Cerveceros de Chile comparten el decálogo para un consumo consciente de alcohol en estas Fiestas Patrias

En el marco de las Fiestas Patrias, es importante hacer un llamado a un consumo responsable y consciente de alcohol. Estas festividades, tan arraigadas en nuestra cultura, son una oportunidad para reunirnos y celebrar, pero también requieren de una profunda reflexión sobre la importancia de cuidar nuestra salud y la de quienes nos rodean.

La Asociación de Productores de Cerveza de Chile (ACECHI) ha desarrollado un “Decálogo para un Consumo Consciente de Alcohol”, que busca orientar a la población sobre cómo disfrutar de estas festividades de manera segura y responsable.

Anuncio Patrocinado

“Sabemos que estas fechas son un momento para celebrar nuestras tradiciones y compartir con familiares y amigos. Queremos que esas celebraciones se realicen en un ambiente seguro, donde prime el bienestar y la responsabilidad”, destacó Ximena Bravo, Gerente General de Acechi.

Decálogo de un consumo consciente de alcohol:

1. Si consumes bebidas con alcohol, no manejes ningún tipo de vehículo: La seguridad vial es una responsabilidad compartida. Durante las Fiestas Patrias, aumentan los desplazamientos en todo el país y es fundamental evitar que el consumo de alcohol se convierta en un factor de riesgo en las carreteras. Si vas a beber, designa un conductor, utiliza transporte público o servicios de transporte compartido.

2. Las bebidas con alcohol son exclusivamente para mayores de 18 años: El consumo de alcohol en menores de edad está prohibido por la ley y puede tener efectos perjudiciales en su desarrollo. Es responsabilidad de todos asegurarnos de que las bebidas alcohólicas no lleguen a manos de quienes no han alcanzado la mayoría de edad.

3. Las bebidas con alcohol no deben ser consumidas por mujeres embarazadas o amamantando, y por personas que las tengan contraindicadas por tratamiento médico: El consumo de alcohol durante el embarazo o la lactancia puede tener

graves consecuencias para la salud del bebé. Asimismo, algunas condiciones médicas y medicamentos son incompatibles con el consumo de alcohol, por lo que es fundamental informarse y actuar con responsabilidad.

4. Si vas a beber, hazlo para disfrutar y generar buenos recuerdos: El objetivo de las celebraciones es pasar momentos agradables con seres queridos. El consumo de alcohol debe ser un complemento y no el centro de la celebración. Disfruta de cada momento con moderación, creando recuerdos positivos y duraderos.

5. Todo exceso es malo, no bebas copas de más: Alterna su consumo con bebidas sin alcohol. El consumo excesivo puede tener consecuencias graves para la salud y el bienestar social. Alternar con bebidas no alcohólicas, como agua o jugos, ayuda a mantener el control y a prolongar el disfrute sin excesos.

6. Acompaña tus bebidas con alcohol con alimentos, antes y durante su consumo: Consumir alimentos antes y durante la ingesta de alcohol ralentiza su absorción y reduce sus efectos en el cuerpo. Esto contribuye a una experiencia más segura y placentera.

7. Evita los juegos que incentiven el consumo excesivo: Los juegos que implican el consumo rápido o excesivo de alcohol pueden llevar a situaciones peligrosas. Es preferible optar por actividades que promuevan la diversión sin poner en riesgo la salud.

8. No fomentes el consumo excesivo de bebidas con alcohol y respeta a quienes deciden no consumir: Cada persona tiene el derecho de decidir si quiere consumir alcohol o no. Es esencial respetar esa decisión y no presionar a otros para que beban en contra de su voluntad.

9. Cuida y respeta a las personas de tu entorno: Durante las celebraciones, es importante estar atentos a los demás, especialmente a aquellos que puedan estar en una situación vulnerable debido al consumo de alcohol. Un entorno de respeto y cuidado mutuo es clave para unas Fiestas Patrias seguras y felices.

10. Da el ejemplo, sé un consumidor consciente: La mejor manera de promover un consumo responsable es con el ejemplo. Al actuar de manera consciente y moderada, influimos positivamente en quienes nos rodean, contribuyendo a una cultura de responsabilidad y bienestar colectivo.

Cerveceros de Chile comparten el decálogo para un consumo consciente de alcohol en estas Fiestas Patrias



y tú, ¿qué opinas?