

El consumo de alcohol tiene más efectos sobre la salud de las mujeres

- Tres millones de personas mueren cada año en todo el mundo como consecuencia del consumo nocivo de...



<https://www.infosalus.com/mujer/noticia-consumo-alcohol-tiene-mas-efectos-salud-mujeres-20240621190607.h...>
infosalus

Viernes, 21 junio 2024

MADRID, 21 Jun. (EUROPA PRESS) -

Tres millones de personas mueren cada año en todo el mundo como consecuencia del consumo nocivo de alcohol (una cada 10 segundos), lo que representa aproximadamente el 5% de todas las muertes. Un número desproporcionado de estas muertes se produce entre los jóvenes, ya que el 13,5% de todas las muertes entre las personas de 20 a 39 años están relacionadas con el alcohol.

Tres cuartas partes del alcohol que se bebe en el mundo son consumidas por hombres, por lo que los estudios sobre sus consecuencias en la salud de la mujer escasean. Sin embargo, las mujeres cada vez beben más y de manera más peligrosa, por ese motivo investigadores de la Universidad de Flinders en Australia han estudiado cuáles son los riesgos para su salud.

El nuevo estudio ha descubierto que un número significativo de mujeres australianas (más de 300.000) ahora beben regularmente en niveles de muy alto riesgo (11 o más bebidas estándar de una sola vez al menos una vez al mes), lo que también se conoce como consumo excesivo de alcohol.

"A pesar de ser más vulnerables a los daños relacionados con el alcohol, históricamente las mujeres han estado subrepresentadas en la investigación sobre el alcohol. En particular, faltan investigaciones sobre mujeres que beben mucho, y la mayoría de las investigaciones no diferencian entre aquellas que beben ligeramente por encima de las pautas oficiales (4 bebidas estándar por día/10 por semana) y aquellas que beben muy por encima de estas pautas", señala Victoria Kostadinov de la Facultad de Medicina y Salud Pública.

Lo que hace que esto sea especialmente preocupante es que, según señala la investigación, lamentablemente, las mujeres son más susceptibles que los hombres a experimentar problemas de salud graves debido al consumo excesivo de **alcohol**, incluidos problemas hepáticos, enfermedades cardiovasculares, cánceres y problemas de salud mental como depresión y ansiedad. También hay cada vez más pruebas de que el **alcohol** puede interactuar con los ritmos biológicos naturales de las mujeres, como los ciclos de estrógeno y progesterona, y que el impacto del **alcohol** empeora con la edad y la menopausia.

El consumo diario de **alcohol** entre las mujeres australianas aumentó un 203 por ciento entre 1950 y 1980, en comparación con sólo el 6 por ciento entre los hombres. Esta divergencia en las tendencias pone de relieve los patrones cambiantes del consumo de **alcohol** y su impacto en los diferentes géneros. Al mismo tiempo, las investigaciones han demostrado que desde la década de 1990 ha habido un claro impulso para comercializar productos alcohólicos, espacios para beber y una cultura del consumo de **alcohol** dirigidos específicamente a las mujeres.

El estudio es el primero de su tipo en Australia que examina la prevalencia y las características de las mujeres que beben en niveles de muy alto riesgo (y las compara con los hombres) para crear un perfil nacional. De acuerdo con datos publicados anteriormente, el estudio encontró que una mayor proporción de hombres consumían **alcohol** en niveles de muy alto riesgo que las mujeres (10,4 por ciento de los hombres y 3,1 por ciento de las mujeres); sin embargo, los resultados indican que muchas mujeres australianas también bebiendo a tasas muy altas.

Además, las características de estas mujeres parecen ser diferentes de las de sus homólogos masculinos: las mujeres tienen más probabilidades de ser más jóvenes, solteras, experimentar un alto malestar psicológico y tener una condición de salud mental en comparación con los hombres que beben en niveles similares.

"Nuestros hallazgos respaldan la necesidad de estrategias adaptadas para prevenir y gestionar el consumo de muy alto riesgo entre las mujeres, centrándose en cómo el sexo y el género pueden afectar las respuestas al tratamiento, las políticas y los mensajes de promoción de la salud", afirma la señora Kostadinov.

Es importante que la gente sepa que el **alcohol** está clasificado como carcinógeno del grupo 1, este es el grupo de mayor riesgo, que también incluye el asbesto, la radiación y el **tabaco**, dice la profesora Jacqueline Bowden, directora del Centro Nacional de Educación y Capacitación sobre **Adicciones**.

"El consumo de **alcohol** puede aumentar el riesgo de las mujeres de padecer diversos tipos de cáncer, incluidos el digestivo, el de mama y el de páncreas, así como otros problemas de salud y ser susceptibles al abuso relacionado con el **alcohol**. Los hallazgos de esta investigación resaltan la necesidad de estrategias personalizadas para prevenir y gestionar el consumo de muy alto riesgo entre las mujeres", advierte el investigador.

"Al monitorear y comprender estas tendencias, esperamos ayudar a informar las políticas de salud pública y garantizar que las mujeres puedan acceder a apoyos adecuados para reducir los daños asociados al **alcohol**", añade el profesor Bowden.

