

# Alcohol

A Library and Resource Center on Alcohol, Tobacco, Other Drugs, Mental Health and Wellness



El alcohol es un depresivo que proviene de fuentes orgánicas incluso uvas, granos y bayas. Éstas se fermentan o destilan hasta formar un líquido.

El alcohol afecta todo el cuerpo. Se transporta en la sangre hacia el cerebro, el estómago, los órganos internos, el hígado, los riñones, los músculos, en fin, a todas partes. Se absorbe rápidamente (toma tan poco como 5-10 minutos) y puede permanecer en el cuerpo durante varias horas.

El alcohol afecta el sistema nervioso central y el cerebro. Puede hacer que las personas se tranquilicen, se relajen y se sientan más cómodas o puede volverlas más agresivas.

Desgraciadamente, también reduce las inhibiciones, lo que puede dar paso a una conducta peligrosa o embarazosa. El alcohol es una droga y su consumo es legal sólo para personas mayores de 21 años.

Según la Administración de Abuso de Sustancias Controladas y Servicios de Salud Mental (SAMHSA, por sus siglas en inglés), 2.6 millones de jóvenes desconocen que una persona puede morir de una sobredosis de alcohol. El envenenamiento por alcohol ocurre cuando una persona ingiere grandes cantidades de alcohol en un periodo corto de tiempo.

## Un trago estándar consiste en:

- Una botella de cerveza o bebida a base de vino (wine cooler) de 12 onzas
- Una copa de vino de 5 onzas
- 1.5 onzas de un licor de 80 grados



## PELIGROS PARA LA SALUD

- Las personas que comienzan a beber antes de los 15 años tienen una probabilidad cuatro veces mayor de desarrollar una dependencia al alcohol que aquellas que esperan hasta cumplir 21 años. Cada año adicional que no beba reduce la probabilidad de dependencia de alcohol en 14 por ciento.
- Los adolescentes que toman alcohol en exceso tienen los mismos riesgos de salud a largo plazo que los adultos que toman alcohol en exceso. Esto significa que tienen un riesgo mayor de desarrollar cirrosis del hígado, pancreatitis, derrame hemorrágico y ciertos tipos de cáncer.
- Los adolescentes que usan alcohol tienen una mayor probabilidad de estar sexualmente activos, lo que los coloca en un riesgo mayor de contagiarse con infecciones sexualmente transmisibles o adquirir VIH.
- Un estudio demostró que los estudiantes diagnosticados con abuso de alcohol tenían una probabilidad cuatro veces mayor de sufrir depresión que los que no tenían un problema de alcohol.
- Se ha asociado el consumo del alcohol entre los adolescentes con planificar, intentar o completar un suicidio.