

CONSUMO DE ALCOHOL REGULAR DE RIESGO **CARR**

Límites

El consumo de alcohol perjudica la salud y consumir por encima de estos límites se asocia con una mayor mortalidad



13 gramos de alcohol
1 UBE por día



Cerveza
300 / 350 cc
botella individual (porrón)
lata



Trago
45 cc
de bebidas destiladas
(ron, whisky, vodka,
fernet, similares)



Vino
150 cc



26 gramos de alcohol
2 UBE por día



El riesgo sólo se evita
si **no** consumís alcohol

No consumir alcohol en los siguientes casos



Lactancia



Embarazo



Cuidado de niños, niñas y adolescentes



Niños, niñas y adolescentes



Conducción



Trabajo de precisión



Actividades de riesgo



Medicamentos y enfermedades



Ministerio de Salud
Argentina

primero
la gente