

COMBATIR LOS EFECTOS DEL EXCESO DEL ALCOHOL

Más de dos copas: resaca casi segura

La Navidad marca el inicio de un periodo de celebraciones en las que son relativamente habituales los excesos en la alimentación y en el consumo de alcohol. Unas cervezas con el aperitivo, vino durante la comida o la cena, cavas y licores con los postres, y alguna copa para finalizar la fiesta gastronómica. El alcohol se convierte en uno de los protagonistas de nuestras reuniones, a pesar de que los riesgos que entraña su consumo desmesurado no se limiten a la sempiterna y desagradable resaca. Inflamación de páncreas, cefaleas, trastornos hepáticos y gástricos, por no hablar de los accidentes de tráfico, pueden ser algunos de los efectos perniciosos. Lo mejor para evitar estos problemas es no beber o hacerlo sólo moderadamente, pero, si bebe en exceso, no dude en seguir estos sencillos y saludables consejos.

Claves de un bebedor racional

- Recuerde que la bebida es un acompañamiento de la comida, no al contrario.
- No combine alcohol con bebidas con cafeína porque los efectos excitantes de ésta anulan los relajantes del alcohol y potencian sus efectos, aunque al principio se note menos.
- No abuse de los combinados alcohólicos con bebidas gaseosas. Los radicales carbónicos de los refrescos con burbujas permiten que el alcohol atravesase más fácilmente la barrera hematoencefálica, haciendo que el efecto tóxico de la bebida sea más rápido y acusado.

- Cuidado con las cervezas "sin alcohol". La mayoría deberían denominarse "baja en alcohol", ya que contienen hasta un 1% de alcohol, frente al 4%-5% de las convencionales.
- Recuerde que la alcoholemia alcanza su punto máximo una hora después de haber tomado la última copa.

Alcohol vs. salud

- Absténgase de tomar alcohol si padece alguna enfermedad hepática, del sistema nervioso, del páncreas o problemas psiquiátricos.
- Evite el alcohol si está tomando algún medicamento, especialmente si va a conducir.
- La dosis de alcohol que admite el cuerpo depende del sexo, edad, peso y factores genéticos del consumidor, además de su constitución y salud.
- Las mujeres deben tener más cuidado con el alcohol, porque al tener menos agua en el cuerpo se producen mayores concentraciones de alcohol en sangre, y, además, su hígado tiene menor capacidad de metabolización.





La resaca, a raya

- Duerma bien y descansa lo suficiente. Dúchese nada más levantarse para estimular la circulación.
- No se quede en casa todo el día porque se acentúan las jaquecas. Distráigase y haga ejercicio moderado, un paseo, al aire libre.
- Tome alimentos suaves que no irriten la mucosa gástrica, como un yogur o un café, no cargado, con leche. A lo largo del 'día después' también puede tomar legumbres, cereales, frutos secos, leche y carne.
- Reponga la pérdida de vitaminas tomando un zumo de naranja o de frutas frescas.
- Evite la aspirina en dosis altas. Puede irritar aún más su estómago. En su lugar tome ibuprofeno.
- El mito de que el alcohol mejora la resaca es una estupidez. En realidad la empeora, porque es la misma sustancia tóxica que causó sus efectos.
- Tampoco es cierto que beber agua en abundancia mejore la resaca por favorecer la eliminación del alcohol. Éste se elimina a una velocidad de siete gramos por hora y es imposible acelerar el ritmo.
- Otro mito erróneo es que las pastillas de vitamina B6 tomadas antes o después de beber evitan la resaca, cuando la única utilidad de esta vitamina es su aplicación por vía intramuscular en casos graves para acortar, que no eliminar, los efectos secundarios de una intoxicación etílica.

A tener en cuenta...

- Controle los gramos de alcohol que ingiere multiplicando los grados de la bebida –que son los gramos de alcohol por cada 100 cc– por la cantidad que tome.
Ejemplo: cuatro cañas de 250 cc con un 5% de alcohol, tendrán $4 \times 250 \times 5 / 100 = 50$ gramos. Dado que el hígado metaboliza 25 gramos de alcohol por hora, tendrá el alcohol circulando durante 2 horas por su cuerpo.

En general, se considera aceptable para la salud una ingesta por debajo de los 30 gramos de alcohol al día. Si se toman entre 30 y 60 gramos de alcohol diarios, el riesgo de aparición de complicaciones es moderado y cuando se superan los 60 gramos al día hay riesgo de que se desarrolle una cirrosis. ◀

LA MODERACIÓN
ES EL ÚNICO
SECRETO PARA
PREVENIR LAS
TEMIDAS RESACAS

AL VOLANTE. NI GOTA...

- Si bebe, no conduzca. Aun en pequeñas cantidades, el alcohol ejerce un efecto depresor sobre el sistema nervioso. Disminuye la capacidad de conducción y los reflejos y aumenta las probabilidades de accidente. Beber es peligroso cuando se ha de conducir.
- El reglamento actual sitúa la tasa de alcoholemia permitida por debajo de los 0,5 gramos de alcohol por 1.000 cm³ de sangre y 0,25 miligramos de alcohol en aire espirado. Baja a 0,3 y 0,15, respectivamente, para los conductores noveles.
- Dar 'positivo' en un etilómetro puede suponer una multa de hasta 600 euros y hasta cuatro años de retirada del carné de conducir.



El vendedor quiere subir el precio ya presupuestado de un mueble

→ **Lo que pasó.** Acabo de comprar un mueble para el salón presupuestado en 1.225 euros y he pagado el 30% de adelanto. Pero ahora me avisan de que se han equivocado en el presupuesto y aseguran que el mueble cuesta 1.000 euros más del precio inicial. Como solución, me dicen que pague 2.225 euros o que si no me devuelven el doble del dinero que yo he pagado como señal. Me interesa el mueble, pero no a este precio. ¿Qué puedo hacer? ¿Tengo derecho a que me lo vendan por 1.225 euros o la única solución es aceptar el dinero que me ofrecen?

→ **Qué hacer.** De acuerdo con el artículo 1.450 del Código Civil, el contrato de compra queda cerrado entre comprador y vendedor desde que se ha convenido la cosa objeto del contrato y su precio, aunque ni la cosa ni el importe se hayan entregado. Y es obligatorio para ambos, en los términos pactados. Si se dispone de un presupuesto escrito por 1.225 euros y se ha abonado un 30% en concepto de adelanto o entrega a cuenta, se está en disposición de exigir el cumplimiento del contrato al vendedor.

Aparentemente, el vendedor, cuando le ofrece al comprador el doble de la cantidad abonada por éste, intenta acogerse al artículo 1.454 del Código Civil. Según este artículo, si se han entregado arras o una señal como adelanto, el contrato se puede rescindir si el comprador se echa atrás y asume la pérdida de la cantidad adelanta-

da o si el vendedor devuelve al comprador el doble de la cantidad adelantada. Pero estas dos opciones son sólo posibles si vienen expresamente recogidas en el contrato o presupuesto aceptado, dato que con probabilidad no aparecerá por no ser práctica del sector.

Por ello, el comprador puede reclamar la entrega del mueble a cambio del precio inicialmente pactado. El afectado debe solicitarlo así al establecimiento, salvo que le interese más, por los motivos que fuera, la oferta de la tienda. Si fuera necesario, debe acudir a una Oficina Municipal de Información al Consumidor y hacer constar su solicitud en una hoja de reclamaciones. Es importante conservar el presupuesto y el resguardo del adelanto. Los pasos siguientes serían el arbitraje de consumo (gratuito, voluntario y vinculante) o la reclamación judicial.



El técnico de reparaciones de electrodomésticos cobró una tarifa de desplazamiento muy elevada

→ **Lo que pasó.** Llamé a un servicio técnico explicándoles el problema que tenía mi lavadora. Un técnico se desplazó a mi casa y comprobó que la reparación sería muy costosa, por lo que me recomendó no repararla. Para llegar a esa conclusión no dedicó más de 10 segundos, porque yo ya había retirado la tapa que daba acceso al origen del problema (los cojinetes del tambor). Me cobró los gastos de desplazamiento (30 euros más IVA), lo que me parece abusivo. ¿Me podrían indicar si es legal cobrar dicho desplazamiento cuando no se ha realizado más trabajo que el mencionado anteriormente?

→ **Qué hacer.** Es legal cobrar el desplazamiento del técnico cuando ha habido salida al domicilio del usuario y el aparato a reparar no está ya dentro del periodo de garantía. Entendemos que el desplazamiento efectivamente realizado no tiene por qué vincularse con el tiempo de trabajo, dado que son dos conceptos de facturación diferentes. El primero se justifica en la salida del técnico al domicilio del usuario y por ley debe ajustarse a las tarifas informativas que deben encontrarse visibles en los talleres o que debe proporcionarse por escrito el técnico a domicilio si lo solicita el usuario. El segundo gasto, el de la mano de obra, también debe ajustarse a las tarifas informativas y, puesto que es el técnico quien se desplaza al domicilio del usuario, podrá facturar quince, treinta o sesenta minutos, en función del tipo de aparato (línea blanca, línea marrón o apa-

rato electrónico), como tiempo mínimo de trabajo, incluso si el tiempo real de ocupación es inferior al citado anteriormente.

En el caso presentado, han facturado el desplazamiento realizado y no han cobrado cantidad alguna por la rapidísima gestión del técnico, lo que es legal, más todavía teniendo en cuenta que si la avería no se reparó fue por elección del usuario, aunque fuera por antieconómica y a recomendación del técnico. El usuario no solicitó presupuesto ni información sobre los gastos de desplazamiento, trámites a los que tenía derecho, pero puede comprobar si le han cobrado el gasto de desplazamiento conforme a la información que debe constar visible al público. Si esa información no está expuesta o si comprueba que le han cobrado de más, se puede solicitar una hoja de reclamaciones y exigir la devolución de la diferencia de precio, si la hay.



Un caso similar puede merecer sentencia distinta

Esta sección recoge sentencias de nuestros tribunales que, por su contenido, afectan a los consumidores y usuarios de todo tipo de productos y servicios. No olvide que ante hechos similares, las cuestiones de prueba, las circunstancias concretas de las partes implicadas e incluso el tribunal que sea competente en la causa, pueden determinar fallos distintos.

Un cliente denuncia la tarificación horaria de un aparcamiento privado

Un usuario aparcó su vehículo en un parking privado de Alicante. Cuarenta minutos después lo retiró, pero se vio obligado a pagar la estancia por la fracción de una hora. Considerando esta práctica abusiva, presentó demanda contra la sociedad titular del parking. El Juzgado de lo Mercantil de Alicante, en sentencia de 3 de enero de 2005, falló a favor del demandante. Estimó que la condición general del contrato de aparcamiento suscrito era abusiva y, por tanto, nula. Con la ley de Defensa del Consumidor, las directivas europeas de protección del consumidor y la jurisprudencia del Tribunal Supremo como referentes, declaró que no se ajustaba a la buena fe la cláusula en litigio. Según el Juzgado, no puede catalogarse como justo, adecuado y proporcionado imponer al contratante "débil" una cantidad adicional hasta completar la fracción horaria sin que obtenga nada a cambio, pues el tiempo facturado y cobrado pero no utilizado no se reserva, sino que es susceptible de generar nuevos ingresos para el empresario, por lo que carece de justificación objetiva esta cláusula y resulta abusiva.



Responsabilidad sobre daños a un automóvil en un túnel de lavado



Un usuario llevó su vehículo a un túnel de lavado automático, en el que el coche sufrió daños por valor de 502 euros. Demandó a la empresa propietaria, pero ésta se opuso a indemnizarle porque ya avisaba mediante un cartel en el túnel que no se hacía responsable de siniestro alguno que afectara a los accesorios exteriores del vehículo. La Audiencia Provincial de Las Palmas, en sentencia de 9 de diciembre de 2004, dio la razón al demandante. Afirmó que en modo alguno puede la empresa imponer al consumidor una cláusula no negociada de exención de responsabilidad por la mera exposición de un cartel. Así, el derecho a la información establece que el consumidor tiene derecho a conocer con exactitud para qué tipo de automóviles está diseñado el ingenio, de modo que pueda decidir con conocimiento de causa si utilizará el túnel de lavado, exigencia que no satisfacía, a juicio de la Audiencia, el cartel utilizado por la empresa demandada. Por ello condenó a la empresa y a su aseguradora a indemnizar al usuario.

Un banco marca intereses de usura en un crédito

Un consumidor concertó con un banco la financiación de una vaporeta en el año 1997. Abonó parte de las cuotas mensuales, pero dejó pendiente de pago una parte del préstamo. Fue demandado por el banco, pero el consumidor argumentó que el interés pactado era usurario y, por ello, solicitaba que se estimara sólo parcialmente la demanda, declarando la nulidad del contrato, con el efecto de que él tuviera que pagar tan sólo la suma recibida pendiente de amortización. La Audiencia Provincial de Madrid, en sentencia de 7 de febrero de 2005, dictó que el interés, cuatro veces superior al entonces interés legal del dinero, era a todas luces excesivo y por ello condición abusiva de crédito por atentar contra la buena fe y el justo equilibrio entre los derechos y obligaciones de las partes. En esta sentencia se optó por la opción más favorable al consumidor, la nulidad del contrato, y no por la nulidad de la cláusula relativa a tipos de interés, por lo que el consumidor sólo tuvo que devolver la cantidad recibida pendiente de amortización.

