

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