Miguel Ángel Hernández Maldonado A01022398.

T1.1.plática Drink IQ

El día 29 de agosto el programa de LIFE invitó a un señor Venezolano que labora en la comercializadora más grande de alcohol en México, él nos habló de los efectos que produce el alcohol en nuestro cuerpo.

Durante la conferencia nos habló de las verdaderas razones por las que tomamos alcohol y nos hizo darnos cuenta de que todas las respuestas que dimos son inválidas, ya que podemos divertirnos, socializar, agarrar confianza, etc. Sin tomar ni una gota de alcohol. Una vez que nos dejó eso claro, nos explicó como es que reacciona el cuerpo humano con el alcohol etílico que es lo que tienen todas las bebidas alcohólicas, para lo cual nos mostró un video de un experimento, el experimento del video consistía en ir tomando tragos cada determinado tiempo y ver los efectos que causaban estos en nuestras habilidades motrices y en nuestro estado de ánimo.

El video nos mostró como poco a poco vamos perdiendo habilidades como el hablar fluido o el caminar en línea recta o el decir cosas con sentido, con el primer trago el cuerpo se “libera” un poco y es por eso que nos sentimos con más confianza, con tres tragos vamos perdiendo la habilidad para hablar y con más de 5 nos muestra como un simple movimiento como subir un escalón puede resultar prácticamente imposible. En la conferencia además de mostrarnos el video nos mostraron las razones por las que hay ciertas personas que tienen una mayor resistencia a los efectos del alcohol y que características nos ayudan a tolerarlo más. Una de las principales diferencias que hay es que los hombres al tener menos grasa que las mujeres en el cuerpo, somos más tolerantes al alcohol, después vienen cosas como la altura y el peso que también influyen y por último cosas como la condición física, ya que si no haces deporte o alguna actividad física está científicamente comprobado que la tolerancia al alcohol es menor.

Esta conferencia me ayudo a darme cuenta que no es necesario tomar una cantidad excesiva de alcohol para poder pasártela bien, ademas al controlarte puedes evitar muchísimos accidentes o cosas que no querías que te pasaran, y sobre todo ahora que somos mayores de edad debemos de ser mas conscientes en los temas que respectan al alcohol como es el hecho de no manejar en estado de ebriedad.