**Activitat: “Calcula el que beus amb ampolles”**

Per a explicar el tema de les UBE i quins son els límits de consum de risc, podeu tenir a la consulta un parell d’ampolles buides, i tenir marcats els límits del consum de risc per ocasió i per dia segons el sexe. (veure la imatge)

**Com fer l’activitat amb el pacient?**

1. Feu el cribratge d’alcohol amb l’ Audit C.
2. Si la persona fa consum de risc, pregunteu **quantitat** i **tipus** de **beguda** que pren en un **dia habitual** o **per ocasió de consum**
3. Si la persona beu:
   * Copa de vi, cervesa, cava...(= 1 UBE) omplir amb una copa d’aigua o sorra l’ampolla, **1 vegada** per cada beguda.
   * Cubata, whisky, conyac, licor...(=2 UBE) omplir amb una copa d’aigua o sorra l’ampolla, **2 vegades** per cada beguda.



**Home**

**Dona**

**2 UBE/dia**

**5 UBE/ocasió**

**4 UBE/dia**

**6 UBE/ocasió**

2 UBE/dia