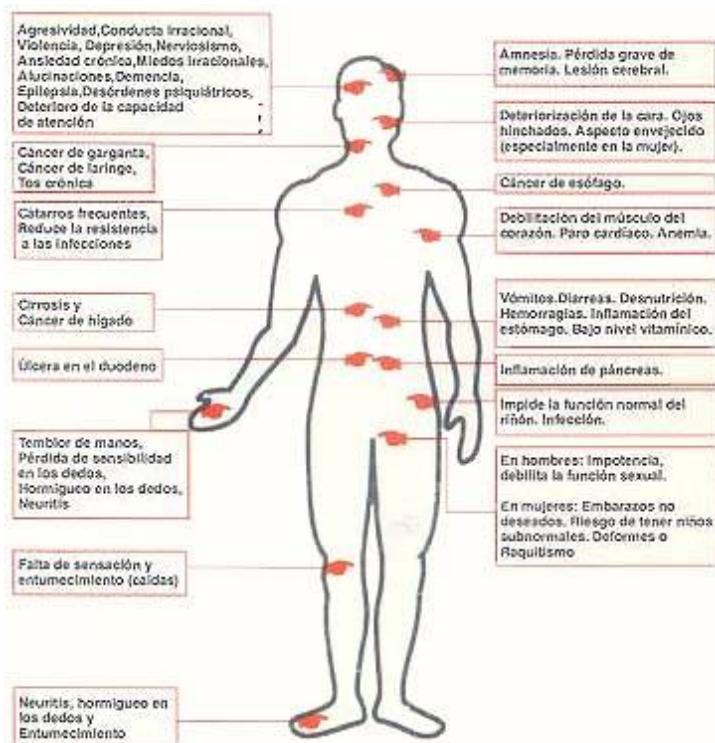


TRABAJO SOBRE EL ALCOHOL



INDICE

Introducción 4– 5

CONDUCTAS DE CONSUMO Y TIPOS

DE PROBLEMAS ASOCIADOS 6

Problemas por consumo en cantidades elevadas y de forma habitual 7– 9

Problemas derivados por consumo de alcohol fuera de la norma 10

Problemas por consumo en situaciones no aceptables. 11

Problemas motivados por consumidores con

Una especial implicación subjetiva 12

CONCLUSIÓN 13–14

Introducción

El abuso del alcohol constituye un grave problema de salud física, psíquica o social, en bebedores ocasionales, habituales, excesivos o alcohólicos.

El alcoholismo es una "droga dura", muy perjudicial para la salud del alcohólico y para la sociedad. Un 10% de la población tiene problemas con el alcohol y un 70% lo consume con asiduidad; un tercio de los jóvenes gastan el 90% de su dinero en alcohol; de un 10 a un 15% de las consultas de medicina y urgencias generales y, entre un 25 y un 50% de los accidentes de tráfico, de los suicidios y de los accidentes familiares, tienen su origen en un consumo excesivo del alcohol.

Los estudios e investigaciones realizados en los últimos años han modificado el ámbito de los efectos perjudiciales de las bebidas alcohólicas, ampliándose al entorno social del alcohólico o bebedor ocasional. Desde esta óptica, los efectos deletéreos del alcohol comprenderán un grupo heterogéneo de problemas de salud de índole física, psíquica o social, derivados del consumo del alcohol de manera regular o puntual y por bebedores ocasionales, habituales, excesivos o alcohólicos.

Casi el 20% del alcohol que entra en el cuerpo llega directamente a la sangre, a través de las paredes del estómago y del intestino delgado. La velocidad de incorporación del alcohol a la sangre depende de la graduación de la bebida, de los alimentos ingeridos y de la mezcla de bebidas. En especial la mezcla de alcohol con una bebida carbónica acelera el proceso de asimilación.

El alcohol es una sustancia tóxica que necesita ser sintetizada y desechada por el organismo. Una pequeña parte se elimina por la respiración, el sudor y la orina, pero el órgano primordial de desintoxicación es el hígado, que puede ver alterado su funcionamiento y degenerar e una cirrosis, tan frecuente entre los bebedores. Por otra parte, el alcohol estimula al corazón que late más deprisa, dilata los vasos sanguíneos de la piel y actúa sobre los riñones como un diurético.

Pero los efectos del alcohol no los sufren sólo los bebedores sino otros sujetos pasivos, en particular la gente de su entorno. Surge así el concepto de universalidad, es decir, cualquier persona puede sufrir los problemas relacionados con el alcohol, rompiendo el prejuicio de que la bebida solamente es perjudicial para el alcohólico. Podemos, pues, hablar más ampliamente de efectos deletéreos del alcohol, haciendo referencia al daño en la salud de un individuo o al deterioro en su adaptación social y familiar, provocados por el consumo de alcohol, ya sea agudo o crónico.

De una manera general está firmemente establecido que el consumo excesivo y puntual de alcohol se asocia a una serie de patologías como pueden ser arritmias, gastritis, pancreatitis, hepatitis aguda, enfermedades vasculares, crisis epilépticas, desórdenes metabólicos, disfunciones sexuales (impotencia), muertes por sobredosis y accidentes.

El alcohol ingerido de forma más continua tiene un importante papel etiopatogénico en patologías médicas crónicas, como son patología cardiovascular (hipertensión arterial, miocardiopatías), patologías digestivas (hepatitis crónicas, cirrosis, pancreatitis agudas y crónicas), patología neurológicas (accidentes vasculares, polineuritis, encefalopatías), aparición de cánceres, alteraciones metabólicas y endocrinológicas y lesiones fetales. Desde el punto de vista psicológico el alcohol afecta a las funciones cognitivas y psicomotoras, produce conductas auto agresivo y heteroagresivas y diversos trastornos mentales. Desde una dimensión social deberíamos contemplar los problemas laborales (disminución de rendimiento, absentismo, paro, accidentes laborales), familiares (descuido de la familia, carencias afectivas, violencia y malos tratos) y problemas legales (delitos, agresividad).

CONDUCTAS DE CONSUMO Y TIPOS DE PROBLEMAS ASOCIADOS

De una manera simplista y esquemática se puede asociar a cada tipo de conducta de consumo un tipo de problema relacionado con el alcohol:

. Al consumidor de alcohol en cantidades elevadas y de forma habitual se le asocian problemas somáticos crónicos, psiquiátricos y de dependencia.

- . El consumidor de alcohol fuera de la norma desarrolla problemas familiares, sociales y legales.
- . El bebedor en situaciones no aceptables deriva en problemas de accidentes y también problemas de índole legal.
- . Por último, el consumidor de alcohol por una especial implicación subjetiva desarrolla problemas de intoxicación y de dependencia.

Problemas por consumo en cantidades elevadas y de forma habitual:

Trastornos digestivos : esofagitis, estenosis pépticas y úlceras esofágicas en el tercio inferior del esófago, náuseas y vómitos, lo que aumente la posibilidad de hemorragias ; gastritis crónicas que se manifiestan por la inflamación de la mucosa gástrica, contribuyendo a la mala absorción de los alimentos y que favorecen el desarrollo de cáncer gástrico ; alteraciones de la motilidad intestinal y diarreas ; deficiencias nutricionales por mala absorción de vitaminas B y ácido fólico ; pancreatitis agudas y crónicas, inflamación aguda del páncreas, proceso que, en los casos más graves, puede acabar con la vida del alcohólico ; hepatitis alcohólica, enfermedad con un espectro clínico muy amplio y cirrosis hepática, proceso degenerativo en el cual los hepatocitos –células funcionantes del hígado– van siendo sustituidos por tejido fibroso –no funcionante–, originando una insuficiencia hepática, muy seria y complicada de tratar.

Trastornos cardiovasculares: las lesiones producidas en el aparato cardiovascular, tanto por consumidores crónicos como puntuales son las arritmias, que pueden producir la muerte súbita, la cardiopatía isquemia silente, la hipertensión arterial, los accidentes cerebro–vasculares agudos, y las miocardiopatías alcohólicas, que se producen por la ingesta prolongada de alcohol y que se manifiesta por una disfunción cardíaca con arritmias o cuadros de insuficiencia cardíaca congestiva. Son todos ellos trastornos muy graves.

Trastornos hematológicos: la ingestión crónica de alcohol produce alteraciones hematológicas que se pueden detectar en atención primaria y que con tratamientos sintomáticos y abstinencia se curan en su mayoría; las mas corrientes son: macrocitosis, trombopenia, leucopenia y anemias carenciales.

Trastornos osteomusculares: los bebedores alcohólicos crónicos presentan patologías musculares tales como la miopatía alcohólica aguda, que puede derivar en una insuficiencia renal aguda y que produce fuertes dolores musculares en las extremidades, la pelvis y el tórax; miopatías alcohólicas crónicas, que se manifiestan con debilidad y atrofia muscular; y osteoporosis, que se manifiesta por fracturas espontáneas, sobre todo a nivel costal.

Trastornos metabólicos: hipoglucemia no diabética que puede llegar a insólito–dependiente, carencias de magnesio, fósforo, selenio y zinc, y aumentos de hierro, cobre y plomo.

Infecciones: el consumo de alcohol es un factor de riesgo importante para contraer infecciones por su efecto inmunosupresor: hepatitis B y C, neumonías, tuberculosis pulmonar y extrapulmonar, peritonitis bacteriana espontánea, endocarditis y meningitis bacteriana.

Cáncer: Se ha relacionado el consumo del alcohol con un aumento de tumores de la cavidad oral, faringe, laringe, esófago, hígado, recto, colon y mama.

Trastornos neurológicos y psiquiátricos : neuropatías, afectación del sistema nervioso periférico que se manifiesta por dolor y sensación de hormigueo en las pantorrillas, manos y brazos, lesiones del nervio óptico, impotencia, palpitaciones, trastornos de los esfínteres, sudoración, etc. ; encefalopatías, síndrome de Wernicke–Korsakoff, cuadro neurológico originado por un déficit de tiamina en pacientes

con consumo crónico, comienza con un cuadro de poli neuropatía, excitación y confusión; si no se trata adecuadamente deriva hacia un cuadro amnésico con graves alteraciones de la memoria ; deterioros psicoorgánicos, cuadros transitorios de pérdida de memoria con reacciones de ansiedad ; con el consumo crónico los deterioros se acentúan pudiendo llegar a cuadros de demencia irreversible, si no se trata a tiempo ; trastornos psicóticos, alucinosis alcohólica, que se presenta generalmente cuando se abandona o se reduce la ingesta, y celotipia alcohólica, que agrupa un espectro de trastornos paranoides ;otros trastornos psiquiátricos son los trastornos depresivos que pueden requerir tratamiento psicológico y psiquiátrico, y trastornos de ansiedad que conducen hacia la tolerancia y la abstinencia y, finalmente, hacia la dependencia; también se producen cuadros de insomnio, tanto con el consumo excesivo como cuando se inicia la abstinencia.

Dependencia del alcohol: la dependencia alcohólica debe ser entendida como una relación anómala entre el bebedor y el alcohol. Aparece por consumos altos y prolongados de bebidas alcohólicas y se manifiesta por una necesidad irresistible de la adquisición y consumo de la bebida, un uso compulsivo del alcohol y repetidas recaídas. El beber se convierte en la máxima prioridad y la vida se estructura alrededor de la bebida.

En el síndrome de dependencia habría que considerar tres factores : el factor alcohol, con consumos altos y prolongados, es requisito indispensable para desarrollar la dependencia ; el factor individual derivado de una vulnerabilidad biológica, bien por antecedentes familiares, anomalías cognitivas, alteraciones neurofisiológicas y rasgos específicos de la personalidad del bebedor que busca altas sensaciones, necesidad de recompensa, evitación del castigo, impulsividad y expectativas ante el consumo, que favorecen la dependencia ; por último el factor contextual, cultural o social, que se manifiesta por la accesibilidad y disponibilidad de bebidas alcohólicas, el consumo por parte de los iguales y la actitud y norma de la sociedad ; así se sabe que determinadas profesiones penosas, las que implican un contacto con el público y los trabajadores rurales, parecen especialmente expuestas al síndrome de dependencia.

El escollo más importante a salvar, en principio, es que el bebedor acepte esta dependencia como una relación anómala entre él y el alcohol, que conlleva una pérdida de control sobre la bebida y las complicaciones que origina y que se repetirá cada vez que vuelva a beber, por lo que será necesario el tratamiento de su problema que ha de basarse en la abstinencia absoluta. El proceso de desintoxicación es largo y complicado, aparece el síndrome de abstinencia con cefaleas, mareos, agitación, ansiedad, anorexia, náuseas, vómitos, temblores, convulsiones, insomnio y alucinaciones, pudiendo llegar al *delirium tremens*, trastorno mental grave caracterizado por la afectación de la conciencia, con obnubilación, desorientación, alucinaciones visuales y otros síntomas graves. La desintoxicación requiere tratamiento médico y se basa en tres aspectos principales: hidratación, vitaminoterapia y sedación.

Problemas derivados por consumo de alcohol fuera de la norma.

A las conductas de consumo denominadas fuera de la norma se le asocian problemas de índole familiar, social o legal. El consumo del alcohol está regido por un conjunto de normas y actitudes sociales que delimitan la bebida normal. Valorar las anormalidades exige conocer las leyes que rigen el consumo de la sociedad para distinguir entre el consumo normal y el abuso. En cualquier caso, el consumo fuera de la norma se traduce en problemas familiares, con discusiones, peleas y agresiones a los familiares, destrozos de bienes materiales y abusos sexuales ; complicaciones laborales, derivadas de accidentes laborales, disminución del rendimiento en el trabajo y bajas laborales repetidas ; y complicaciones legales que tienen su fundamento en hurtos, falsificaciones, desfalcos, peleas y destrozos de bienes, delitos contra la moral pública y delitos sexuales.

Problemas por consumo en situaciones no aceptables.

El consumo de alcohol en situaciones no aceptables, no se deriva de un consumo excesivo o no normativo, sino que procede de que se bebe en situaciones en las que lo adecuado sería la abstención ; es el caso de tomar alcohol en el trabajo, por mujeres embarazadas, en situaciones de peligro físico o mientras se conduce. Hay que destacar que los accidentes se producen más en personas que consumen alcohol sólo esporádicamente. El consumo en situaciones no aceptables puede derivar en complicaciones legales.

Problemas motivados por consumidores con una especial implicación subjetiva.

El consumo de alcohol por este tipo de consumidores puede producir intoxicaciones y dependencia. Estos individuos necesitan beber para reducir tensiones, adquirir confianza, aumentar su autoestima, liberarse, y, en general, compensar sus insuficiencias con la bebida. Perciben que han perdido la naturalidad y la libertad que tenían ante el consumo y aparecen sentimientos imperiosos, deseos intensos o ansias, que en ocasiones conducen a pérdidas de libertad por la pérdida de control ante la bebida y llegan a la intoxicación y a la dependencia.

CONCLUSIÓN

El abuso del alcohol genera un grupo muy amplio de problemas de salud, de índole física, psíquica o social, asociados tanto a consumos puntuales como regulares. Determinados problemas requieren un contacto prolongado con el alcohol, mientras que otros se vinculan con consumos más esporádicos.

Los efectos deletéreos del alcohol no los sufren sólo los consumidores habituales, tienen un concepto de universalidad, al afectar al resto de la sociedad, principalmente, a las gentes del entorno.

Beber es un hecho social y cultural. El alcohol tomado con moderación puede que tenga algunos efectos positivos, además de cumplir una función social; un consumo moderado y no habitual por sujetos maduros y sin alteraciones importantes, en especial durante las comidas, no tiene que plantear, en principio, ningún problema. La dificultad consiste en diferenciar lo que denominamos bebida prudente de la bebida de riesgo, ya que ello nos obliga a valorar a cada sujeto en múltiples factores: psicológicos, cantidad de alcohol consumido, patrón de consumo, factores contextuales, situacionales y marco cultural.

La sociedad tiene una tolerancia con el alcohol que no tiene con ninguna otra droga. Y no debemos dudar que el alcohol es una droga dura, empleando la terminología popular, que puede ser muy perjudicial para la salud.

Según estudios fiables se calcula que entre un 8 y un 10% de la población occidental tiene problemas con el alcohol. En España el número de alcoholícos se estima entre 3 y 4 millones. Cerca de un 70% de la población española consume alcohol en cantidad variable y con asiduidad; los abstemios se estiman en un 20%. Un tercio de los jóvenes gastan la tercera parte de su dinero en alcohol.

El 15% de las consultas de medicina general, entre el 20 y el 30% de la población que ingresa en un hospital, el 20% de las urgencias psiquiátricas y el 15% de las urgencias generales, están relacionadas con el abuso del alcohol. Además este abuso del alcohol es más o menos responsable de entre el 25–50% de los suicidios, del 50% de los accidentes de circulación, del 40% de los actos delictivos, del 10% de las bajas laborales, del 15% de fallecimientos por accidentes laboral y del 40% de los accidentes domésticos.