

STIMA IL TUO TASSO ALCOLEMICO

TABELLA PER LA STIMA DELLE QUANTITÀ DI BEVANDE ALCOLICHE CHE DETERMINANO IL SUPERAMENTO DEL TASSO ALCOLEMICO LEGALE PER LA GUIDA IN STATO DI EBBREZZA, PARI A 0,5 GRAMMI PER LITRO.
(Art. 6 del decreto legge 3 agosto 2007 n. 177 convertito in legge, con modificazioni, dall'art. 1 della legge 2 ottobre 2007 n. 160)

La Tabella contiene I LIVELLI TEORICI DI ALCOLEMIA RAGGIUNGIBILI DOPO L'ASSUNZIONE DI UNA UNITÀ ALCOLICA

UNITÀ ALCOLICA DI RIFERIMENTO (in cc) (bicchiere, lattina o bottiglia serviti usualmente nei locali)

Birra	330cc	Superalcolici	40cc
Vino	125cc	Champagne/spumante	100cc
Vini liquorosi-aperitivi	80cc	Ready to drink	150cc
Digestivi	40cc	MIX	sommare i componenti

I valori di ALCOLEMIA, calcolati in base al sesso, peso corporeo e all'essere a stomaco vuoto o pieno, sono solo indicativi e si riferiscono ad una assunzione entro i 60-100 minuti precedenti.
Se si sommano più unità alcoliche, per conoscere il valore di alcolemia raggiunto è necessario sommare i valori indicati per ciascuna unità alcolica consumata **

DONNE

BEVANDA	L.V.A. (g/100ml)	STOMACO VUOTO					BEVANDA	L.V.A. (g/100ml)	STOMACO PIENO				
		Peso Corporeo (Kg)							Peso Corporeo (Kg)				
		45	55	60	65	75			45	55	60	65	75
Livelli teorici di alcolemia													
birra analcolica	0,5	0,06	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03	0,03	0,03	0,02	0,02	0,02	
birra leggera	3,5	0,39	0,32	0,29	0,27	0,24	0,22	0,23	0,19	0,17	0,16	0,14	
birra normale	5	0,56	0,46	0,42	0,39	0,34	0,32	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	
birra speciale	8	0,96	0,73	0,67	0,62	0,54	0,50	0,52	0,42	0,39	0,36	0,31	
birra doppio malto	10	1,12	0,92	0,84	0,78	0,67	0,63	1,0	0,65	0,53	0,48	0,45	
vino	12	0,51	0,42	0,38	0,35	0,31	0,29	12	0,29	0,24	0,22	0,20	
vini liquorosi-aperitivi	18	0,48	0,40	0,37	0,34	0,29	0,28	18	0,26	0,23	0,21	0,20	
digestivi	25	0,32	0,26	0,24	0,22	0,19	0,18	25	0,20	0,16	0,15	0,14	
digestivi	30	0,39	0,32	0,29	0,27	0,23	0,22	30	0,24	0,19	0,18	0,16	
superalcolici	35	0,45	0,37	0,34	0,31	0,27	0,25	35	0,27	0,22	0,21	0,19	
superalcolici	45	0,56	0,47	0,43	0,40	0,35	0,33	45	0,35	0,29	0,28	0,24	
superalcolici	60	0,77	0,63	0,58	0,53	0,46	0,43	60	0,47	0,38	0,35	0,33	
champagne/spumante	11	0,37	0,31	0,28	0,26	0,22	0,21	11	0,22	0,18	0,18	0,15	
ready to drink	2,8	0,12	0,10	0,09	0,08	0,07	0,07	2,8	0,07	0,06	0,05	0,04	
ready to drink	5	0,24	0,20	0,18	0,17	0,17	0,14	5	0,15	0,12	0,11	0,10	

** Esempi: donna, peso 45Kg. ha assunto a stomaco vuoto 1 birra leggera ed 1 aperitivo alcolico. Alcolemia attesa: $0,39+0,49 = 0,88$ grammi/litro
donna, peso 60Kg. ha assunto a stomaco pieno 2 superalcolici (60%). Alcolemia attesa: $0,35+0,35 = 0,70$.

UOMINI

BEVANDA	L.V.A. (g/100ml)	STOMACO VUOTO					BEVANDA	L.V.A. (g/100ml)	STOMACO PIENO				
		Peso Corporeo (Kg)							Peso Corporeo (Kg)				
		55	65	70	75	80			80	90	55	65	70
Livelli teorici di alcolemia													
birra analcolica	0,5	0,04	0,03	0,03	0,01	0,01	---	0,5	0,02	0,02	0,02	0,01	0,01
birra leggera	3,5	0,25	0,21	0,19	0,18	0,17	0,15	3,5	0,14	0,12	0,11	0,10	0,10
birra normale	5	0,35	0,30	0,28	0,26	0,24	0,22	5	0,20	0,17	0,16	0,15	0,14
birra speciale	8	0,56	0,48	0,44	0,41	0,39	0,35	8	0,33	0,28	0,26	0,24	0,22
birra doppio malto	10	0,71	0,6	0,55	0,52	0,49	0,43	10	0,41	0,34	0,32	0,30	0,28
vino	12	0,32	0,27	0,25	0,24	0,22	0,20	12	0,18	0,16	0,15	0,14	0,13
vini liquorosi-aperitivi	18	0,31	0,26	0,24	0,23	0,21	0,19	18	0,18	0,15	0,14	0,13	0,12
digestivi	25	0,20	0,17	0,16	0,15	0,15	0,12	25	0,12	0,10	0,10	0,09	0,08
digestivi	30	0,24	0,21	0,19	0,18	0,18	0,15	30	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10
superalcolici	35	0,28	0,24	0,22	0,21	0,19	0,17	35	0,17	0,15	0,14	0,13	0,12
superalcolici	45	0,36	0,31	0,29	0,27	0,25	0,22	45	0,22	0,19	0,17	0,16	0,15
superalcolici	60	0,48	0,41	0,38	0,36	0,33	0,30	60	0,30	0,25	0,23	0,22	0,20
champagne/spumante	11	0,24	0,19	0,18	0,17	0,16	0,14	11	0,14	0,11	0,11	0,10	0,09
ready to drink	2,8	0,08	0,06	0,06	0,06	0,05	0,05	2,8	0,05	0,04	0,04	0,03	0,03
ready to drink	5	0,15	0,13	0,12	0,11	0,10	0,09	5	0,09	0,08	0,07	0,07	0,06

- nello spazio vuoto il valore è da intendersi pari a 0,01 (come da rettifica Ministero Salute)

** Esempi: uomo, peso corporeo 75Kg. Ha assunto a stomaco vuoto 1 birra speciale. Alcolemia attesa: $0,41+0,41=0,82$ grammi/litro
uomo, peso corporeo 55 Kg. Ha assunto a stomaco pieno 1 birra doppio malto ed 1 superalcolico di media gradazione (45%). Alcolemia attesa: $0,71+0,36=1,07$ grammi/litro

AVVERTENZE PER UNA CORRETTA LETTURA DELLA TABELLA

La tabella fornisce informazioni volte a favorire una autovalutazione dei livelli di alcolemia (concentrazione di alcol nel sangue) conseguenti all'assunzione delle più comuni bevande alcoliche; lo scopo principale è quello di contribuire ad identificare o calcolare le quantità di alcol che determinano il superamento del limite legale fissato per la guida e di promuovere una guida sicura e responsabile.

A tal fine è importante sapere che:

- esiste una legame diretto tra i livelli crescenti di alcolemia (concentrazione di alcol nel sangue) e rischio relativo di causare o essere coinvolti in un incidente grave o mortale; le alterazioni delle capacità alla guida sono direttamente influenzate dalla quantità di alcol consumata e si manifestano con l'assunzione di tutti i tipi di bevande alcoliche, senza distinzione;
- tutte le quantità di alcol, anche quelle minime moderate, pongono l'individuo in una condizione di potenziale rischio;
- la quantità di alcol consumato, individui differenti possono registrare variazioni anche notevoli nei livelli di alcolemia, in funzione: del genere (con differenza tra maschi e femmine), dell'età, della massa corporea (magrezza o obesità), della assunzione o meno di cibo (se a stomaco pieno o a digiuno), della consuetudine con cui si assume l'alcol, della presenza di malattie o condizioni psico-fisiche individuali o genetiche, della assunzione di farmaci anche di uso comune (es. aspirina, antidiuretici, antiosceccatori, antinfiammatori, antipertensivi, antipsicotici, antibiotici, farmaci per il sistema nervoso).

Di conseguenza, e fronte alle notevoli variabili che possono influenzare il livello individuale di alcolemia, è nella pratica impossibile calcolare con precisione la quantità esatta di alcol da assumere senza superare il limite legale di alcolemia dello 0,5 grammi/litro.

Non esistono livelli di consumo alcolico sicuri alla guida.

Il comportamento più sicuro per prevenire un incidente alcolcorrelato è di evitare di consumare bevande alcoliche se ci si deve porre alla guida di un qualunque tipo di veicolo.

NOTA BENE: i valori di alcolemia riportati in tabella non hanno una validità legale, rappresentano solo una stima della concentrazione di alcol nel sangue conseguente all'assunzione di una unità di bevanda alcolica e forniscono un valore puramente indicativo che non può essere in alcun modo acquisite come garanzia di sicurezza s/e di idoneità psico-fisica alla guida.