

[Programa Beveu Menys]



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.

