

Comer caramelos, hacer ejercicio y otros falsos mitos para engañar al alcoholímetro

Beber alcohol no es compatible con conducir, por lo que no te dejes engañar por creencias que no funcionan en los test de alcoholemia

0

Constan Doval

01·01·22 | 12:15 | Actualizado a las 14:15



Comer caramelos, hacer ejercicio y otros falsos mitos para engañar al alcoholímetro

Todavía hay quien cree que es posible **engañar al alcoholímetro en los test de alcohol**. Afortunadamente esto es muy difícil, por no decir imposible. Por eso no hay que hacer caso a los trucos, algunos verdaderamente surrealistas, que supuestamente **permiten alterar los resultados del etilómetro**. La única forma de no dar positivo y no poner en riesgo nuestra seguridad y la de los demás es ni una gota de alcohol al volante.

Estas son algunas de las falsas creencias sobre el alcohol de las que nos advierte la DGT:

"Nunca daré positivo si bebo poco a poco a lo largo del día"

El hígado metaboliza únicamente **8-10 g de alcohol en sangre** cada hora. Por ello, la eliminación del **alcohol alcohol** del organismo es lenta. Si consumimos continuamente a lo largo del día, nuestra alcoholemia **puede ser al final mayor de lo que pensamos**.

"No hay peligro si estoy por debajo del límite legal"

Antes de los 0,5 g/l de alcohol en sangre ya se observan alteraciones en la capacidad para conducir. También con 0,15 -0,20 g/l de alcohol en sangre, aún por debajo del límite legal, **"hay mayor riesgo de accidente que si no has tomado nada de alcohol"**, apunta la DGT.

"El alcohol ingerido en la comida no se absorbe"

Beber alcohol Beber alcohol con el estómago lleno **puede retrasar la absorción del mismo** y hacer que se produzca de forma más gradual. Sin embargo, el alcohol ingerido **siempre terminará por pasar a la sangre**.

"Si espero dos horas..."

Aunque sí es cierto que cuanto más tiempo pasa después de la última copa más proporción de alcohol ha sido metabolizado, **dos horas no son suficientes**. Es necesario mucho más tiempo para que los efectos del alcohol dejen de ser incompatibles con la conducción.

"¿Y si hago ejercicio?"

El ejercicio intenso **favorece la eliminación del alcohol** al acelerarse la circulación de la sangre. No obstante, por muchas flexiones que hagamos no hay margen suficiente para eliminar todas las copas de nuestro organismo entre el primer positivo y la segunda prueba, que **suele ser de unos 10 minutos**.

Ni café, ni chicles, ni pasta de dientes ni una cabezadita

Tomar café , o masticar sus granos, mascar chicle o incluso comer pasta de dientes **son leyendas urbanas** que no evitan el positivo. Tampoco echar una cabezadita, beber aceite, **usar**

determinados sprays bucales, consumir cocaína, beber mucha agua, tomar caramelos u otros productos azucarados, o ingerir clara de huevo son estrategias que ayudan a reducir la tasa de alcohol en sangre.

Recordar que conducir borracho **puede acarrear pena de prisión** y multas que oscilan **entre los 500 y 1.000 euros**, además de la correspondiente pérdida de **puntos del carné puntos del carné**. Por lo tanto, si bebes, no conduzcas.