

Alcoholismo: ¿qué enfermedades pueden desencadenar el consumo de alcohol, aunque sea moderado?

- Los especialistas consideran que ningún tipo de consumo de alcohol, ni el moderado, son seguros y recomendables.



Alcoholismo: ¿qué enfermedades pueden desencadenar el consumo de alcohol, aunque sea moderado?

Medicina Interna Responde el doctor

<https://www.levante-emv.com/salud/guia/2022/01/01/alcoholismo-enfermedades-originar-consumo-alcohol-84...>

Rafa Sardiña

Viernes, 10 marzo 2023

Existe una falsa creencia de que hay determinadas **bebidas alcohólicas** que se obtienen de la fermentación, como la cerveza o la sidra que, a diferencia de las que se obtienen mediante destilación, reducen el riesgo de algunas patologías como las cardiovasculares. Pero esta afirmación tampoco es cierta.

Y en consecuencia, es un buen momento para conocer la realidad y tomar decisiones:

- Según el último informe de la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, el consumo de alcohol en España es de 10 litros de alcohol puro por persona al año en mayores de 15 años.
- Al mismo tiempo, desde la Sociedad Española de Medicina Interna (SEMI) explican que es la sustancia tóxica y adictiva asociada con una mayor carga de enfermedad. Tanto que aseguran que el consumo excesivo de alcohol está relacionado con más de 200 enfermedades.

Cómo enfrentarnos a la ansiedad cuando llega la noche y no nos deja dormir

Rafa Sardiña

Así, es importante incidir en un mensaje claro: **ningún consumo de alcohol es seguro y, cuanto menos tomemos, mejor**.

- En este sentido, el cambio de paradigma consiste en que el consumo “moderado” de alcohol ya no se considera saludable, sino como consumo de bajo riesgo para desarrollar otras enfermedades.

La cerveza es una de las bebidas alcohólicas más consumidas en España Ricardo Rubio / Europa Press

El **doctor Miguel Marcos**, coordinador del Grupo de Alcohol y Otras Drogas de SEMI, indica que:

“Conocemos los efectos perjudiciales del consumo agudo y crónico de alcohol sobre una multitud de niveles fisiológicos humanos. Están bien documentadas las alteraciones negativas sobre las funciones neuronales, metabólicas, cardiovasculares y termorreguladoras”.

- Y es que, el abuso crónico de alcohol se asocia con “**miopatía alcohólica**, caracterizada por debilidad y atrofia del músculo esquelético”.

10 de cada 100 pacientes ingresados presentan un consumo excesivo de alcohol

No obstante, no es la única enfermedad que está íntimamente relacionada con el consumo de alcohol.

La **hepatopatía alcohólica** es la principal causa de daño hepático avanzado y de cirrosis en España y en otros países de nuestro entorno.

No presenta ningún cuadro clínico en concreto, sino que depende de la cantidad de alcohol que se ha consumido y durante cuánto tiempo.

El doctor Marcos señala que “entre un 10 y un 20 por ciento desarrollan formas graves de la enfermedad.

- El pilar principal del tratamiento es el abandono del consumo de alcohol, lo que refuerza la necesidad de un abordaje multidisciplinar en el tratamiento de estos pacientes para el propio trastorno por consumo del alcohol, la hepatopatía y otras comorbilidades que puedan padecer”.

Las drogas, en España

Según los datos del **Plan Nacional Sobre Drogas** del año 2021, en España hubo 974 intoxicaciones por sobredosis, y en 872 de ellas se obtuvo información toxicológica.

Los opiáceos ya no son la primera sustancia implicada, ya que han sido superados por los hipnosedantes.

La tercera sustancia implicada es la **cocaína**, seguida por el alcohol y el **cannabis**, y a mayor distancia las anfetaminas y el éxtasis.

También según el **plan Nacional sobre Drogas**, la **cocaína** es la primera sustancia por la que se solicita admisión a tratamiento, ya sea ambulatorio u hospitalario, seguida por el **cannabis** (que es la primera sustancia en los menores de 25 años), después la **heroína** y en mucha menor medida los hipnosedantes y las anfetaminas.

alcohol j 9

Uno de cada diez pacientes ingresados consumía **alcohol** en exceso

De acuerdo a la información de la **Sociedad Española de Medicina Interna**, se estima que el 10% de los pacientes ingresados en los Servicios de Medicina Interna presentan un consumo excesivo de **alcohol**. Y, entre los problemas que motivan su ingreso, destacan los siguientes:

- Intoxicación.
- Abstinencia.
- Complicaciones asociadas como las infecciones respiratorias, de partes blandas, encefalopatía de Wernicke, hepatitis aguda alcohólica o pancreatitis.

El consumo excesivo de **alcohol** también se puede traducir en otras enfermedades como:

- Hipertensión arterial.
- Fibrilación auricular.
- Enfermedades cardiovasculares.
- Cáncer.
- Incluso problemas neurológicos como demencia.

¿Ves moscas volantes? Se llaman miodesopsias y esto es lo que debemos saber sobre ellas

Rebeca Gil

Alcohol y deporte: ¿cómo afecta?

La mayoría de los estudios inciden en que el consumo de **alcohol** puede afectar negativamente a la recuperación muscular de los deportistas después de la realización de ejercicio físico intenso.

Puede provocar:

Te puede interesar:

Guías de Salud ¿Hay dengue en España? Sanidad notifica seis casos, y estos son los síntomas de la enfermedad
Guías de Salud Poliposis nasal: qué es y qué síntomas tiene esta patología que empieza a partir de los 40
Guías de Salud ¿Eres pronador o supinador? Un experto nos explica las diferencias y sus consecuencias

- Aparición de una regeneración muscular tardía
- Aumento de la inflamación
- Fibrosis, y deficiencias en el equilibrio energético y función mitocondrial.

Pero estas características pueden aparecer no solo en el abuso crónico de **alcohol**, también a raíz de un consumo que todos consideraríamos moderado.