

## ¿QUE ES?

El alcoholismo se refiere al consumo excesivo de alcohol, de forma prolongada y continúa en el tiempo, generando por tanto una dependencia a dicha sustancia.

El alcoholismo se contempla como una enfermedad crónica, en la que el paciente no es capaz de controlar la ingesta de bebidas alcohólicas. Esta adicción afecta a la persona tanto en su salud física como psicológica, dañando sus relaciones sociales y/o familiares.

## SIGNOS DE ALCOHOLISMO

- **Aumento del deseo de beber alcohol**, se emplea más tiempo en el consumo y en recuperarse de sus efectos.
- **Cambio en hábitos respecto al consumo**, bebe en solitario, generalmente ocultando su conducta a las personas que le rodean.
- **Falta de control** en la ingesta de alcohol, tanto de la necesidad de beber, como del control de la cantidad de ingesta o de la suspensión del consumo.
- **Falta de interés**: la persona muestra una falta de interés por todo aquello que no sea conseguir lo necesario para el consumo, todo lo que parecía motivarle antes, carece de importancia, llevando a desvincularle de las relaciones afectivas y de sus responsabilidades.

**“EL ALCOHOL ES UN EXCELENTE DISOVENTE, POR QUE DISUELVE: FAMILIAS, EMPLEOS, AMISTADES, CUENTAS BANCARIAS, NEURONAS, PERO NUNCA TUS PROBLEMAS”**

HECHO POR:

REYES RAMIREZ ANGEL DE JESUS  
ENFERMERIA ESCOLARIZADO  
1ER CUATRIMESTRE

## ALCOHOLISMO



## MITOS DEL ALCOHOLISMO

“El alcohol es un alimento”, es una idea errónea aunque aporta calorías no alimenta y además su consumo aumenta la producción de grasa.

- “El alcohol facilita las relaciones sexuales”, por el contrario uno de las consecuencias de la dependencia es la impotencia, y otras disfunciones asociadas.
- “Beber es bueno para el corazón”, se ha hecho hincapié de que beber de forma moderada es beneficioso para el corazón, pero estos efectos no pueden generalizarse a todas las personas o casos.

## DEPENDENCIAS

- **Ansiedad:** una fuerte necesidad o compulsión de beber.
- **Pérdida de control:** la incapacidad propia para limitar el consumo del alcohol en cualquier situación.
- **Dependencia física:** síntomas de abstinencia como náuseas, sudores, temblores y ansiedad, se presentan cuando se interrumpe el consumo de alcohol después de un período en que se bebió en exceso.

Una dependencia grave puede llevar a la persona a presentar síntomas de abstinencia que ponen en peligro su vida, entre los cuales se encuentran las convulsiones, que empiezan entre ocho y doce horas después de la última bebida..

## SIGNOS DE ALCOHOLISMO

- **Aumento del deseo de beber alcohol,** se emplea más tiempo en el consumo y en recuperarse de sus efectos.
- **Cambio en hábitos respecto al consumo,** bebe en solitario, generalmente ocultando su conducta a las personas que le rodean.
- **Falta de control** en la ingesta de alcohol, tanto de la necesidad de beber, como del control de la cantidad de ingesta o de la suspensión del consumo.
- **Falta de interés:** la persona muestra una falta de interés por todo aquello que no sea conseguir lo necesario para el consumo, todo lo que parecía motivarle antes, carece de importancia, llevando a desvincularle de las relaciones afectivas y de sus responsabilidades.

## CONSECUENCIAS

Está demostrado que el consumo excesivo de alcohol provoca consecuencias graves a corto y a largo plazo. El riesgo de padecer estos trastornos, psicológicos, físicos, o sociales aumenta a medida de que el inicio en el consumo es más cercano a la adolescencia.

- Como consecuencia del alcoholismo a corto plazo, una intoxicación aguda de alcohol puede provocar el coma y la muerte.
- A largo plazo, el consumo de alcohol afecta seriamente la salud, provocando y aumentando la posibilidad de desarrollar enfermedades. Se relaciona con trastornos cardiológicos ; con aumento de padecer cáncer bucal, de garganta y esófago ; cirrosis hepática; problemas de hipertensión arterial; enfermedades del aparato digestivo como gastritis o úlcera gastroduodenal, también inflamación del páncreas; encefalopatías; disfunciones sexuales, como impotencia, pérdida de la fertilidad y trastornos menstruales; aumento de infecciones; problemas de la piel, musculares y óseos.

## PREVENCION

Como en el caso de otras adicciones a sustancias, la prevención es la mejor herramienta para fortalecer factores que eviten el consumo de alcohol.

Este papel preventivo es necesario en la adolescencia e incluso con anterioridad, aquí la familia tiene un papel fundamental, apoyando en la educación, transmitiendo un estilo de vida saludable y ofreciendo información veraz, ajustada a su edad, sobre los efectos negativos que provocan estas conductas de riesgo.

Servir de modelo como referente es fundamental, para esto se recomienda evitar consumir bebidas alcohólicas delante de los hijos o prescindir de comentarios que generen la conducta del consumo como un ideal a imitar.

En la adolescencia no solo la información sobre las consecuencias del consumo es suficiente, es necesario favorecer un clima de comunicación fluido, potenciar su autoestima y sus habilidades sociales, generar seguridad en la toma de decisiones para soportar las presiones que pueda recibir del exterior. Todo ello ofreciendo alternativas de ocio más adecuadas a un estilo de vida saludable.

