

Las Preguntas más Frecuentes acerca de Abuso de Alcohol y Alcoholismo

Publicado el: 12-06-2018

El alcoholismo, también conocido como dependencia del alcohol, es una enfermedad que incluye los siguientes cuatro síntomas: Deseo insaciable: una gran necesidad o deseo compulsivo de beber alcohol. Pérdida de control: la incapacidad de dejar de beber alcohol una vez que se haya comenzado. Dependencia física: síndrome de abstinencia, con síntomas tales como náuseas, sudor, temblores y ansiedad, que ocurren cuando se deja de beber alcohol. Tolerancia: la necesidad de beber cada vez más cantidad de alcohol a fin de sentirse eufórico.

1. ¿Es una enfermedad el alcoholismo?

Sí, el alcoholismo es una enfermedad. El deseo insaciable que el alcohólico siente por el alcohol puede ser tan fuerte como la necesidad de comer o beber agua. Un alcohólico continuará bebiendo alcohol aunque tenga problemas serios con la familia, con la salud o con la ley.

Así como muchas otras enfermedades, el alcoholismo es crónico, lo cual significa que la persona padecerá de esta enfermedad toda su vida; generalmente su curso es predecible y presenta síntomas. El riesgo de desarrollar el alcoholismo responde a influencias tanto de los genes de la persona como de su estilo de vida.

2. ¿Es hereditario el alcoholismo?

Las investigaciones demuestran que el riesgo de desarrollar alcoholismo ciertamente viene de familia. Los genes que hereda una persona explican en parte este hábito, pero el estilo de vida también constituye un factor. Actualmente, los investigadores están tratando de identificar aquellos genes específicos que ponen a las personas en riesgo de desarrollar el alcoholismo. Sus amigos, el nivel de estrés en su vida y la facilidad de acceso al alcohol son factores que pueden aumentar el riesgo de desarrollar el alcoholismo.

Pero recuerde: el riesgo no dicta su destino. Simplemente porque el alcoholismo viene de familia no quiere decir que el hijo de un alcohólico automáticamente se convierta también en alcohólico. Algunas personas desarrollan el alcoholismo aun cuando no haya nadie en su familia que tenga problemas con el alcohol. De la misma manera, no todos los hijos de familias alcohólicas tienen problemas con el alcohol. Sin embargo, es importante saber si usted corre un riesgo, ya que entonces puede tomar medidas de prevención para protegerse de desarrollar problemas con el alcohol.

3. ¿Se puede curar el alcoholismo?

No, en este momento el alcoholismo no se puede curar. Aun cuando el alcohólico haya dejado de beber por mucho tiempo, puede sufrir una recaída. Para prevenir una recaída, un alcohólico debe continuar evitando las bebidas alcohólicas.

4. ¿Se puede tratar el alcoholismo?

Sí, el alcoholismo es tratable. Los programas para el tratamiento del alcoholismo se sirven tanto

de la consejería como de las medicinas para ayudar a que una persona deje de beber. La mayoría de los alcohólicos necesitan ayuda para recuperarse de su enfermedad. Con apoyo y tratamiento, muchas personas pueden dejar de beber y reconstruir sus vidas.

5. ¿Da resultado el tratamiento para el alcoholismo?

El tratamiento del alcoholismo tiene buenos resultados para muchas personas. Pero, al igual que muchas enfermedades crónicas, existen diferentes grados de éxito en cuanto a los tratamientos. Algunas personas dejan de beber y se mantienen sobrias. Otras pasan por largos períodos de sobriedad con algunas recaídas y hay otras personas a quienes no les es posible dejar de beber en ningún momento. Sin embargo, en cuanto a los tratamientos, queda claro una cosa: cuanto más tiempo se abstenga una persona de beber alcohol, más probabilidades tendrá de permanecer sobria.

6. ¿Tener problemas con el alcohol significa ser alcohólico?

No. El alcoholismo es solamente uno de los tipos de problemas relacionados con el alcohol. El abuso del alcohol puede resultar igualmente dañino. Una persona puede abusar del alcohol sin que sea necesariamente alcohólica —es decir, esta persona puede beber demasiado y con frecuencia pero aun así no ser dependiente del alcohol. Algunos de los problemas relacionados con el abuso del alcohol incluyen no poder cumplir con las responsabilidades laborales, escolares o familiares; arrestos por conducir alcoholizado y accidentes automovilísticos; así como padecimientos médicos relacionados con la bebida. Bajo ciertas circunstancias, hasta beber alcohol sólo en ocasiones sociales o moderadamente puede ser peligroso —por ejemplo, si se conduce un vehículo, si se está embarazada o si se están tomando ciertas medicinas.

7. ¿Cómo es posible determinar si una persona tiene un problema?

Responder a las siguientes cuatro preguntas puede servir de ayuda para determinar si usted o un ser querido tiene un problema con el alcohol:

- ¿Ha pensado usted alguna vez que debe beber menos alcohol?
- ¿Se ha sentido molesto porque la gente le critica que usted beba?
- ¿Se ha sentido usted alguna vez mal o culpable por beber alcohol?
- ¿Alguna vez ha tomado un trago ni bien se despierta por la mañana a fin de tranquilizar sus nervios o para quitarse la borrachera?

Si contestó que “sí” a una de estas preguntas es posible que tenga un problema con el alcohol. Si contestó que “sí” a más de una de las preguntas, es muy probable que tenga un problema. Si cree que usted o alguna persona conocida podría tener un problema con el alcohol, es importante que vea de inmediato a un médico o proveedor de asistencia médica. Ellos podrán ayudar a determinar si existe un problema con el alcohol y recomendar la mejor manera de proceder.

8. ¿Una persona que tiene problemas con el alcohol puede simplemente disminuir su consumo?

Depende. Si esa persona ha sido diagnosticada como alcohólica, la respuesta es no. Los alcohólicos que tratan de disminuir su consumo de alcohol, raramente lo logran. Dejar de beber—es decir, abstenerse de beber alcohol— es generalmente el mejor camino para recuperarse. La gente que no es dependiente del alcohol pero que ha experimentado problemas relacionados con el alcohol puede llegar a limitar la cantidad de alcohol que consume. Si no pueden respetar estos límites deben dejar de beber por completo. La pregunta 13 se refiere a

este tema, “¿hasta cuánto se puede beber sin que sea peligroso?”

9. ¿Hasta cuánto se puede beber sin que sea peligroso?

Para la mayoría de los adultos, el consumo moderado de alcohol –hasta dos tragos por día para los hombres y un trago para las mujeres y personas de edad– causa pocos problemas o ninguno. (Un trago equivale a una botella de 12 onzas de cerveza o bebida a base de vino [wine cooler], un vaso de 5 onzas de vino o 1,5 onza de licor de 80° de graduación alcohólica).

Sin embargo, hay ciertas personas que no deben beber en absoluto:

- Mujeres embarazadas o que están intentando quedar embarazadas.
- Personas que piensan conducir o realizar actividades que requieran estado de alerta y destreza (como el uso de maquinarias de alta velocidad).
- Personas que estén tomando medicinas, recetadas o de venta libre.
- Personas con padecimientos médicos que puedan agravarse con el alcohol.
- Alcohólicos en recuperación.
- Personas menores de 21 años.

10. ¿El alcohol afecta de forma diferente a las personas de edad avanzada?

Los efectos del alcohol varían de acuerdo a la edad. Tiempos de reacción más lentos, problemas auditivos y visuales y menos tolerancia a los efectos del alcohol ponen a las personas de edad avanzada en mayor riesgo de sufrir caídas, accidentes automovilísticos y otros tipos de heridas que pueden resultar del consumo de alcohol.

La gente de edad también tiende a tomar más medicinas que las personas más jóvenes. La mezcla del alcohol con medicinas recetadas o de venta libre puede ser muy peligroso, hasta fatal. Hay más de 150 medicinas que son dañinas en combinación con el alcohol. (Referirse a la pregunta 18 para más información). Además, el alcohol puede agravar los padecimientos médicos más comunes de las personas de edad, como la presión arterial alta y las úlceras. Los cambios físicos asociados con el envejecimiento pueden hacer que las personas mayores se sientan “eufóricas” aun hasta luego de beber sólo una pequeña cantidad de alcohol. De manera que, aún si no existe un motivo médico para evitar el alcohol, las mujeres y los hombres de edad avanzada deben limitarse a un trago por día.

11. ¿El alcohol afecta de forma diferente a las mujeres?

Sí, el alcohol afecta a las mujeres de forma diferente a como afecta a los hombres. Las mujeres se incapacitan más que los hombres luego de beber la misma cantidad de alcohol, aún tomando en cuenta las diferencias en el peso. Esto es así porque el cuerpo de las mujeres contiene menos agua que el de los hombres. Debido a que el alcohol se mezcla con el agua que hay en el cuerpo, una determinada cantidad de alcohol se manifiesta en forma más concentrada en el cuerpo de una mujer que en el de un hombre. En otras palabras, sería como echar la misma cantidad de alcohol en un cubo de agua mucho más pequeño. (Referirse a la pregunta 13 en cuanto a los límites recomendados).

Además, el abuso crónico del alcohol produce un daño físico más pronunciado en las mujeres que en los hombres. La dependencia del alcohol y los problemas médicos relacionados, tales como daños en el cerebro, el corazón y el hígado, progresan más rápidamente en las mujeres que en los hombres.

12. ¿El alcohol es bueno para el corazón?

Los estudios han demostrado que aquellas personas que beben en forma moderada –hombres que beben dos o menos tragos por día y mujeres que beben uno o menos tragos por día– tienen menos probabilidades de morir de enfermedades del corazón que aquellas personas que no beben alcohol o aquellas que beben más cantidad. Se cree que estas pequeñas cantidades de alcohol ayudan a proteger contra las enfermedades del corazón modificando los componentes químicos de la sangre y reduciendo así el riesgo de que se produzcan coágulos en las arterias cardíacas.

Sin embargo, si usted no bebe, no debe comenzar a hacerlo nada más que para beneficiar a su corazón. Puede prevenir las enfermedades del corazón haciendo ejercicio regularmente y comiendo alimentos con pocas grasas. Y si está embarazada, planea quedar embarazada o ha sido diagnosticado como alcohólico, o si sufre de alguna otra afección médica que pueda hacer que el consumo de alcohol le haga daño, no debe beber.

Si usted puede beber alcohol sin problemas y elige hacerlo, hágalo con moderación. La bebida en exceso en realidad puede aumentar el riesgo de las fallas del corazón, los derrames cerebrales y la presión arterial alta, así como ocasionar muchos otros problemas médicos, como la cirrosis de hígado.

AVISO LEGAL

Toda la información que se brinda en esta nota está destinada al conocimiento general. En ningún caso sustituye el asesoramiento de un médico. No olvide consultar a su médico ante cualquier duda que pudiera tener con relación a su estado de salud.

Fuente: <https://netsaluti.com>