



MITOS SOBRE O ÁLCOOL
Um café com sal acelera a eliminação do álcool pelo organismo.

FALSO



PRP *Prevenção Rodoviária Portuguesa*



MITOS SOBRE O ÁLCOOL
Se ingerir álcool, acompanhado de comida, os efeitos do álcool são menores.

VERDADEIRO

MITOS SOBRE O ÁLCOOL

Prevenção Rodoviária Portuguesa clarifica questões relacionadas com consumo do bebidas alcoólicas

- Um café com sal acelera a eliminação do álcool pelo organismo?

O café, com ou sem adição de sal, não diminui os efeitos do álcool no organismo e não acelera o processo de eliminação.

- Se ingerirmos álcool acompanhado ou diluído em água ou sumo de frutas a taxa de alcoolemia é mais baixa?

O tipo de consumo (só ou com água, sumo de frutas,) não tem nenhuma influência na taxa de alcoolemia, porque a quantidade de álcool ingerida é a mesma em qualquer dos casos.

- Se dormir um pouco, após ingerir álcool, posso voltar a conduzir?

Se a quantidade de álcool ingerida for pouca (apenas 1 ou 2 copos de bebida), o tempo de sono corresponderá mais ou menos ao tempo de eliminação de álcool pelo organismo. Mas se o volume de álcool ingerido for grande, é provável que a taxa de alcoolemia residual se mantenha elevada, mesmo após uma noite de sono. Dormir não diminui a taxa de alcoolemia.

- Se ingerir álcool, acompanhado de comida, os efeitos do álcool são menores?

Sem nada no estômago, a taxa de alcoolemia atinge valores mais elevados e de forma mais rápida do que quando se ingere álcool com comida. Mas, o álcool está presente no organismo e os seus efeitos também

- Existem substâncias que aceleram a eliminação do álcool?

Não. A eliminação do álcool pelo organismo depende apenas do tempo, 0,1 grama de álcool por hora.