

Bebidas alcoólicas



saber comer é saber viver





Sendo o álcool parcialmente tóxico, não deve ser consumido em quantidades exageradas. No entanto não se justifica proibir aos adultos a sua utilização desde que em pequenas doses as refeições ou imediatamente a seguir.

NO DECURSO DE REFEIÇÕES NORMAIS O MÁXIMO QUE UM ADULTO PODE BEBER SEM PERIGO NÃO É MAIS DO QUE

bebidas alcoólicas?

2DL. FORA DAS REFEIÇÕES E COMO APERTIVO, NÃO BEBER NADA.

Com efeito o organismo adulto tem um certo limite constante para se desintoxicar

Se o álcool é potencialmente tóxico não deve ser consumido em quantidades exageradas. No entanto não se justifica proibir aos adultos a sua utilização, desde que em pequenas doses às refeições ou imediatamente a seguir.

NO DECURSO DE REFEIÇÕES NORMAIS O MÁXIMO QUE UM ADULTO PODE BEBER, SEM PERIGO, NÃO VAI ALÉM 3 DL DE VINHO MADURO; MAS PESSOAS POUCO HABITUADAS JÁ FICARÃO PERTURBADAS COM MAIS DE 2DL. FORA DAS REFEIÇÕES E COMO APERITIVO, NÃO BEBER NADA.

Com efeito o organismo adulto tem um certo limite constante para se desintoxicar

do álcool. Quando se bebe demais, sobretudo com o estômago vazio, o álcool atinge no sangue concentrações superiores as que são possíveis destruir e eliminar, passando então para tecidos e órgãos que assim ficarão afectados. O alcoolismo já está com todas as más consequências a nível do cérebro, tecido nervoso, fígado, rins e outros órgãos.

E' por isso que pessoas que ultrapassam os limites referidos não devem, em caso algum, conduzir, pois o álcool diminui os reflexos significativamente. Parte dos numerosos acidentes de viação verificados em Portugal são consequência desta atitude irresponsável.

NA MEDIDA EM QUE O ÁLCOOL PREJUDICA A FORMAÇÃO DO SISTEMA NERVOSO, AS CRIANÇAS ATÉ AO FIM DA PUBERDADE E AS MULHERES GRÁVIDAS OU ALEITANTES NÃO DEVEM EM NENHUMA CIRCUNSTÂNCIA CONSUMIR BEBIDAS ALCOÓLICAS MESMO EM PEQUENAS QUANTIDADES.

No nosso País é elevado o número de crianças afectadas pelo alcoolismo. Ou elas pró

prias bebem desde pequenas ou as mães, enquanto as geravam ou alimentavam ao peito, as afectaram no seu desenvolvimento nervoso com o álcool que lhes faziam chegar através da placenta ou do leite.

As consequências são trágicas: grande parte das mais 100 000 crianças com idade compreendida entre 7 e 10 anos que não possuem capacidade intelectual para terminar a 4ª. classe são ou foram afectadas por bebidas alcoólicas. Qualquer dose de álcool, mesmo tolerado sem prejuízo por adultos, destrói definitiva e irremediavelmente o sistema nervoso de seres em desenvolvimento. E as possíveis excepções não são significativas.

Estas crianças serão adultos fisicamente débeis, intelectual e afectivamente limitados. Elevados índices de analfabetismo, indiferenciação profissional e marginalidade são as consequências sociais deste problema.

Quem dá bebidas alcoólicas a crianças, quem embebe chupetas em aguardente para que durmam melhor é responsável pelas graves consequências que daí advêm.

O alcoolismo em Portugal é hoje um grande problema. E numerosas anedotas e histórias

desculpam, permitem e estimulam o consumo de bebidas alcoólicas. Também a publicidade tem contribuído para a sua promoção.

Bebidas alcoólicas? Sō para adultos, às refeições e em pequenas quantidades.