



MAGNA GRECIA
BIRRIFICIO



ALCOHOL POLICY

BIRRIFICIO MAGNA
GRECIA SOSTIENE
IL CONSUMO
RESPONSABILE



Le bevande alcoliche come vino e birra rappresentano una componente importante di molte culture alimentari, tra cui la nostra mediterranea. Tuttavia, se vogliamo che non diventino un pericolo per la nostra salute, dobbiamo consumarle in modo appropriato, moderato e responsabile.

Per una persona adulta e responsabile bere moderate quantità di alcol, soprattutto se accompagnate dal cibo, è un piacere capace di migliorare la qualità della vita e di favorire la socialità. È anche un comportamento, oggi la scienza ce lo conferma, in grado di contribuire, insieme ad una alimentazione corretta e ad una regolare attività fisica, a salvaguardare la salute e a prolungare la vita.

Cos'è il consumo responsabile

Con il termine consumo responsabile indichiamo un modo di bere moderato, al momento giusto, nel posto giusto e per i motivi giusti. Con il termine **consumo moderato** indichiamo il livello di consumo di alcol che rappresenta un basso rischio per la salute. Le linee guida sul basso rischio possono variare da Paese a Paese. Vi sono situazioni in cui qualcuno non deve bere affatto, per esempio in caso di gravidanza o di età inferiore a quella prevista dalla legge per il consumo di alcol





QUANDO NON BISOGNA BERE

>Prima di mettersi alla guida

Guidare è un'attività complessa che richiede chiara capacità di giudizio, buona coordinazione dei movimenti, riflessi rapidi e vista efficiente. E l'alcol allunga i tempi di reazione, riduce l'acutezza visiva e ostacola la coordinazione motoria. Non esistono quantità minime di alcol sicure da consumare prima di mettersi alla guida, perché la risposta di ciascun individuo all'alcol cambia in funzione di fattori soggettivi.

>In stato di gravidanza

Bere alcol in gravidanza può creare problemi al nascituro. L'alcol, infatti, è in grado di attraversare la placenta e di arrivare al feto in una concentrazione di poco inferiore a quella presente nel sangue materno. Non è possibile fissare una dose minima di alcol da considerare pericolosa in gravidanza in quanto esistono forti variabili individuali. È quindi preferibile astenersi completamente dal bere durante questo delicato periodo della vita, compresa la fase di allattamento.





>Se non si è adulti

Bambini e adolescenti sono una fascia di popolazione vulnerabile cui bisogna guardare con speciale attenzione perché, essendo in una fase di passaggio tra infanzia ed età adulta, non possiedono ancora la capacità di metabolizzare l'alcol in modo completo e non hanno ancora la maturità necessaria che consente loro di gestire in modo responsabile una bevanda alcolica. L'industria della birra ritiene che il consumo di bevande alcoliche debba essere riservato alle persone adulte.

>Durante l'orario di lavoro.

Se guidate un veicolo (per esempio un carrello elevatore o un camion), manovrate le macchine in movimento o lavorate con sostanze o macchinari pericolosi, non siete mai autorizzati a bere alcol o ad essere in stato di ebbrezza durante l'orario di lavoro. Il consumo di alcol potrebbe influenzare il corretto svolgimento delle vostre mansioni, e potrebbe mettere voi stessi e gli altri a rischio. Se bevete bevande alcoliche durante le ore di lavoro, assicuratevi che il vostro giudizio, la vostra salute, sicurezza e performance non siano mai compromessi dall'alcol.

