

## 5 síntomas que alertan de que podrías convertirte en un alcohólico

- El alcoholismo es una de las enfermedades más extendidas en el mundo y que más muertes provoca al año. Para concienciar de su gravedad a toda la población, hoy, 15 de noviembre, se celebra el Día Mundial sin [alcohol](#).



Alcoholismo

[https://www.antena3.com/noticias/salud/5-sintomas-que-alertan-que-podrias-convertirte-alcoholico\\_202211156...](https://www.antena3.com/noticias/salud/5-sintomas-que-alertan-que-podrias-convertirte-alcoholico_202211156...)

Antena 3 Noticias

Martes, 15 noviembre 2022

El alcoholismo es una enfermedad que implica **dependencia a las bebidas alcohólicas** y genera deterioro físico y mental. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la [adicción al alcohol](#) está vinculada a más de 200 enfermedades y trastornos. Además, **provoca 3,3 millones de muertes en el mundo cada año**. Por ello, es importante saber identificar rápido los síntomas del alcoholismo para tratar de ponerle cura lo antes posible.

El **consumo de bebidas alcohólicas** de alta graduación alcohólica de forma continuada conlleva la aparición de enfermedades crónicas que afectan al hígado, como la cirrosis hepática, al sistema circulatorio o a la aparición de ciertos cánceres.

Por otro lado, un alcohólico no solo se perjudica a sí mismo sino que también **afecta a su entorno**, a su familia, a sus amigos e incluso a su trabajo. El alcoholismo modifica las conductas de quien lo padece y puede provocar situaciones violentas o depresivas, que dañifican a sus allegados.

En España, el consumo de [alcohol](#) pasó de ser moderado en cada comida, el tradicional vasito de vino de acompañamiento, a consumos excesivos cada fin de semana o en reuniones sociales. De los españoles con edades comprendidas entre los 15 y los 64 años, en 2021, un 8,8% admitió consumir a diario, según los datos recogidos por el Gobierno.

El 77,9% de los estudiantes españoles de entre 14 y 18 años reconoció haber consumido alcohol alguna vez en su vida, así como que el inicio del consumo de bebidas alcohólicas se realiza a los 14 años de media .

Otro de los problemas que se añaden a estos prematuros inicios en el consumo de alcohol es el fácil acceso de los menores a esta sustancia psicoactiva. Por eso, desde las instituciones públicas se lanzan campañas y se endurecen las leyes para reducir el alcoholismo, sobre todo, entre los más jóvenes.

Día Mundial sin alcohol, ¿por qué se celebra el 15 de noviembre?

La OMS promovió que el 15 de noviembre se estableciera como el Día Mundial sin alcohol para concienciar a la población sobre los daños que provoca el consumo continuo de alcohol en el organismo, tanto a nivel físico como psicológico.

Para completar esta concienciación, la OMS creó el Sistema Mundial de Información sobre el Alcohol y la Salud para poder tener un registro de los datos del consumo de alcohol en el mundo y las consecuencias sanitarias y sociales que esta adicción conlleva.

5 síntomas que alertan de alcoholismo

Para detectar si una persona padece alcoholismo, hay que atender a, al menos, estos 5 síntomas que alertan si un individuo hace un consumo excesivo de bebidas alcohólicas o no.

El primer síntoma de alcoholismo es el de mentir sobre el consumo que el alcohólico hace. Cuando algún allegado le pregunta sobre la cantidad ingerida, la persona afectada tiende a mentir y contar una cantidad inferior a la que realmente consumió.

Los otros síntomas de alcoholismo son beber en situaciones peligrosas, descuidar sus responsabilidades laborales y familiares, falta de control en la ingesta de alcohol y tener síndrome de abstinencia, cuando no consume sienten un malestar físico intenso.