

# Sobredosis de Alcohol



## ¿Que es una sobredosis de alcohol?

Se sabe que el consumo de alcohol puede causar dificultades en la toma de decisiones, las habilidades motoras y el habla. Cuanto mas bebe una persona, más fuertes son estos efectos.

La sobredosis de alcohol, también conocida como intoxicación alcohólica, ocurre cuando la concentración de alcohol en sangre (BAC) de una persona es tan alta que las áreas del cerebro encargadas de las funciones basicas de la vida comienzan a fallar. Las principales areas que se apagan controlan la temperatura corporal, la frecuencia cardíaca y la respiración.

Muchos factores determinan qué BAC es fatal para cada individuo. Sin embargo, un nivel de alcohol de 0.30 o superior suele ser potencialmente mortal.

## ¿Cuales son los sintomas de una sobredosis de alcohol?

La sobredosis de alcohol puede ser potencialmente mortal. Ser capaz de reconocer las señales puede ayudar a salvar una vida. Entre ellas se encuentran:

- Confusión
- Piel sudorosa
- Respuestas apagadas (como la ausencia de reflejo nauseoso)
- Baja teperatura corporal
- Vómitos
- Ritmo cardíaco lento
- Respiración lenta (<8 respiraciones/minuto)
- Respiración irregular (10+ segundos entre respiraciones)
- Convulsiones
- Dificultad para mantenerse consciente o incapacidad para despertar

## La sobredosis de alcohol es una emergencia

Si se sospecha que alguien ha sufrido una sobredosis, llame al 911 inmediatamente. Después de llamar, lo mejor es recopilar cualquier información relevante. Esto incluye:

- Qué estaban bebiendo y cuánto.
- Cualquier otra sustancia o medicamento tomado.
- Condiciones de salud y alergias existentes.

- La sobredosis de alcohol ocurre cuando la sangre de alguien La concentración dealcohol es tan alto, partes del cerebro comienzan a apagarse
- La sobredosis de alcohol siempre es una emergencia. Llama al 911 inmediatamente si sospechas que tienes una sobredosis
- Existen muchos factores que influyen en el riesgo de una sobredosis de alcohol, entre ellos, edad, género y otros medicamentos o sustancias.
- La mejor manera de prevenir la sobredosis de alcohol es evitar o minimizar el consumo.

Es importante permanecer con la persona, especialmente si le cuesta mantenerse consciente. Colóquelo de modo que quede erguido. La sobredosis de alcohol detiene el reflejo nauseoso, cual propósito es el de prevenir que se ahogue. Si vomita, es importante inclinarlo hacia adelante, o si está tumbado, colocarlo de lado para evitar que se ahogue. Si sigue despierto, es mejor intentar mantenerlo despierto el mayor tiempo posible.

Siempre es mejor actuar con precaución. Si se sospecha una sobredosis de alcohol, es importante buscar ayuda. Aunque alguien no esté seguro de si otra persona está lo suficientemente intoxicada como para estar en peligro, lo mejor es llamar de todos modos. Las consecuencias de no buscar ayuda para alguien que la necesita son peores que pedir ayuda cuando no la necesitan.



**CONNECTICUT  
Clearinghouse**  
a program of the Connecticut Center  
for Prevention, Wellness and Recovery

**800.232.4424 (teléfono)**  
**[www.ctclearinghouse.org](http://www.ctclearinghouse.org)**

Una biblioteca y centro de recursos sobre alcohol, tabaco, otras drogas, salud mental y bienestar

## Factores de riesgo para la sobredosis de alcohol

Muchos factores pueden influir en el efecto del alcohol en una persona y en su riesgo de sobredosis. Muchos de ellos afectan cómo el cuerpo absorbe y descompone el alcohol.

- Edad
- Sensibilidad (o tolerancia) al alcohol
- Género
- Cantidad de comida ingerida
- Velocidad de consumo
- Medicamentos

El consumo excesivo de alcohol es un factor de riesgo para la sobredosis de alcohol. El consumo excesivo de alcohol se clasifica como el acto de consumir grandes cantidades de alcohol en un corto periodo de tiempo, llevando el nivel de alcohol de una persona al .08% o más.

Consumir otras sustancias, especialmente opioides y benzodicepinas (por ejemplo, Xanax), también aumenta el riesgo de sobredosis. Combinar sustancias intensifica los efectos de ambas, lo que puede provocar una sobredosis incluso con una pequeña cantidad.

## ¿Cómo se trata la sobredosis de alcohol?

El tratamiento para la sobredosis de alcohol suele realizarse en un entorno de urgencias y consiste principalmente en cuidados de apoyo. Esto significa que los profesionales médicos intentan controlar los síntomas y minimizar las complicaciones.

El objetivo principal del tratamiento es mantener funciones vitales, como la respiración y la cardiovascular. Algunos métodos de tratamiento incluyen la administración de líquidos intravenosos y la administración de glucosa si el nivel de azúcar en sangre de la persona es bajo.

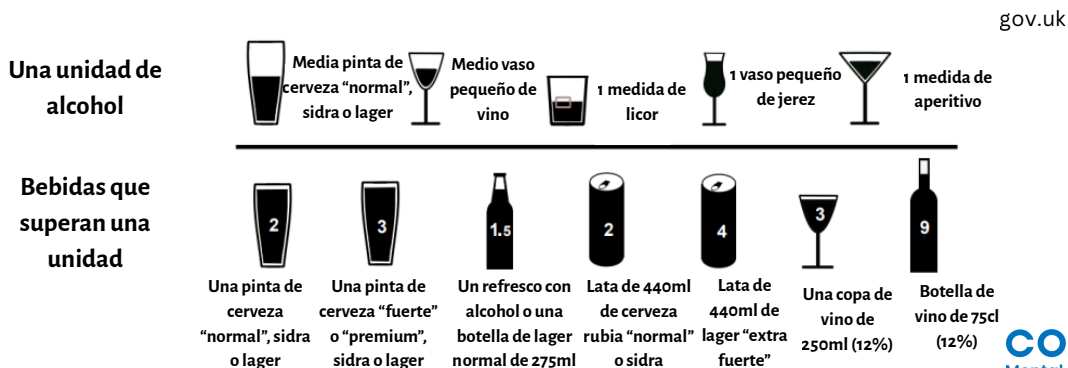
Una vez que la persona ya no está intoxicada, el personal puede evaluarla por un trastorno por consumo de sustancias y recomendar los siguientes pasos.

## Evitar una sobredosis de alcohol

La única forma 100% efectiva de evitar una sobredosis de alcohol es no consumir alcohol. Sin embargo, si una persona aún desea beber, es importante ser consciente de la cantidad que se consume.

Consumir grandes cantidades de alcohol de una vez puede aumentar el riesgo de sobredosis. Es importante recordar que el alcohol no siempre se sirve siguiendo una unidad estándar. Una unidad tiene un aspecto diferente según el tipo de alcohol consumido, y muchas consumen más que una unidad estándar sin darse cuenta.

### Referencia de la Unidad de Alcohol



**CONNECTICUT**  
Mental Health & Addiction Services

## Recursos de Connecticut

### Departamento de Salud Mental y Servicios de Adicciones de Connecticut

[www.ct.gov/DMHAS](http://www.ct.gov/DMHAS)

### CT Más Fuerte

<https://ctstronger.org/alcohol-use-disorder/>

### Connecticut Sin Drogas

<https://www.drugfreect.org/>

### Línea de atención 24/7

1.800.563.4086

### 2-1-1 de Connecticut

[www.211ct.org](http://www.211ct.org) or call 2-1-1

## Recursos Nacionales

### Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias

[www.samhsa.gov](http://www.samhsa.gov)

### Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA)

[www.nida.nih.gov](http://www.nida.nih.gov)

### NInstituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y el Alcoholismo

<https://www.niaaa.nih.gov>