

Si consumes, no conduzcas

Tiempo estimado de lectura: 4 min

Autor: [Xanela Aberta á Familia](#)



Los **efectos que cada sustancia psicoactiva** tiene sobre la capacidad para conducir **son diferentes** y dependen de la manera en que esta actúa en el tiempo cerebro.



ALCOHOL

Aunque estés por debajo del límite legal, **¡HAY PELIGRO!**

- Antes de los **0,5 g/l** de alcohol en sangre ya se observan alteraciones en tu capacidad para conducir.
- Con **0,15-0,20 g/l** de alcohol en sangre, aún por debajo del límite legal, tendrás mayor riesgo de accidente que si no tomaras nada de alcohol.

Para saber más

Y si te pasas del límite...

... la conducción con 0,5 g/l de etanol (la sustancia psicoactiva que tienen las bebidas alcohólicas y que coloca y engancha) en sangre, supone casi el doble de probabilidad de que sufras un accidente de circulación si lo comparamos a la conducción sin consumir alcohol. Si bebes a lo largo del día, aunque sea poco a poco, **podrás dar positivo**.

El hígado es capaz de metabolizar únicamente 8-10 gr. de alcohol en sangre cada hora, por lo que la eliminación del alcohol del organismo es lenta.

1. **Si consumes continuamente** a lo largo del día, tus niveles de alcoholemia pueden llegar a ser mayores de lo que piensas.

2. El alcohol ingerido en la comida **sí que se absorbe**.

3. Beber alcohol con el estómago lleno puede **retrasar la absorción del alcohol** y hacer que se produzca de forma más gradual. Pero, al final, el alcohol ingerido **siempre** terminará por pasar a la sangre.

4. Dos personas que beban lo mismo tendrán **distinta** alcoholemia.

5. La **cantidad de alcohol** es uno de los mayores determinantes de la tasa de alcoholemia, pero hay otros muchos factores que la van a modificar de forma importante.

No mezcles alcohol con sustancias psicoactivas estimulantes

Las sustancias psicoactivas estimulantes (como la cafeína, cocaína, anfetamina...) pueden **enmascarar el efecto depresor del alcohol**, pero no eliminarlo o disminuirlo. Aunque se produce una cierta sensación de control de la situación, las capacidades cognitivas (percepción, atención, memoria y los reflejos) y de decisión siguen estando alteradas.

CANNABIS

Disminuye la tu coordinación, el tiempo de reacción y la tu capacidad para evaluar el tiempo y la distancia.

Después del alcohol, el cannabis es la sustancia psicoactiva que se encuentra con mayor frecuencia en la sangre de personas conductoras que han sufrido un accidente.

El cannabis fue la droga más detectada en el intervalo de edad de 18-34 años en conductores/as fallecidos/as en España.

COCAÍNA O SUSTANCIAS ESTIMULANTES

Si consumes **cocaína o metanfetaminas** conducirás de forma **agresiva e imprudente**.

MEDICAMENTOS

No olvides... que existen medicamentos recetados que pueden **disminuir las capacidades cognitivas** y también **causan accidentes de tráfico**.

Para saber más

Recuerda que... el consumo de sustancias psicoactivas implica importantes riesgos para la salud.

No conduzcas bajo los efectos de estas sustancias.

