

Límites para un consumo de alcohol de bajo riesgo

El **consumo de alcohol perjudica la salud** y consumir por encima de estos límites se asocia con una mayor mortalidad



El riesgo sólo se evita si no consumes alcohol

Reduce tu consumo
Márcate al menos **2 días libres de alcohol** por semana



NO consumir alcohol



CONDUCCIÓN



LACTANCIA



EMBARAZO



TRABAJO
PRECISIÓN



MENOR
DE EDAD



ALGUNOS
MEDICAMENTOS
Y ENFERMEDADES



ACTIVIDADES
DE RIESGO



CUIDADO
DE MENORES

