EN GENERAL

aire espirado: 0,25 mg/l - sangre: 0,50 g/l



TASAS LEGALES
DE ALCOHOLEMIA

CONDUCTORES PROFESIONALES Y NOVELES

aire espirado: 0,15 mg/l - sangre: 0,30 g/l

...NO CONDUZCAS



C S B Consorci Sanitari de Barcelona



Agència de Salut Pública

Ajuntament  de Barcelona

Pla d'Acció sobre Drogues

Con la financiación de:

