

¿Con pres ar el Vino a por 4 semanas?

elmundovino.com

elmundo.es

Buscar en  Buscar

- VINOS**
- BODEGAS**
- REGIONES**
- VIAJES**
- REPORTAJES**

- Consumo
- Cultura del Vino
- En el restaurante
- Enología
- Grandes vinos
- Historia del vino
- Mercados
- Personajes
- Vino y gastronomía
- Viñedos y bodegas
- Viticultura
- Zonas vitivinícolas

- AYUDA**
- GALERÍA**
- Archivo Catas antiguas**
- Archivo Copas de Ariadna**



- LA TIENDA**
- elmundo.es
- Portada
- España
- Internacional
- Economía
- Sociedad
- Comunicación
- Solidaridad
- Cultura
- Ciencia/Ecología
- Tecnología
- Madrid24horas
- Obituarios
- DEPORTES**
- SALUD**
- MOTOR**
- Metrópoli**
- Especiales**
- Encuentros**

**COMER, BEBER, CONDUCIR**  
**En la moderación está la virtud**

ELMUNDOVINO



Un estudio realizado por investigadores de la Universidad de Granada demuestra que la ingestión de tres copas de vino con alimentos por parte de varones sanos, conforme al rito social del tapeo o de la comida o cena, no genera un nivel de etanolemia o alcohol en sangre peligroso para la conducción. Entre las mujeres, la misma ingesta etílica sí puede generar tal riesgo en un porcentaje relevante de los

casos. Junto al sexo, a la cantidad de alcohol ingerido y al tiempo transcurrido desde el consumo, el otro factor decisivo es el tamaño corporal de la persona.

Conducir borracho es un delito (o, en niveles menos intensos de impregnación etílica, una infracción administrativa). Bien está que sea así, por motivos obvios. Y bien está que los borrachos tambaleantes y los alcohólicos en general sean considerados socialmente como una mezcla de fuente de riesgo para los demás y de pobre gente enferma que necesita atención. Mas el hecho de que el vino (y otras bebidas) puedan ser objeto de abuso y, por tanto, sean un medio a través del cual algunas personas destrozan su vida o la de los demás, no justifica ciertos aires de satanización inquisitorial que corren de vez en cuando, con frecuencia a propósito de los accidentes de circulación. Se trata de una más entre las múltiples repercusiones que tiene la moderna obsesión por la seguridad en unas sociedades, como las occidentales, que a lo largo de la historia jamás fueron tan seguras como ahora para la generalidad de las personas.

Hay en esta materia algunas falsas creencias, entre ellas la de que, con dos o tres copas, basta normalmente para superar el límite de lo prohibido en el etilómetro, esto es, para alcanzar los 0,25 mg de etanol por litro de aire espirado que constituyen el nivel prohibido en España para la generalidad de los conductores. A ello contribuyen ciertas campañas de las autoridades: por ejemplo, la Dirección General de Tráfico ha venido distribuyendo cientos de miles de cartoncillos de divulgación desde la entrada en vigor en 1999 del RD 2282/1998, de 23 de octubre, que estableció las actuales tasas máximas de alcohol en sangre o en aire espirado permitidas por la ley. En ellos se indica de manera expresa que tanto un hombre de 70 kg como una mujer de 60 kg alcanzarán normalmente ("datos aproximados", se dice en el folleto) la tasa de 0,25 mg/l de etanol en aire espirado si ingieren dos latas de cerveza o dos vasos y medio (100 ml cada uno) de vino.

Los resultados de esta investigación, desarrollada en el Instituto Andaluz Interuniversitario de Criminología de la Universidad de Granada bajo la dirección del profesor Barquín Sanz, demuestran la inexactitud de dicha información.

En el experimento participaron 119 voluntarios que ingirieron, junto con alimentos, dosis moderadas de bebidas alcohólicas (tres copas –en torno a 9 cl cada una- de vino granadino de calidad, producido por las bodegas Calvente y Señorío de Nevada) y se sometieron, a intervalos regulares, a la prueba del etilómetro.

Algunos de los hallazgos y confirmaciones más significativos fueron la relativa celeridad en la absorción del etanol a estas dosis moderadas (picos de concentración entre los 15 y los 30 minutos posteriores a la ingestión), la menor capacidad de metabolización de las mujeres frente a los hombres, y de las personas con menor IMC frente a quienes tienen un IMC más alto. Y la conclusión más destacada es que, a las dosis ingeridas, los hombres no corren un riesgo significativo de superar la etanolemia prohibida por las normas, a diferencia de las mujeres, entre las cuales un porcentaje significativo alcanzó o sobrepasó los límites legales.

**Resumen de los resultados de mayor interés**

a. Las declaraciones de los participantes ponen de manifiesto una población joven cuyo consumo de bebidas alcohólicas está concentrado en los fines de semana, perfil que es válido tanto para mujeres como para hombres. El 92% de los individuos de la muestra ingieren 2 consumiciones o menos de alcohol en un día entre semana, mientras que durante el fin de semana el consumo es mucho mayor: por ejemplo, el 52,1% de los individuos de la muestra consumen 5 dosis o más en un día de fin de semana.

b. El consumo de alcohol es más elevado en términos absolutos por parte de los hombres. Así, el porcentaje de mujeres que no ingieren nada de

Publicidad

**Vinus Systems**  
Lo mejor para Cuidar su Vino  
Visitenos

alcohol entre semana (74%) es significativamente superior a dicho porcentaje en los hombres (45%), mientras que, durante el fin de semana, el porcentaje de mujeres que beben cada día más de 5 dosis (32%) es significativamente inferior a tal porcentaje entre los hombres (67%).

**c.** En cuanto a la percepción subjetiva de mareo, la ingesta alcohólica realizada (tres copas de vino con comida) provocó la sensación de estar mareadas, siquiera ligeramente y en al menos algún momento durante el desarrollo del experimento a algo más de la mitad de las personas participantes, en concreto a un 53%. Hay de nuevo una notable discordancia entre mujeres (80%) y hombres (34%).

**d.** Preguntadas las personas intervinientes sobre si, en su percepción subjetiva, en algún momento del desarrollo de la experiencia se habían sentido tan afectadas por la ingesta alcohólica como para que su capacidad de conducir estuviera disminuida, sólo el 20% respondió afirmativamente, un 10% de los hombres y un 34% de las mujeres.

**e.** La máxima concentración de etanol medida en aire alveolar se produce, de media, entre los 15 y los 30 minutos después de la última consumición alcohólica, para después ir disminuyendo de forma paulatina. El que el pico de concentración de etanol en los fluidos corporales se produzca en este caso en un momento tan cercano al final de la ingestión de las bebidas alcohólicas es atribuible a la pequeña cantidad de alcohol etílico ingerida, a la superposición de las fases preabsortiva y postabsortiva y a la incidencia del metabolismo first pass.

**f.** Hay una marcada disparidad entre los resultados obtenidos por hombres y mujeres, tanto en cuanto a mediciones máximas y mínimas como en cuanto a las medias. Por ejemplo, la media de todas las mediciones entre los hombres fue 0,11 mg/l frente a 0,22 mg/l entre las mujeres.

**g.** Además del tiempo transcurrido y del sexo, una tercera variable que incide de manera significativa en la concentración de etanol en aire espirado es la masa corporal del individuo, expresada a través del IMC. Cuanto mayor es el IMC, menor es la concentración de etanol en aire espirado, con independencia del resto de factores.

**h.** Ninguno de los hombres participantes en el experimento arrojó en ningún momento una medición superior al límite legal estándar de etanol en aire espirado, establecido para los conductores en general en 0,25 mg/l (ése es el límite formal, si bien el límite real es 0,29 mg/l, debido al margen de error de los aparatos de medición). En cambio, un 46% de las mujeres superó el umbral de 0,25 mg/l en al menos una de las mediciones.

**i.** Las otras variables relevantes para superar dicho límite fueron de nuevo las relativas a la masa corporal. En concreto, las personas con IMC más bajo, en torno a 20/22, evidencian una probabilidad ocho o nueve veces más alta de superar 0,25 mg/l de etanol en aire espirado que quienes tienen un IMC en torno a 23/25.

**j.** El otro límite legalmente relevante está situado en 0,15 mg/l para determinados conductores, entre ellos los noveles (por los mismos motivos antes comentados, el límite real es 0,19 mg/l). En este caso, a las dosis suministradas en el experimento, el sexo es la única variable significativa: un 34% de los hombres superaron esta medida en algún momento, mientras que lo hicieron el 98% de las mujeres.

**k.** En cuanto a la utilidad que la sensación de estar mareada pueda tener para que una persona prediga su propia impregnación etílica en aire espirado, hay una fuerte asociación considerando la variable consistente en saber si en algún instante se desbordó el nivel de 0,25. Por un lado, como es de esperar, un nivel más alto de impregnación etílica da lugar a que una persona se maree, de modo que, si un individuo ha superado en alguna de las medidas el nivel de 0,25, es más probable que se sienta mareado (96%) que si eso no es así (43%). Por otro lado, si uno no se siente mareado es bastante probable que no desborde el nivel del 0,25 (98%). Mientras que, si se siente mareado, es mucho menos probable que desborde el nivel del 0,25, sólo un 35%. Resumiendo, si no se siente mareado tras ingerir tres copas de vinos con alimentos, con mucha seguridad no desbordará el 0,25, por lo que podría conducir, mientras que si se siente mareado, no debería conducir porque, aunque pequeña, no es despreciable la probabilidad de desbordar el límite; con más razón, si se integra el dato de sentido común de que cualquiera que note los efectos del alcohol debería abstenerse de conducir un vehículo.

El vino -sobre todo, pero también otras elaboraciones con contenido alcohólico- constituye una parte esencial del bagaje cultural e histórico de los países al norte del Mediterráneo, y no sólo de ellos. Intentar acabar con el vino sería, al mismo tiempo, una tarea abocada al fracaso (recuérdese que unos cuantos siglos de dominación musulmana en España no pudieron conseguirlo) y un gigantesco error, por lo que tendría de negación de una parte viva de nosotros mismos.

Al final de todo, cuando de riesgos cuantificables contra la salud y la integridad física se trata, la cuestión reside en preguntarse cuál es la mejor política pública: ¿prohibir el beber ni una sola gota de vino si después se va a conducir?, ¿prohibir las relaciones sexuales, salvo con certificado médico de por medio, para evitar el SIDA?, ¿prohibir el sushi y los boquerones en vinagre para combatir la anisakiasis?, etcétera. O, más bien, en los tres casos y en tantos otros similares, poner información fiable a disposición de los ciudadanos y establecer unos límites razonables, basados en criterios establecidos con rigor. Sin duda, nuestra respuesta es la última, lo que en materia de ingestión de bebidas alcohólicas y conducción de vehículos de motor significa no demonizar el vino (ni la cerveza o la sidra) como elementos de la comida entendida en términos globales, abandonar las

pretensiones de tolerancia cero y de conseguir que el personal prescinda por completo de estas bebidas y sustituirlas por otro objetivo más virtuoso y plausible: el de que cada vez más personas sepan hacer un uso moderado de ellas. En el caso del vino, por lo demás, los beneficios generales que una ingesta moderada causa a la salud están, a estas alturas, sobradamente acreditados por estudios científicos.

Enlaces Relacionados:

- [Texto completo del estudio](#)

Fecha de publicación: **24.11.2005**

---

[Sobre elmundovino.elmundo.es](#)  
**Publicidad en elmundovino.elmundo.es**  
Si tienes algún problema no dudes  
en ponerte en [contacto](#) con nosotros.  
Copyright © 2001 Mundinteractivos, S.A.