

## BERE RICHIEDE MOLTA RESPONSABILITA'

SE CRESCE IL LIVELLO DI ALCOL NEL SANGUE  
(tasso alcolemico)

### E' PIU' ALTO IL RISCHIO DI INFORTUNI !!!

**0,2 gr/l** aumenta la tendenza ad agire in modo imprudente e si riduce la percezione del rischio. Ci si espone più facilmente ai pericoli senza pensare alle conseguenze di infortunio.

**0,4 gr/l** rallentano le capacità di vigilanza. Le percezioni e i movimenti vengono eseguiti con difficoltà di coordinazione: è più difficile reagire in modo adeguato se si presenta un pericolo sul lavoro.

**0,5 limite legale** il campo visivo si riduce a causa della riduzione della visione laterale. Si verifica la riduzione della capacità di percezione degli stimoli sonori, luminosi e uditivi e della conseguente capacità di

### **OLTRE IL LIMITE LEGALE: DA 0.5 GR/L IN POI**

- I movimenti e gli ostacoli sono percepiti con notevole ritardo
- I tempi di reazione sono fortemente compromessi e l'esecuzione dei normali movimenti è priva di coordinamento
- Euforia e disturbi motori rendono precario l'equilibrio
- E' visibile l'alterazione della capacità di attenzione
- Non si percepiscono più le situazioni di rischio
- Anche le attività più semplici come camminare diventano pericolose

## OPUSCOLO INFORMATIVO

PER I LAVORATORI

EXPO MILANO 2015



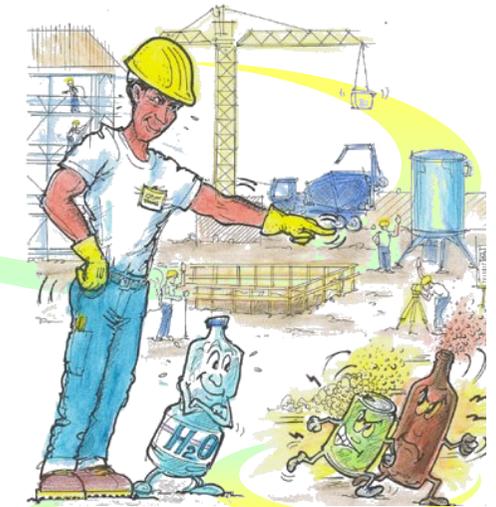
ASL Milano

# ALCOL E LAVORO

Prodotto dal Servizio Prevenzione e  
Sicurezza negli Ambienti di Lavoro  
ASL Milano

Novembre 2014

Realizzato da: *Enzandrea Prandi e Battista Magna*  
Coordinamento: *Susanna Cantoni*  
Grafica a cura di: *Flavia Borello, Veronica Cassinelli*



## ALCOL: SAI COSA BEVI? PIU' SAI MENO RISCHI!

L'alcol è una sostanza tossica che può causare **MALATTIE** e dare **DIPENDENZA**.

Danneggia molti organi: fegato, stomaco, cervello, apparato riproduttivo

A differenza del fumo, i cui effetti negativi per la salute possono presentarsi dopo decenni di uso abituale di sigarette, l'alcol può esporre a forti rischi anche come conseguenza di un singolo o occasionale episodio di consumo, spesso erroneamente valutato come moderato.

### PROBLEMI SUL LAVORO

frequenti cambiamenti di lavoro, frequenti assenze dal lavoro per malattia, frequenti attriti con colleghi, errori nello svolgimento delle attività, assegnazione a mansioni inferiori

# ATTENZIONE!!!

## ALCOL .... MENO E' MEGLIO

NON ESISTONO QUANTITA'  
"SICURE" DI ALCOL.  
IL RISCHIO ESISTE A QUALUNQUE  
LIVELLO DI CONSUMO

### Come calcolare quanto si beve



Se il numero di bicchieri è superiore a:

- 2** bicchieri/giorno per gli uomini
- 1** bicchiere/giorno per le donne
- 1** bicchiere/giorno per ultra 65enni

Salute e benessere sono  
esposti ad un maggior rischio

Stesse quantità di alcol possono avere effetti  
differenti da individuo a individuo

## ALCOL E LAVORO

SE FAI UN LAVORO IN ALTEZZA...  
**NON DEVI BERE**

SE GUIDI UN VEICOLO...  
**NON DEVI BERE**

SE FAI UN LAVORO RISCHIOSO O  
CHE POSSA COMPORTARE UN  
RISCHIO PER ALTRE PERSONE...  
**NON DEVI BERE**

### LA ASL TI AIUTA

Servizio di Alcolologia (NOA) della  
ASL di Milano. E' un servizio:

- ◆ Gratuito
- ◆ Garantisce l'anonimato
- ◆ Fornisce consulenza e informazioni
- ◆ Propone percorsi terapeutici personalizzati
- ◆ Riceve per appuntamento
- ◆ Numero verde Alcol **800 632 000**

