

Alcohol y conducción responsable

El consumo de alcohol y la conducción son uno de los principales factores de riesgo para la seguridad vial, afectando a quien maneja, peatones, pasajeros y otros conductores. Pese a la existencia de un marco legal estricto en Chile, los accidentes asociados al alcohol continúan generando consecuencias graves y evitables. Durante 2024, la causa "alcohol en el conductor" estuvo presente en 6.569 siniestros de tránsito. Estos accidentes provocaron 129 personas fallecidas y 795 con lesiones graves.

Esta causa incluye tanto la conducción en estado de ebriedad, cuando la alcoholemia es igual o superior a 0,8 gramos por litro de sangre, como manejar bajo la influencia del alcohol, con niveles entre 0,3 a 0,8 gramos por litro de sangre. Sin embargo, con indicadores inferiores a los límites legales, una persona puede no encontrarse en condiciones adecuadas para conducir de manera segura.

El alcohol afecta directamente al sistema nervioso central y reduce habilidades clave para conducir, como la atención, los reflejos, la coordinación y la capacidad de tomar decisiones. Al consumirlo, las personas suelen experimentar una falsa sensación de seguridad, lo que disminuye el autocontrol y favorece conductas impulsivas, aumentando el riesgo de realizar maniobras peligrosas.

Además, dificulta la concentración y altera la percepción visual, haciendo más difícil reconocer señales de tránsito, luces, distancias y velocidades, aumentando las distracciones al volante. También vuelve más lentas las reacciones y afecta la coordinación de los movimientos, lo que retrasa la respuesta ante situaciones inesperadas en la vía.

En nuestro país rige la tolerancia cero al alcohol al volante, establecida por un marco legal que reduce los límites permitidos de alcoholemia y contempla sanciones severas, incluyendo penas de cárcel para quienes conduzcan bajo efectos etílicos y provoquen lesiones.

La prevención es clara y el autocuidado es clave: no existe una cantidad segura de alcohol para conducir. La única conducta verdaderamente preventiva es no manejar después de haber consumido bebidas alcohólicas. Planificar con anticipación alternativas de traslado, como conductor designado, transporte público o aplicaciones de movilidad, marca la diferencia entre un trayecto seguro y una tragedia evitable.

La conducción responsable es un acto de autocuidado y de respeto hacia los demás. Evitar el alcohol al volante no es solo una obligación legal, sino una decisión ética que contribuye a proteger la vida propia y la de toda la comunidad.

Claudia González
Académica Escuela de Enfermería UDLA