

TEMA 3 L'ALCOHOLISME

28-10-1999

3.1._QUÈ ÉS L'ALCOHOLISME?

És un comportament en la ingestió repetida de begudes alcohòliques. L'alcoholic és incapaç d'exercir control damunt ell mateix. No pot controlar la possibilitat d'abstinència, com una vegada començat, poder aturar de beure.

3.1.1._ La tolerància

És un fenomen pel qual l'individu necessita quantitats progressivament majors d'alcohol per obtenir abans en quantitats menors. Aquesta tolerància es desenvolupa per l'exposició a alcoholèmies elevades. L'individu apren a reaccionar d'una manera més efectiva als efectes de l'alcohol, exercint un control i una vigilància del propi comportament en estat de gatera.

3.1.2._ La dependència física

La dependència física i psíquica que produeix l'alcohol es caracteritza per una necessitat continua de beure alcohol per experimentar els seus efectes psíquics i evitar molèsties produïdes per la seva absència.

3.1.3._ El síndrome d'abstinència

L'interrupció de begudes alcohòliques, després d'un temps de dependència física, provoca els síndromes de l'abstinència. Aquests símptomes poden ser lleugers com irritabilitat i mal humor, com greus com mareig, suor, visió nuvolada, ansietat, hiperactivitat motora, etc.

En un individu que beu habitualment, els símptomes d'abstinència solen apareixer als matins al despertar-se, unes hores després d'interrompre la beguda. Això condueix a una incapacitat de limitar el conreu de l'alcohol per la necessitat d'evitar els símptomes. Les preocupacions i comportament estan centrats en la beguda, es preocupen d'aconseguir-ne, i d'ocasions per beure.

Aquest conjunt de fenòmens constituïts per la tolerància, la dependència física i símptomes d'abstinència, és el que es denomina alcoholisme.

3.2._PER QUÈ ES BEU?

Segons les declaracions dels estudis, l'alcohol es beu per distints propòsits a distíntes hores:

- Perque em dona confiança en mi mateix. Aquest motiu sol emprar-se en moments especials en la vida d'una persona (davant un discurs, un examen...)
- Perque m'agrada el seu gust. A alts nivells d'alcohol en sang, es perd la capacitat de distingir distints sabors.
- Perque em fa sentir bé. Quan a una persona li falta l'alcohol per sentir-se bé, es que té problemes.
- Per celebrar alguna cosa.És una raó que repeteix la gent massa sovint.
- Per oblidar preocupacions. Moltes persones s'engaten sovint per oblidar els seus problemes, i l'únic que

s'aconsegueix és tenir-ne més perquè et fa sentir deprimat.

–Perquè em conviden a beure els meus amics i companys. Normalment les persones que beuen molt arrastren a les persones que saben beure amb moderació, i la majoria de vegades ho aconsegueixen.

–Per calmar-me i relaxar-me. Sovint quan un està nerviós el primer que demana és una copa per tranquil·litzar-se. L'alcohol té l'efecte contrari.

–Perquè hi ha ocasions en que seria de mala educació no beure. Un no gbeu, hauria de ser tan acceptable com un no fum.

–Perquè en reanima. Una quantitat petita d'alcohol (una o dues copes) són estimulants en un principi, però més alcohol et fa sentir depressiu.

–Perquè fa sentir-me bé amb la gent. La timidesa d'algunes persones fa que utilitzin l'alcohol per animar-se i poder conversar amb més confiança.

3.3._ PER QUE SERVEIX L'ALCOHOL

Es diu que l'alcohol serveix per combatre el fred. La persona que ha begut alcohol té una vasodilatació perifèrica augmentada, amb major quantitat de sang. La seva pell es torna vermella, i s'encalenteix, i a través de la pell es produeix una pèrdua de calor i això disminueix amb el temperatura interior del cos. Per tant, l'alcohol no sols no s'enveia per combatre el fred sinó que a més, refreda. Són molt freqüents els constipats i infeccions respiratòries en persones que han begut molt.

Es diu que l'alcohol dona forces pel treball físic. El múscul no utilitza mai alcohol pel seu treball. Això només és una sensació subjectiva per la seva acció damunt el sistema nerviós, que impedeix sentir la fatiga que després reapareix. A més això, produeix un retard dels reflexos per la fatiga acumulada i no sentida.

Es diu que l'alcohol estimula la gana. Alguns vins i aperitius duen substàncies estimulants que produeixen sensació de gana. El problema greu apareix quan això s'utilitza en nins desganats per desenvolupar el seu creixement.

3.4._QUÈ PASSA AMB L'ALCOHOL QUE ES BEU?

3.4.1._ On va l'alcohol?

Quan l'estómag està buit, l'alcohol l'atravessa molt ràpidament i passa a l'intestí, i d'allà a la sang en menys de trenta minuts.

Si l'estómag està ple l'alcohol arriba a la sang lentament. L'alcohol no és transformat per l'estómag amb els aliments, sinó que passa directament a la sang, i d'allà als diferents teixits de l'organisme. Però és únicament al fetge on es crema.

3.4.2._ Què és l'alcoholèmia?

L'alcoholèmia és la quantitat d'alcohol que hi ha a la sang després d'haver begut. En dejuni l'alcoholèmia puja ràpidament i a més tarda molt de temps en baixar. Si es geu durant els menjars, l'alcoholèmia és més baixa i disminueix ràpidament.

El límit d'alcoholèmia per conduir és de 0.25g.alc./l de sang. La negativa a fer-se proves d'alcoholèmia per part dels conductors es considera delictiu i es pot anar a la presó.

3.4.3._ L'eliminació de l'alcohol

Beure alcohol de manera continuada i en intervals curts, fa que les alcoholèmies s'acumulin i pugin a nivells molt alts. El millor per contrarestar aquest efecte ajudant a crear l'alcohol és una alimentació adient.

3.5._ CONSEQÜÈNCIES DE L'ALCOHOL

3.5.1._ Físiques

- L'alcohol irrita l'estomag i produeix gastritis.
- Perdua de la gana, vòmits, oi i desequilibris nutritius.
- Hepatitis i cirrosis.
- Cancer de diferents òrgans (esòfag, estomag, pancrees...)
- Alteracions cardiovasculars
- Anèmies i avitaminori

3.5.2._ Psíquics

- Canvis de caràcter que fan que la persona torni fàcilment irritable i de mal humor. Aixó complica la convivència amb ell.
- Confusions, al·lucinacions...
- Lesions cerebrals definitives i deteriorament de les capacitats intel·lectuals.

3.5.3._ Socials, familiars i laborals

- Absentisme laboral després del cap de setmana. Perdua de la qualificació professional i de la feina.
- Retrets, discussions, agresions i gelosies formen part de cada dia.
- L'alcohol és responsable d'avortaments, parts abans d'hora i dinfants amb greus malformacions.
- Molts suïcidis es produeixen en estat d'intoxicació etílica aguda, així com moltes conductes antisocials i delictives.

3.6._L'EMBRIAGUESA

L'embriaguesa és una intoxicació etílica aguda. És un fet molt habitual i conegut a la nostra societat. Els dejunis i els medicaments augmenten la sensibilitat a l'alcohol.

1ra fase: la persona està eufòrica, ànim exaltat i se sent segura. La coordinació disminueix.

2na fase: els reflexes estan alterats, més descoordinació i incoherència verbal.

3ra fase: dificultats d'equilibri, pèrdua de l'estabilitat, visió nuvolada i doble. Hi pot haver vòmits.

4ta fase: la persona cau i pot entrar en un somni de coma, arribant inclús a la mort.

NO S'HA DE CONFONDRE UNA INTOXICACIÓ ETÍLICA AGUDA AMB L'ALCOHOLISME.