



# ALCOHOL Y ALCOHOLISMO

- El término "alcohol" se utiliza generalmente para designar al alcohol etílico que se obtiene por fermentación de azúcares y almidones.
- A concentración elevada, actúa produciendo la muerte celular, lo que hace que se le emplee ampliamente como antiséptico.
- El alcohol es un depresor-tranquilizante de acción intermedia con algunas características especiales: Sus calorías son "vacías", es decir, carecen de vitaminas, minerales o proteínas de valor biológico). Se requieren cantidades importantes para lograr un efecto; el gran volumen que se debe consumir es lo que hace al alcohol tan tóxico para el hígado, páncreas, corazón y cerebro.

# Efectos a corto plazo

- Efecto depresor o inhibidor sobre el sistema nervioso central.
- Alteraciones en la frecuencia cardiaca
- Aumenta la producción de ácidos en el estómago, irritando la mucosa gástrica.
- Aumenta la producción de orina, con pérdida de líquidos que puede llevar a un desajuste importante para el organismo.
- Las primeras células inhibidas son las de la corteza cerebral, en donde se encuentran las áreas de asociación, que podrían llamarse los guardianes del comportamiento social, porque albergan los centros del juicio, del autocontrol y otras inhibiciones aprendidas como parte de un proceso de socialización.

## Efectos a Largo plazo

- Destrucción del tejido nervioso (atrofia cerebral).
- Envejecimiento prematuro, deterioro del juicio, pérdida de la memoria e incapacidad para la concentración.
- Alteraciones motoras, como un habla enlentecida y una conducta semejante a la ebriedad sin haber bebido.
- Inflamación del hígado
- Cirrosis
- Hemorragias internas y dificultades de coagulación



## Efectos a Largo plazo

- Anemia intensa.
- Irritación de la mucosa del estómago
- Predispone a la alteración inmunológica, lo que aumenta la vulnerabilidad a la infección.
- Aumenta la predisposición a la atrofia testicular, y como consecuencia, a la impotencia permanente.
- Eleva la mortalidad por enfermedad coronaria,
- Propicia el cáncer hepático y aumenta el riesgo de cáncer a la boca, laringe y esófago.

# Efectos en el organismo

- **SANGRE:** aumenta la resistencia al flujo sanguíneo y puede provocar trastornos en el aparato circulatorio y hemorragias.
- **CEREBRO:** es excitante y sedante a la vez.
- **CORAZÓN:** aumenta el riesgo de sufrir infartos.
- **APARATO DIGESTIVO:** Aumenta hasta 18 veces el riesgo de contraer cáncer de boca, garganta o esófago. Inhibe la absorción de algunas vitaminas vitales como la B.
- **HÍGADO:** cirrosis hepática. Aparecen fibras y nódulos que colapsan el hígado y pueden causar la muerte del paciente.
- **SEXUALIDAD:** Los hombres pierden la potencia sexual y a las mujeres se les inhibe el deseo. Beber provoca grandes desarreglos hormonales y menstruales.

# ALCOHOL EN EL PAÍS

- 55% CONSUMO ALCOHOL ULTIMO MES: 4.146.773 PERSONAS.
- EL 23,8% BEBER PROBLEMA: 986.932 PERSONAS
- PREVALENCIA CONSUMO DE ALCOHOL ULTIMO MES POBLACIÓN 12-18 AÑOS: 30,82%.

- 53 COMUNAS TIENEN CIFRAS MAYORES DE PREVALENCIA DE BEBER PROBLEMA 23,8%.
- LAS COMUNAS DE MÁS ALTA PREVALENCIA DE CONSUMO DE ALCOHOL:

LOTA  
PUERTO MONTT  
CORONEL  
ANCUD  
CONSTITUCIÓN  
TOME  
PENCO

SUR DEL PAÍS



## EL USO FRECUENTE Y LA CANTIDAD DE CONSUMO DE ALCOHOL ENTRE ESCOLARES ES UN MOTIVO DE PREOCUPACIÓN

- El uso frecuente de alcohol entre escolares puede estimarse en alrededor de un 19%, que es la proporción que declara haber usado alcohol 5 o más días en el último mes, con una cifra que alcanza el 30% en Cuarto Medio.
- El 13% de los escolares reconoce que llegan a tomar 5 o más tragos en una salida de sábado por la noche (una cifra que alcanza al 22% de los alumnos de Cuarto Medio) y
- Un 18% declara haber tomado más de la cuenta y haberse emborrachado al menos una vez en los últimos 30 días (cifra que puede alcanzar hasta el 28% en Cuarto Medio).
- Debe recordarse que todas las medidas de abuso de alcohol están fuertemente conectadas con el uso de marihuana.

# CAUSAS DEL ALCOHOLISMO

- El alcoholismo es un fenómeno multifactorial complejo en el que intervienen factores de orden *químico, genéticos y social*.
- *Químico*, por las diversas reacciones que da al oxidarse.
- *Genéticos*, por que intervienen factores como la edad, el sexo, posible desorden genético etc.
- *Social*, por la cultura, educación, etc. del sujeto.

## MOTIVACIONES PARA BEBER

- Beber para enfrentar Emociones negativas
- Beber para enfrentar Situaciones difíciles
- Beber para enfrentar Molestias físicas
- Beber por placer
- Beber por hábito





# CLASIFICACIÓN BEBEDORES

**SE CONSIDERA BEBEDOR NORMAL A AQUELLA PERSONA QUE:**

1. Tiene 18 años o más.
2. Si es mujer, no está embarazada.
3. Consume una dieta balanceada y tiene un estado nutritivo normal.
4. Ingiere bebidas alcohólicas aprobadas por las autoridades sanitarias.
5. No presenta embriaguez patológica o idiosincrásica.

# CLASIFICACIÓN BEBEDORES

**SE CONSIDERA BEBEDOR NORMAL A AQUELLA PERSONA QUE:**

6. Ingiere alcohol sin consecuencias contingentes negativas para si mismo, ni para otros y sin presentar problemas con la justicia.
7. Consume bebidas alcohólicas sin perturbar la relación de pareja, ni la vida familiar, ni el rendimiento laboral.
8. No depende del alcohol para alegrarse, desinhibirse o comunicarse.
9. No presenta patologías que se agravan o descompensan con el alcohol.
10. Si bebe no se embriaga.

# CLASIFICACIÓN BEBEDORES



## BEBEDOR PROBLEMA SIN DEPENDENCIA

Consumo perjudicial:

- Forma de consumo que afecta la salud física y/o mental del individuo (ej: hepatitis o trastornos depresivos secundarios al consumo de alcohol).
- El consumo es frecuentemente criticado por terceros.
- El sólo hecho de que una forma de consumo sea criticada por terceros no basta para catalogarlo de consumo perjudicial.

# CLASIFICACIÓN BEBEDORES

## BEBEDOR PROBLEMA CON DEPENDENCIA

**Presencia en algún momento de los 12 meses previos o de un modo continuo de 3 o más de los rasgos siguientes:**

- a) Deseo intenso o vivencia de una compulsión a consumir alcohol.
- b) Disminución de la capacidad para controlar el consumo de alcohol: a veces para controlar el comienzo del consumo, y otras para terminarlo; o para controlar la cantidad consumida.
- c) Síntomas somáticos de un síndrome de abstinencia cuando el consumo de alcohol se reduce o cesa

# CLASIFICACIÓN BEBEDORES

## BEBEDOR PROBLEMA CON DEPENDENCIA

**Presencia en algún momento de los 12 meses previos o de un modo continuo de 3 o más de los rasgos siguientes:**

- d) Tolerancia: se requiere un aumento progresivo de la dosis de la sustancia para conseguir los mismos efectos que originalmente producían dosis más bajas.
- e) Abandono progresivo de otras fuentes de placer o diversiones a causa del consumo de alcohol, con aumento del tiempo necesario para obtener o ingerir la sustancia o recuperarse de sus efectos
- f) Persistencia en el consumo de la sustancia, a pesar de sus evidentes consecuencias perjudiciales

**El consumo de alcohol durante el embarazo aumenta el riesgo de contraer malformaciones fetales, dando lugar al síndrome alcohólico fetal (SAF).**

## **Síntomas de una familia con miembro alcohólico**

- Desconcierto y confusión
- Gran tensión y estrés
- Alteración de las normas
- Desconfianza y frustración
- Sentimientos de culpabilidad y reproches mutuos.
- El “secreto familiar”, la familia se aísla



# Como enfrentar el consumo de alcohol de un miembro de nuestra familia?

- Empezar a hablar del alcohol y del problema al interior de la familia, no guardar lo que ocurre.
- No sentir culpa de la enfermedad, porque nadie es culpable de que esto ocurra.
- El alcoholismo como todas las drogodependencias es una enfermedad
- Tener una actitud de ayuda y apoyo hacia el enfermo
- No te adaptes a los cambios que comienzan a ocurrir en la familia aparentando que todo está bien, o pensando que todo se solucionará.

# Como enfrentar el consumo de alcohol de un miembro de nuestra familia?

- No encubras los problemas que tu familiar experimenta a causa del alcohol, facilitando sus problemas ni responsabilizándote por su bienestar. Si lo haces, estarás facilitando que el alcohol “se quede a vivir” entre ustedes, convirtiéndose en un “gran dictador”.
- Infórmate sobre la enfermedad del alcoholismo y procura que tus hijos también tengan información adecuada para su edad, para que puedan entender lo que ocurre.
- Intenta mantener firmemente las costumbres y las normas que siempre han existido en la casa. ( horarios, comidas, etc. )
- Siempre es importante hablar del problema y pedir ayuda: no lo calles, compártelo.



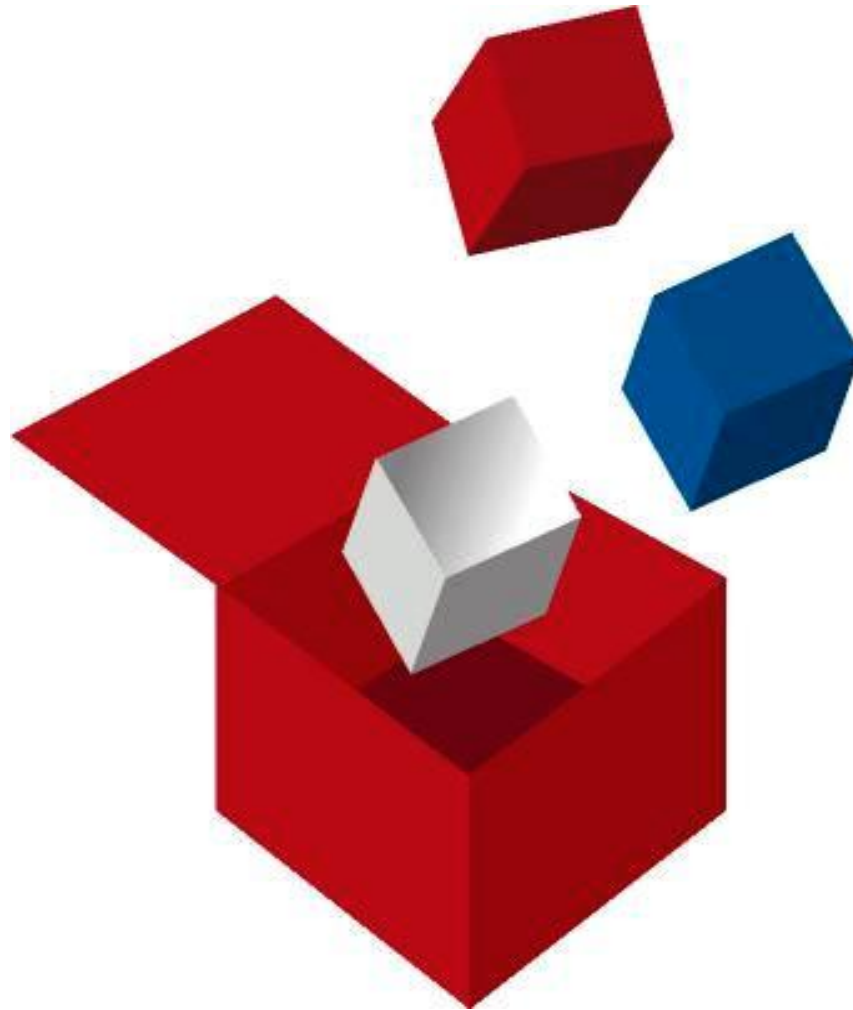
# SESIÓN 12: SOMOS EL MOTOR DE LA FAMILIA

- Es muy importante valorarnos, apreciarnos y sentirnos orgullosos de nosotros mismos y satisfechos por nuestros logros. Cuando sentimos que hacemos bien las cosas, logramos alguna meta o sueño, esto nos hace sentir cuanto valemos.
- Reconocer y vivir mis cualidades me permite confiar en mi mismo y sentirme capaz de enfrentar y resolver las diferentes situaciones del diario vivir con mayor tranquilidad.
- Para mi familia soy importante, y las cualidades que hoy reconozco en mí, son mis principales herramientas para construir mi familia. Cuando puedo reconocer y valorar mis cualidades o herramientas puedo ayudar a los otros a mirar, reconocer y destacar sus aspectos positivos.



# SESIÓN 12: SOMOS EL MOTOR DE LA FAMILIA

- Cuando uno de los integrantes de mi familia manifiesta que necesita ayuda, o me doy cuenta de ello, busco entre todas mis cualidades, la que ayudaría a mi familiar a resolver su problema, recurro a los demás miembros de la familia, amigos, vecinos y/o las instituciones que me puedan ayudar.
- Para mí es muy importante cultivar y regalar a mis vecinas, familiares, vecinos, ellos han sido mi apoyo en muchos momentos de mi vida pero especialmente, en los difíciles.
- Es muy importante conocer todos los beneficios que me ofrecen las instituciones como: el municipio, la escuela, la junta de vecinos, el consultorio, el Conace entre otros.



**WWW. CONACEDROGAS.CL**

**FONODROGAS 188 800 100 800**