



TOMA EL **CONTROL** DE TU NOCHE

TALLER FORMATIVO PARA PROFESIONALES DE HOSTELERÍA Y OCIO NOCTURNO

LECCIÓN 4: DEFINICIÓN, EFECTOS, RIESGOS Y CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DE ALCOHOL

ELABORADO POR:  **CONTROLACLUB**
www.controlaclub.org

LECCIÓN 4: DEFINICIÓN, EFECTOS, RIESGOS Y CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DE ALCOHOL

Ser responsables en la venta y dispensación de alcohol reduce considerablemente los daños y riesgos que los clientes pueden sufrir debido a un consumo abusivo.

Además, contribuye a proyectar una imagen positiva del local a la clientela y a evitar posibles situaciones de emergencia. Para llevar a cabo una dispensación responsable de alcohol es necesario que conozcamos bien los efectos, riesgos y consecuencias de su consumo en el organismo.

DEFINICIÓN DE DISPENSACIÓN RESPONSABLE DE ALCOHOL

Por venta y dispensación responsable de alcohol hay que entender, fundamentalmente:

- La no dispensación de alcohol a menores de edad, personas con claros síntomas de embriaguez o de estar bajo los efectos de drogas ilegales y otros colectivos de riesgo.
- El buen uso de herramientas comunicativas para abordar posibles situaciones de riesgo relacionadas con el consumo abusivo de alcohol.
- El orden, la limpieza y la profesionalidad en el servicio y la atención a los clientes.

Más allá de lo que estipula la normativa en relación a la prohibición de dispensación de alcohol a menores de edad y de las sanciones administrativas y/o penales que puede tener esta práctica sobre las empresas hosteleras, la especial incidencia que esta sustancia tiene sobre el organismo de los adolescentes hace especialmente importante la puesta en marcha de protocolos de actuación destinados a impedir que se produzcan estos consumos.

En este mismo sentido, existen otros colectivos de riesgo en los que, si bien la dispensación de alcohol no tiene consecuencias a nivel legal, el consumo de alcohol podría provocar serios problemas sobre el organismo o situaciones de riesgo, lo que conlleva la necesidad de establecer rutinas a través de las cuales, y en la medida de lo posible, se disuada al cliente para que no lleve a cabo una consumición alcohólica.

Entre estos colectivos encontraríamos a: mujeres embarazadas, personas con problemas de salud, conductores profesionales de vehículos de servicios públicos, personal sanitario, personal docente con alumnado menor de 18 años, miembros de cuerpos armados, etc.

Para llevar a cabo estas rutinas y protocolos de actuación es necesario tener un buen conocimiento del alcohol como sustancia -definición, efectos y riesgos de su consumo-, así como de la normativa de aplicación, de diversas herramientas comunicativas con las que poder abordar situaciones conflictivas relacionadas con los consumos abusivos y de cómo y de otras medidas relacionadas con el orden, la limpieza y la profesionalidad en el servicio y la atención a los clientes.

DEFINICIÓN DEL ALCOHOL

El alcohol es una droga depresora del sistema nervioso central, eso significa que adormece y enlentece progresivamente el funcionamiento de los centros cerebrales superiores, produciendo desinhibición conductual y emocional. Aun así, no debemos entender el alcohol como un estimulante debido a la euforia inicial que provoca, ya que ésta es debida a que la primera acción inhibitoria se produce sobre las regiones cerebrales responsables del autocontrol.

Las bebidas alcohólicas se clasifican en dos grupos dependiendo de su proceso de elaboración:

- **Bebidas fermentadas:** Son aquellas que proceden de la fermentación de los azúcares contenidos en diferentes frutas (uvas, manzanas, etc.). Algunos ejemplos son la cerveza, la sidra y el vino. Su graduación alcohólica suele oscilar entre 4 y 12 grados.
- **Bebidas destiladas:** Son de elaboración más compleja que las fermentadas, y resultan de su depuración, obteniendo así mayores concentraciones de alcohol. Algunas bebidas destiladas son el ron, el whisky y el vodka. Su graduación alcohólica oscila entre los 40 y 50 grados.

La graduación de una bebida, indica el volumen de alcohol etílico que contiene. Así, una botella de vino de 12 grados, contiene un 12 % de alcohol puro.

EFFECTOS DEL ALCOHOL EN EL ORGANISMO

En cuanto a efectos que produce el alcohol en nuestro organismo, podemos diferenciar:

	Efectos físicos	Efectos psíquicos
Dosis moderadas	Mayor lentitud en los reflejos y en la capacidad de reacción.	Desinhibición, euforia, mayor sensación de seguridad, risa

		fácil, lentitud refleja, falsa apreciación de las distancias.
Dosis medias	Visión distorsionada, somnolencia, dificultades para caminar y hablar fluidamente, mareos.	Excitación, irritabilidad, impulsividad, actitud hostil y agresiva, descoordinación, visión borrosa, confusión y desorientación, tristeza...
Dosis altas	Pérdida de consciencia, imposibilidad de caminar, incontinencia, vómitos, pérdida total de reflejos e incluso parada cardiorrespiratoria.	Coma etílico, pérdida total de la conciencia.

Un consumo reiterado puede provocar graves problemas hepáticos (cirrosis), estomacales, vasculares y del páncreas.

También puede aparecer la resaca; síntomas que se experimentan al día siguiente de haber bebido alcohol excesivamente y que empeoran si se han consumido otras sustancias, ya que se multiplican los efectos. Éstos pueden ser dolor de cabeza, náuseas y vómitos, diarrea, sed y boca pastosa, vértigos y rigidez muscular.

RIESGOS Y CONSECUENCIAS DEL CONSUMO DE ALCOHOL

En el plano psicológico	En el plano orgánico
Dependencia psicológica Dificultades cognitivas Demencia alcohólica	Gastritis Úlcera gastroduodenal Cirrosis hepática Cardiopatías Tolerancia y dependencia física Síndrome de abstinencia (ansiedad, temblores, insomnio, náuseas, taquicardia e hipertensión) Delirium tremens

Existen grupos de riesgo como los menores de edad y las mujeres embarazadas, en los que, las consecuencias del consumo de alcohol son especialmente negativas.