

## DÍA MUNDIAL SIN ALCOHOL

15 de noviembre

### La Sociedad Española de Epidemiología reclama un etiquetado de información nutricional para bebidas alcohólicas y mayor regulación de su publicidad en redes sociales

- Coincidiendo con el Día Mundial sin Alcohol que se celebra el próximo 15 de noviembre, la Sociedad Española de Epidemiología (SEE), a través de su Grupo de Trabajo sobre Alcohol, ha lanzado una campaña con el objetivo de concienciar de los riesgos para la salud del consumo de alcohol
- La sociedad científica advierte de que las bebidas alcohólicas contienen un gran número de calorías (120 calorías por vaso de vino o cerveza, o hasta 450 calorías si son bebidas de alta graduación), sin aportar ningún nutriente de valor para el organismo, además de asociarse a otros efectos negativos sanitarios y sociales
- El 70% de los adolescentes de entre 14 y 18 años bebieron alcohol a lo largo del último año y uno de cada tres se ha emborrachado en el último mes
- La SEE es partidaria de endurecer la regulación publicitaria de las bebidas alcohólicas, especialmente en las redes sociales, para desincentivar el consumo en menores

*Jueves, 10 de noviembre de 2022.*- Sabiendo lo que consumes, proteges tu salud. Este es uno de los lemas de la campaña que la Sociedad Española de Epidemiología (SEE), a través de su Grupo de Trabajo sobre Alcohol, ha lanzado con motivo del **Día Mundial sin Alcohol**, que se celebrará el próximo 15 de noviembre. La campaña, financiada por la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, consiste en la difusión de tres vídeos con los que persigue concienciar a la población de **los riesgos que el consumo de alcohol tiene sobre la salud y de la influencia de la publicidad** de esta sustancia entre los más jóvenes.

La Sociedad Española de Epidemiología lamenta que, pese a recomendaciones sanitarias de la Unión Europea, la legislación española no obligue a las empresas que producen bebidas alcohólicas a colocar **etiquetas con la información nutricional** de sus productos y advertencias sobre los daños que produce el consumo de alcohol, de forma similar a lo establecido con los envases de tabaco, como ya han incorporado varios países europeos.

En este sentido, la SEE recuerda que **una copa de vino o una caña de cerveza contiene unas 120 calorías**, un dato que muchos consumidores desconocen, y que tres cañas o copas de vino

equivalen a una porción de tarta. En el caso de las bebidas de alta graduación como el ron, el whisky o el vodka, estas tienen unas 300 calorías por copa; 450 si se les añade algún refresco con azúcar. Es decir, casi lo equivalente a una hamburguesa, con la diferencia de que las calorías que proporciona el alcohol **son 'calorías vacías' al no aportar ningún nutriente de valor para el organismo**, además de asociarse con otros efectos negativos para la salud de aquellas personas que lo consumen y de otras.

La exposición a la publicidad por parte de menores es otro de los asuntos que más preocupa a la sociedad científica. Y es que, **el 70% de los adolescentes de entre 14 y 18 años bebieron alcohol a lo largo del último año**, y uno de cada tres se ha emborrachado en el último mes. La SEE relaciona este elevado consumo de alcohol en menores con la publicidad. Y es que, **el día a día está lleno de mensajes que incitan al consumo de alcohol**, como el mobiliario de las terrazas y los establecimientos hosteleros, en los que es habitual que haya logotipos de bebidas alcohólicas. Además, las redes sociales son una parcela en la que la regulación de este tipo de publicidad es más compleja y la industria de las bebidas alcohólicas introduce elementos publicitarios de distinto formato.

Por este motivo, la SEE propone abordar la regulación de la publicidad en estos soportes, puesto que existe evidencia científica de que **una menor presión y promoción publicitaria de las marcas de bebidas alcohólicas se asocia a un menor consumo** por parte de las personas más jóvenes.

La campaña también aborda la falsa creencia de que existe un consumo de alcohol seguro. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año se producen **3 millones de muertes** en el mundo debido al consumo nocivo de alcohol, un factor causal en más de 200 enfermedades y trastornos. El consumo de bajo riesgo para la salud es una caña o un vaso de vino al día en el caso de las mujeres y dos en el caso de los hombres, si bien eso no significa que sea inocuo. Además, “superar estas cantidades es muy fácil. Cualquier consumo de alcohol puede ser perjudicial para la salud, por ejemplo, pequeñas cantidades aumentan el riesgo de tener cáncer de colon y de mama, entre otros efectos negativos”, recuerdan.

[Descarga aquí todos los vídeos de la campaña.](#)