

1. ALCOHOL Y CONDUCCIÓN

1. ALCOHOL Y CONDUCCIÓN

El alcohol es una droga psicod depresora que, incluso en pequeñas dosis, influye negativamente en la conducción, ya que perturba las aptitudes del conductor.

Probablemente sea el factor de riesgo más importante para sufrir un accidente de tráfico.

Conviene recordar que las cantidades de alcohol ingeridas no afectan de la misma forma a todas las personas. Los efectos del alcohol dependen de:

- ▶ Las condiciones personales como la edad, el hábito y la costumbre.
- ▶ La constitución física del conductor, ya que a mayor peso, es necesario ingerir mayor cantidad de alcohol para lograr el mismo nivel de intoxicación.
- ▶ Modalidades de la ingestión, como la cantidad de bebida, su concentración, en ayunas o durante las comidas, tiempo o ritmo de consumo de la bebida, o que el alcohol esté gasificado o caliente, ya que estas condiciones potencian la rapidez de aparición del alcohol en sangre.

El alcohol es un tóxico que afecta al sistema nervioso central y que siempre tiene efecto depresor, aunque se manifiesta primero con una aparente estimulación por un cuadro de excitación y posteriormente sedación.

SÍNTOMAS SEGÚN LA TASA DE ALCOHOLEMIA**De 0,3 a 0,5 g/l, es el inicio de la zona de riesgo**

- ▶ Excitabilidad emocional, disminución de la agudeza mental y de la capacidad de juicio.
- ▶ Relajación y sensación de bienestar, deterioro de los movimientos oculares, distorsión de las distancias o "efecto túnel", y debilidad en la percepción de luces móviles.

De 0,5 a 0,8 g/l

- ▶ Reacción general lenta y comienzo de la perturbación motriz, con pérdida de la capacidad de concentración e intuición y falta de coordinación.
- ▶ Trastornos en la visión y alteraciones del equilibrio.
- ▶ Mala percepción de la luz roja.
- ▶ Euforia, optimismo y disminución de la inhibición e inestabilidad emotiva, con incremento de la valoración de la propia capacidad y el deseo de manifestarla.
- ▶ Exceso de la confianza en sí mismo con desprecio de las señales.
- ▶ Comienzo de la impulsividad y agresividad al volante.

De 0,8 a 1,5 g/l

- ▶ Estado de embriaguez importante, reflejos muy perturbados y lentitud de las respuestas.
- ▶ Pérdida del control preciso de los movimientos y problemas serios de coordinación.
- ▶ Torpeza expresiva y motora.
- ▶ Disminución del rendimiento intelectual, con dificultad en las actividades mentales, como memoria y capacidad de juicio.



1. ALCOHOL Y CONDUCCIÓN

- ▶ Aparición de estados emocionales de agresividad ante contrariedades. Conducción temeraria.
- ▶ Disminución notable de la vigilancia y de la percepción del riesgo.

De 1,5 a 2,5 g/l

- ▶ Embriaguez neta con posibles efectos narcóticos y confusión.
- ▶ Cambios conductuales imprevisibles y notable confusión mental.
- ▶ Visión muy borrosa, actitud titubeante y falta de coordinación de movimientos.

Más de 2,5 g/l

- ▶ Embriaguez profunda, estupor con analgesia y progresiva inconsciencia.
- ▶ Abolición de los reflejos, parálisis e hipotermia. Puede desembocar en coma.
- ▶ Imposibilidad de conducir.

Una vez alcanzado el mismo nivel de alcohol en sangre, los efectos son similares para todas las personas, con independencia de la cantidad ingerida y dependiendo de su concentración sanguínea.

La proporcionalidad entre concentraciones y efectos se ve alterada por el desarrollo de tolerancia, de manera que los efectos motores, sedantes, ansiolíticos y anestésicos del etanol disminuyen de intensidad tras el consumo crónico de alcohol.

El alcohol consumido de forma crónica produce alteraciones digestivas, cardíacas, hepáticas, pérdida de memoria, paranoia, problemas de visión y reflejos, etc., que incapacitan en muchos casos la conducción de forma permanente.

METABOLISMO DEL ALCOHOL Y SU INFLUENCIA EN LA CONDUCCIÓN

El alcohol etílico se distribuye de forma uniforme por todos los tejidos y fluidos del organismo, excepto en la grasa.

El hígado es el encargado fundamentalmente de eliminar el alcohol. Pero el proceso de desintoxicación etílica es mucho más largo que el de intoxicación.

Así, por ejemplo, un varón sano de 70 kilogramos de peso que haya rebasado el límite de 0,5 g/l de alcohol en sangre necesitará cerca de 5 horas para eliminar el alcohol en su totalidad, pues la velocidad de eliminación es de 0,15 a 0,20 g/l por hora. Para 1,2 g/l, llevaría unas 8 horas eliminarlo totalmente.

Determinados consumos de alcohol, que en circunstancias normales podrían ser catalogados como carentes de riesgo, pueden ser muy peligrosos en situaciones en que la persona tenga que conducir, pilotar o manejar maquinaria.

Las pírcimas "antirresaca" enmascaran peligrosamente los efectos, pero no los eliminan.

Consejo sobre alcohol y conducción

- ▶ El alcohol es un tóxico que afecta al sistema nervioso central impidiendo la conducción segura. Por lo tanto, si se va a conducir no se puede beber alcohol.

