

# 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. 117 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                    | 330 cc | Superalcolici      | 40 cc                |
| Vino                     | 125 cc | Champagne/spumante | 100 cc               |
| Vini liquorosi-aperitivi | 80 cc  | Ready to drink     | 150 cc               |
| Digestivi                | 40 cc  | MIX                | sommare i componenti |

I valori di ALCOLEMIA, calcolati in base al sesso, al 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 assumono più unità alcoliche, per conoscere il valore di alcolemia raggiunto è necessario sommare i valori indicati per ciascuna unità alcolica consumata \*\*

## DONNE

| STOMACO VUOTO            |                              |                              |      |      |      |      |      | STOMACO PIENO            |                              |                              |      |      |      |      |      |
|--------------------------|------------------------------|------------------------------|------|------|------|------|------|--------------------------|------------------------------|------------------------------|------|------|------|------|------|
| BEVANDA                  | Gradazione alcolica (Vol. %) | Peso corporeo (Kg)           |      |      |      |      |      | BEVANDA                  | Gradazione alcolica (Vol. %) | Peso corporeo (Kg)           |      |      |      |      |      |
|                          |                              | 45                           | 55   | 60   | 65   | 75   | 80   |                          |                              | 45                           | 55   | 60   | 65   | 75   | 80   |
|                          |                              | Livelli teorici di alcolemia |      |      |      |      |      |                          |                              | Livelli teorici di alcolemia |      |      |      |      |      |
| birra analcolica         | 0,5                          | 0,06                         | 0,05 | 0,04 | 0,04 | 0,03 | 0,03 | birra analcolica         | 0,5                          | 0,03                         | 0,03 | 0,02 | 0,02 | 0,02 | 0,02 |
| birra leggera            | 3,5                          | 0,39                         | 0,32 | 0,29 | 0,27 | 0,24 | 0,22 | birra leggera            | 3,5                          | 0,23                         | 0,19 | 0,17 | 0,16 | 0,14 | 0,13 |
| birra normale            | 5                            | 0,56                         | 0,46 | 0,42 | 0,39 | 0,34 | 0,32 | birra normale            | 5                            | 0,32                         | 0,26 | 0,24 | 0,22 | 0,19 | 0,18 |
| birra speciale           | 8                            | 0,90                         | 0,73 | 0,67 | 0,62 | 0,54 | 0,50 | birra speciale           | 8                            | 0,52                         | 0,42 | 0,39 | 0,36 | 0,31 | 0,29 |
| birra doppio malto       | 10                           | 1,12                         | 0,92 | 0,84 | 0,78 | 0,67 | 0,63 | birra doppio malto       | 10                           | 0,65                         | 0,53 | 0,48 | 0,45 | 0,39 | 0,36 |
| vino                     | 12                           | 0,51                         | 0,42 | 0,38 | 0,35 | 0,31 | 0,29 | vino                     | 12                           | 0,29                         | 0,24 | 0,22 | 0,20 | 0,18 | 0,17 |
| vini liquorosi-aperitivi | 18                           | 0,49                         | 0,40 | 0,37 | 0,34 | 0,29 | 0,28 | vini liquorosi-aperitivi | 18                           | 0,28                         | 0,23 | 0,21 | 0,20 | 0,17 | 0,16 |
| digestivi                | 25                           | 0,32                         | 0,26 | 0,24 | 0,22 | 0,19 | 0,18 | digestivi                | 25                           | 0,20                         | 0,16 | 0,15 | 0,14 | 0,12 | 0,11 |
| digestivi                | 30                           | 0,39                         | 0,32 | 0,29 | 0,27 | 0,23 | 0,22 | digestivi                | 30                           | 0,24                         | 0,19 | 0,18 | 0,16 | 0,14 | 0,13 |
| superalcolici            | 35                           | 0,45                         | 0,37 | 0,34 | 0,31 | 0,27 | 0,25 | superalcolici            | 35                           | 0,27                         | 0,22 | 0,21 | 0,19 | 0,16 | 0,15 |
| superalcolici            | 45                           | 0,58                         | 0,47 | 0,43 | 0,40 | 0,35 | 0,33 | superalcolici            | 45                           | 0,35                         | 0,29 | 0,26 | 0,24 | 0,21 | 0,20 |
| superalcolici            | 60                           | 0,77                         | 0,63 | 0,58 | 0,53 | 0,46 | 0,43 | superalcolici            | 60                           | 0,47                         | 0,38 | 0,35 | 0,33 | 0,28 | 0,26 |
| champagne/spumante       | 11                           | 0,37                         | 0,31 | 0,28 | 0,26 | 0,22 | 0,21 | champagne/spumante       | 11                           | 0,22                         | 0,18 | 0,16 | 0,15 | 0,13 | 0,12 |
| ready to drink           | 2,8                          | 0,12                         | 0,10 | 0,09 | 0,08 | 0,07 | 0,07 | ready to drink           | 2,8                          | 0,07                         | 0,06 | 0,06 | 0,05 | 0,04 | 0,04 |
| ready to drink           | 5                            | 0,24                         | 0,20 | 0,18 | 0,17 | 0,17 | 0,14 | ready to drink           | 5                            | 0,15                         | 0,12 | 0,11 | 0,10 | 0,09 | 0,08 |

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

## UOMINI

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

\*\* Esempi: uomo, peso corporeo 75 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 2 birre speciali. Alcolemia attesa: 0,41+ 0,41 = 0,82 grammi/litro;  
uomo, peso corporeo 55 Kg, ha assunto a stomaco vuoto 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 un legame diretto tra 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 o moderate, pongono l'individuo in una condizione di potenziale rischio;
  - a parità di quantità di alcol consumate, individui differenti possono registrare variazioni anche notevoli nei livelli di alcolemia, in funzione: del genere (con differenze 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 alcol, della presenza di malattie o condizioni psico-fisiche individuali o genetiche, della assunzione di farmaci anche di uso comune (es. aspirina, antistaminici, anticoncezionali, antinfiammatori, antipertensivi, anticoagulanti, antibiotici, farmaci per il sistema nervoso).
- Di conseguenza, a fronte delle molteplici 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 un'unità di bevanda alcolica e forniscono un valore puramente indicativo che non può essere in alcun modo acquisito come garanzia di sicurezza e/o di idoneità psico-fisica alla guida.