

# Informationen zum Alkohol



## Was ist Alkohol?

Ethanol, auch Trinkalkohol genannt, entsteht bei der Vergärung von Früchten, Getreide oder Kartoffeln. Gärungsalkohol enthält höchstens 18 Volumenprozent. Durch Destillation des Gärungsalkohols kann der Alkoholgehalt noch erhöht werden (bis zu 80 % Vol.).

## Wirkung von Alkohol

Ethanol ist ein starkes Zellgift, das süchtig machen kann. Alkohol gelangt schnell in den Blutkreislauf und verteilt sich im ganzen Körper. Das toxische Potenzial des Alkohols kann fast jedes Organ des menschlichen Körpers schädigen. Mehr als 60 Krankheiten hängen nachweislich mit Alkoholkonsum zusammen.



Im **Gehirn** verändert Alkohol die Informationsübertragung zwischen den Nervenzellen. Die Leistungsfähigkeit des Gehirns nach Alkoholkonsum nimmt schnell ab.

**Körperliche Reaktionen:** Bereits ab 0,2 Promille werden Entfernungen falsch eingeschätzt. Je mehr getrunken wird, umso kleiner wird das Blickfeld und umso schlechter kann man sich konzentrieren. Bewegungen laufen langsamer und unkoordinierter ab. Bei größeren Mengen besteht die Gefahr einer Alkoholvergiftung.

**Psychische Folgen:** Geringe Mengen Alkohol wirken meistens entspannend und stimmungssteigernd, Angstgefühle werden gedämpft. Wer zu viel Alkohol trinkt, schwächt sein Urteilsvermögen und wird weniger kritikfähig, die Risikobereitschaft steigt. Mit steigender Promillezahl kann die positive Stimmung schnell in Gereiztheit und Aggression umschlagen.

**Was ist ein Standardglas?**  
Ein Standardglas enthält etwa 10-12 Gramm reinen Alkohol.



Bier  
0,2l



Glas  
Wein  
0,1l



Longdrink  
0,2l/ 4cl  
hochprozentiger Alkohol



Shot  
hochprozentiger Alkohol  
4cl

## Limits für risikoarmen Konsum

Alkoholtrinken gilt dann als risikoarm, wenn maßvoll und an die jeweilige Situation angepasst getrunken wird.

**Als Obergrenze gelten – bei mindestens zwei alkoholfreien Tagen in der Woche – für Männer zwei Standardgläser und für Frauen ein Standardglas am Tag.**

Die Grenzwerte gelten für Erwachsene ohne gesundheitliche Vorbelastungen. Jugendliche sollten aufgrund ihrer körperlichen und psychischen Entwicklung möglichst auf Alkohol verzichten.

Ältere Menschen bauen Alkohol nicht mehr so gut ab. Sie sollten die obigen Angaben in etwa halbieren.

**Auf Alkoholkonsum sollte man immer dann verzichten**, wenn dadurch ein Risiko vergrößert wird, z.B. im Straßenverkehr, bei der Arbeit, während des Sports, in der Schwangerschaft, bei Einnahme von Medikamenten.

## Rauschtrinken

Ist mit einem erhöhten Risiko für gesundheitliche Schäden verbunden. Auch andere können dadurch zu Schaden kommen, z.B. bei der Arbeit, im Straßenverkehr oder durch Gewalt. Wenn in kurzer Zeit viel Alkohol getrunken wird und ein veränderter Bewusstseinszustand herbeigeführt wird, spricht man von Rausch. Fünf oder mehr Standardgläser – also mindestens 50 Gramm reiner Alkohol bei einer Trinkgelegenheit – bewirken bei den meisten Menschen einen Rauschzustand. Mädchen und Frauen erreichen aufgrund ihres geringeren Körperflüssigkeitsanteils schneller einen hohen Promillewert.

## Straßenverkehrsordnung

**In Italien gilt die 0,5 Promille-Grenze.**

Wer ein Kraftfahrzeug lenkt und einen Blutalkoholgehalt von mehr als 0,5 Promille aufweist, gilt als betrunken und erhält eine Verwaltungsstrafe in der Höhe von mindestens 531 Euro bis maximal 2.125 Euro. Der Lenker verliert 10 Punkte und sein Führerschein wird für 3 bis 6 Monate entzogen. Eine Untersuchung bei der Ärztekommision wird angeordnet. Bei mehr als 0,8 Promille beträgt die Geldstrafe zwischen 800 und 3.200 Euro, der Lenker verliert 10 Punkte und sein Führerschein wird für 6 Monate bis zu einem Jahr entzogen. Zudem ist eine Haftstrafe von bis zu 6 Monaten vorgesehen.

Bei mehr als 1,5 Promille beträgt die Geldstrafe zwischen 1.500 und 6.000 Euro und es werden 10 Punkte abgezogen. Der Führerschein wird für mindestens ein Jahr entzogen, die Haftstrafe beläuft sich auf 6 Monate bis zu einem Jahr und das Fahrzeug wird beschlagnahmt sowie versteigert. Ist der Lenker nicht der Eigentümer des Fahrzeugs wird es nicht beschlagnahmt oder versteigert. In diesem Fall wird die Dauer des Führerscheinentzuges verdoppelt. Bei einer Wiederholungstat innerhalb von zwei Jahren wird der Führerschein widerrufen, d.h. für immer eingezogen.

**Die 0,0 Promille-Grenze** gilt für alle Fahrer unter 21 Jahren, für alle Fahrer in den ersten drei Jahren nach Erlangung des Führerscheins der Klasse B und für alle Berufsfahrer. Falls diese dennoch am Steuer eines motorisierten Fahrzeugs angehalten werden und einen Promillewert über 0,0, nicht jedoch über 0,5 aufweisen, zahlen sie eine Geldstrafe zwischen 164 Euro und 663 Euro. Es werden 5 Punkte abgezogen (bei Führerscheinneulungen 10 Punkte). Der Führerschein wird jedoch nicht eingezogen.

Seit März 2016 wurden die Strafen für **Unfälle unter Alkoholeinfluss** mit Schwerverletzten oder Toten drastisch erhöht: Wer in alkoholisiertem Zustand einen Straßenmord begeht, riskiert Haftstrafen zwischen 5 und 18 Jahren! Bei Fahrerflucht wird die Strafe um 1/3 bis 2/3 erhöht. Wird der Unfalllenker verurteilt, wird der Führerschein automatisch widerrufen und darf frühestens nach 15 Jahren (bei Straßenmord) bzw. nach 5 Jahren (bei Unfall mit schwer Verletzten) wiedererlangt werden.

## Jugendschutz

An Personen unter 18 Jahren darf in Italien grundsätzlich kein Alkohol verkauft oder verabreicht werden. Bei Übertretung gibt es Verwaltungsstrafen von 250 bis 1.000 Euro. Bei wiederholter Übertretung sind 500 bis 2.000 Euro und die Aussetzung der Betriebsgenehmigung vorgesehen. Der Konsum von Alkohol an sich ist nicht strafbar, auch nicht bei Personen unter 18 Jahren. Trunkenheit in der Öffentlichkeit kann unabhängig vom Alter mit einer Geldstrafe von 51 bis 309 Euro geahndet werden. Die Verabreichung von Alkohol an offensichtlich Betrunkene ist verboten und wird über den Artikel 691 des Strafgesetzbuches geregelt.

Promillerechner,  
Selbsttest,  
Beratungsstellen  
und weitere Infos auf  
[www.trinkenmitmass.it](http://www.trinkenmitmass.it)

Die Informationen geben den aktuellen Stand wieder (November 2016).

Redaktion:  
Forum Prävention  
[www.forum-p.it](http://www.forum-p.it)

# Informazioni sull'alcol



## Cos'è l'alcol?

L'etanolo, detto anche "alcol da bere", si produce attraverso la fermentazione di carboidrati come la frutta, i cereali o le patate. L'alcol fermentato contiene al massimo il 18% di volume. Attraverso la distillazione dell'alcol fermentato si può arrivare ad avere un contenuto di alcol maggiore (con i super alcolici fino all'80% di volume).

## Effetti dell'alcol

L'etanolo è una sostanza altamente tossica che può creare dipendenza. L'alcol entra velocemente nel circolo sanguigno diffondendosi così in tutto il corpo. Per il suo alto potenziale tossico l'alcol può danneggiare quasi tutti gli organi del corpo umano. Ci sono più di 60 malattie che possono essere causate dal consumo di alcolici.



Nel **cervello** l'alcol modifica il passaggio di informazioni tra i neuroni. Le potenzialità del nostro cervello diminuiscono notevolmente dopo il consumo di alcolici.

**Reazioni fisiche:** già con un tasso alcolico dello 0,2% si fa fatica a valutare le distanze. Più si beve, più si riduce il campo visivo e diminuisce la capacità di concentrazione. I movimenti diventano più lenti e scoordinati. Una quantità di alcol più elevata può portare ad intossicazione.

**Conseguenze psichiche:** con una dose minima di alcol nel sangue, si ha la sensazione di rilassamento e di innalzamento dell'umore, mentre l'ansia si attenua. Chi beve molto alcol riduce la propria capacità di giudizio e ha meno senso critico, mentre aumenta la disponibilità a correre dei rischi. Con l'aumento del tasso alcolico il buon umore si trasforma spesso in irritabilità e aggressività.

**Cosa si intende per bevanda standard?**  
Una bevanda standard contiene circa 10-12 grammi di alcol puro.



Birra  
0,2l



Bicchiere  
vino  
0,1l



Long  
drink  
0,2l/ 4cl  
superalcolico



Bicchierino  
superalcolico  
4cl

## I limiti per un consumo consapevole

Il bere può essere considerato consapevole, quando si beve con moderazione e in modo adatto alla circostanza. **Il limite massimo è considerato per le donne una bevanda standard al giorno, per gli uomini 2 bevande standard al giorno, con due giorni senza alcol alla settimana.**

Questo limite massimo si riferisce ad adulti sani, senza problemi di salute. I giovani essendo in una fase di sviluppo fisico e psichico dovrebbero rinunciare all'alcol. Mentre le persone anziane non smaltiscono più bene l'alcol, dovrebbero dimezzare le dosi riportate sopra.

**Rinunciare sempre all'alcol quando, il rischio diventa maggiore, per esempio alla guida, al lavoro, durante le attività sportive, in gravidanza, quando si assumono farmaci.**

## L'ebbrezza

Comporta un elevato rischio di danni per la salute. Non solo la persona che ha bevuto ma anche altri possono riportare gravi conseguenze, per esempio sul lavoro, nel traffico, o come esito di azioni violente. Se si bevono dosi elevate di alcol in un breve lasso di tempo si va incontro ad un cambiamento dello stato di coscienza e si può parlare di ebbrezza. Cinque o più bevande standard – con almeno 50 grammi di alcol puro per unità alcolica – comportano per la maggioranza delle persone uno stato di alterazione. Le donne e le ragazze, visto che hanno minor liquidi nel corpo, arrivano più velocemente ad un elevato valore di alcol nel sangue.

## Codice stradale

**In Italia vale il limite dello 0,5 per mille.**

Chi guida un veicolo con un valore superiore allo 0,5 per mille nel sangue è ritenuto in stato di ebbrezza e gli viene comminata una multa che varia da un minimo di 531 euro fino ad un massimo di 2125 euro. Al conducente saranno tolti 10 punti e sospesa la patente da 3 a 6 mesi. Verrà disposta anche una verifica presso la commissione medica.

Con un tasso alcolico superiore allo 0,8 per mille è prevista una multa fra 800 e 3200 euro, il conducente perde 10 punti e la sua patente viene ritirata da un minimo di 6 mesi fino ad un anno. Inoltre è prevista una pena detentiva fino a 6 mesi.

Con un valore di 1,5 per mille la multa arriva dai 1000 ai 6000 euro, vengono tolti 10 punti e la patente ritirata per almeno un anno. La pena detentiva va da 6 mesi fino ad un anno. Il veicolo viene confiscato e messo all'asta. Se il conducente non è il proprietario del veicolo, questo non viene confiscato, però la durata della sospensione della patente è raddoppiata. Se entro due anni si ripete l'infrazione, la patente viene revocata, questo significa che viene ritirata per sempre.

**Il limite dello 0,0 per mille** vale per tutti i guidatori sotto i 21 anni, per i primi tre anni dal conseguimento della patente B e per tutti gli autisti di professione. Nel caso in cui vengano fermati alla guida di un veicolo con un valore superiore allo 0,0 per mille, ma meno dello 0,5 viene loro comminata una multa fra i 164 e i 663 euro. Vengono tolti 5 punti (10 per i neopatentati) dalla patente che però non viene ritirata.

Da marzo 2016 le pene per **incidenti sotto effetto di alcol** con lesioni gravi o morte sono state inasprite drasticamente:

chi sotto effetto dell'alcol causa un omicidio stradale rischia la reclusione da 5 a 18 anni! Se il conducente scappa, la pena viene aumentata da 1/3 fino a 2/3. Nel caso in cui il conducente venga condannato, la patente gli viene automaticamente revocata e non la potrà riprendere prima di 15 anni (nel caso di omicidio stradale) o 5 anni (nel caso di incidenti con lesioni gravi).

## Protezione dei giovani

In Italia alle persone sotto i 18 anni non può essere venduto o somministrato alcol. La violazione comporta una pena amministrativa da 250 fino a 1000 euro. La reiterazione della violazione prevede un aumento della pena da 500 fino a 2000 euro ed è prevista la sospensione della licenza per gli esercenti. Il consumo di alcol non è punibile, ciò vale anche per le persone sotto i 18 anni.

L'ubriachezza in pubblico, indipendentemente dall'età, viene punita con una pena pecuniaria da 51 a 309 euro. La somministrazione di alcol a persone visibilmente in stato di ebbrezza è vietato e viene regolamentato dall'articolo 691 del codice penale.

Calcolo del per mille, test anonimo, servizi di consulenza, info e molto altro su [www.bereresponsabile.it](http://www.bereresponsabile.it)

Le informazioni rispecchiano la situazione attuale (novembre 2016).

Redazione:  
Forum Prevenzione  
[www.forum-p.it](http://www.forum-p.it)