

Tratamiento

El tratamiento para el abuso o la dependencia al alcohol tiene como objetivo enseñar a los pacientes a controlar la enfermedad. La mayoría de los profesionales **considera** que esto significa dejar de consumir alcohol por completo y de forma permanente.

El primer paso, y el más importante, es reconocer que existe un problema. El éxito del tratamiento depende de su deseo de cambiar. Su médico puede ayudarlo a dejar de beber alcohol de forma segura. Esto podría requerir la hospitalización en un centro de desintoxicación.

Educación y asesoramiento profesional

La terapia le ayuda a reconocer los peligros del alcohol. La educación alerta sobre la presencia de problemas subyacentes y estilos de vida que promueven el consumo de alcohol. En la terapia, usted puede mejorar su capacidad de sobrellevar el problema y desarrollar otras maneras para enfrentar el estrés o el dolor.

Prevención

Entender que el alcohol genera problemas, ayuda a algunas personas a evitarlo. Las sugerencias para disminuir el riesgo de abusar y depender del alcohol incluyen:

- Socializarse sin beber alcohol.
- No guardar alcohol en su casa.
- Evitar situaciones y personas que lo **impulsen** a beber.
- Realizar actividades divertidas que no impliquen tomar alcohol.
- Evitar buscar una bebida **alcohólica** cuando se sienta estresado o molesto.



Universidad Interamericana
de Puerto Rico
Recinto de Barranquitas

Prevención

Abuso de Alcohol



<http://www.br.inter.edu>

Teléfono (787) 857- 3600

Exts. 2013, 2063 ó 2075

**Organización Estudiantes
Centro de Acceso a la
Información**

Definición

El **abuso de alcohol** es el consumo de alcohol excesivo o problemático. Puede convertirse en alcoholismo.



El **alcoholismo** es el abuso crónico de alcohol que tiene como consecuencia una dependencia física al alcohol (síntomas de abstinencia) y una incapacidad de dejar de beber o limitar la ingesta de alcohol.

Causas

Varios factores pueden contribuir al abuso de alcohol y al alcoholismo, incluso:

- Genes
- Presión social
- Tensión emocional
- Dolor
- Depresión y otros problemas de salud mental
- Comportamientos problemáticos con relación a la bebida, aprendidos a través de familiares o de amigos

Factores de riesgo

Estos factores aumentan sus probabilidades de desarrollar alcoholismo. Informe al médico si presenta alguno de los siguientes factores de riesgo:

- Sexo: masculino
- Miembros de la familia que abusan del alcohol
- Comenzar a consumir alcohol a una edad temprana

Consumo de drogas ilegales o medicamentos recetados para uso no médico

- Presión de los amigos

Acceso fácil a bebidas alcohólicas

- Trastornos psiquiátricos, como depresión o ansiedad
- Tabaquismo

Síntomas

Es común negar los problemas con el alcohol. El abuso de alcohol puede ocurrir sin que haya dependencia física.

Los síntomas del abuso de alcohol incluyen:

- Problemas constantes en el trabajo, la escuela o el hogar debido a la bebida
- Arriesgar la seguridad física
- Problemas recurrentes con la justicia, a menudo debido a conducir en estado de ebriedad

Los síntomas del alcoholismo incluyen:

- Deseo imperioso de beber
- Incapacidad de dejar la bebida o limitar su ingesta
- Necesidad de mayores cantidades de alcohol para sentir el mismo efecto
- Dejar de realizar actividades a fin de beber o recuperarse de los efectos del alcohol
- Continuar bebiendo aunque provoque o empeore problemas de salud
- Desear dejar de beber o reducir las cantidades ingeridas pero no lograrlo

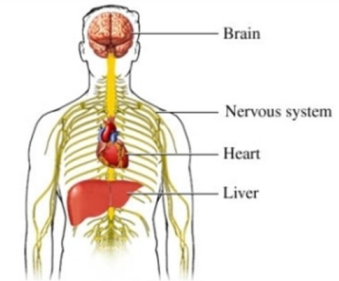
Los síntomas de abstinencia si se deja de ingerir alcohol incluyen:

- Náuseas
- Sudor
- Temblor
- Ansiedad
- Hipertensión
- Convulsiones

El alcoholismo puede producir daños en el cerebro, sistema nervioso, corazón, hígado, estómago, tubo digestivo y páncreas.



Algunos de los órganos afectados por el abuso de alcohol



© 2009

Nucleus Medical Media, Inc.

Diagnóstico

Los médicos formulan una serie de preguntas para evaluar la existencia de posibles problemas relacionados con el alcohol, como:

- ¿Ha intentado disminuir la cantidad que bebe?
- ¿Se ha sentido mal por beber?
- ¿Se ha incomodado debido a las críticas de otras personas con respecto a su ingesta de alcohol?
- ¿Bebe en la mañana para calmar sus nervios o para curar la resaca?
- ¿Tiene problemas con el trabajo, la familia o la justicia?

¿Conduce bajo la influencia del alcohol?

Pueden realizarse análisis de sangre para:

- Constatar la medida de los glóbulos rojos y verificar la presencia de una sustancia denominada transferina con deficiencia de carbohidratos
- Detectar enfermedades hepáticas relacionadas con el alcohol y otros problemas de salud