

Beber **alcohol** en exceso aumenta el riesgo de ictus en adultos jóvenes

- El riesgo también se incrementa cuantos más años se beba, según un estudio



Cerebro,Alcohol,Enfermedades

<https://www.abc.es/salud/enfermedades/beber-cantidades-moderadas-excesivas-alcohol-juventud-aumenta-20...>

C. G.

Sábado, 05 noviembre 2022

Beber **alcohol**, de forma moderada o excesiva entre los 20 y los 30 años de edad aumenta las probabilidades de sufrir un ictus en adultos jóvenes en comparación con aquellos que beben cantidades bajas o nada de **alcohol**, según un estudio publicado en 'Neurology', la revista médica de la Academia Estadounidense de Neurología. Además, el riesgo aumentó cuantos más años reportaron un consumo moderado o excesivo de **alcohol**.

«La tasa de ictus entre adultos jóvenes ha aumentado en las últimas décadas, y, en esta etapa, causan la muerte y una discapacidad grave», advierte el autor del estudio, el doctor Eue-Keun Choi, de la Universidad Nacional de Seúl en la República de Corea. «Si pudiéramos **prevenir los accidentes cerebrovasculares en adultos jóvenes** al reducir el consumo de **alcohol**, eso podría tener un impacto sustancial en la salud de las personas y la carga general de ictus en la sociedad», añade.

El estudio analizó los registros de una base de datos nacional de salud de Corea para personas de entre 20 y 30 años, seguidas durante un promedio de seis años, que se sometieron a cuatro exámenes de salud anuales.

Se les preguntó sobre el consumo de **alcohol** cada año. También sobre el número de días a la semana que bebían **alcohol** y el número de vasos en cada ocasión. Así, las personas que bebían 105 gramos o más por semana (el equivalente a 15 gramos al día, o un **poco más de una bebida por día**) se consideraban bebedores moderados o excesivos.

Una bebida estándar en los Estados Unidos contiene alrededor de 14 gramos de **alcohol**, lo que equivale a 350 ml de cerveza, 150 ml de vino o 40 ml de licor.

Más de 1,5 millones de personas se incluyeron en la investigación, de las que 3.153 sufrieron un ictus durante el tiempo de seguimiento. Aquellos que bebían de forma moderada a intensa durante dos o más años del estudio tenían un 20% más de probabilidades de sufrir un derrame cerebral que las personas que bebían poco (menos de 105 gramos por semana, o menos de 15 gramos por día) o no bebían **alcohol**.

A medida que **aumentaba el número de años** con un consumo moderado o excesivo de **alcohol**, también **se incrementaba el riesgo de ictus**. Las personas con dos años de consumo moderado a excesivo de **alcohol** tenían un 19 % más de riesgo, aquellos con tres años tenían un 22 % más de riesgo y las personas con cuatro años tenían un 23 % más de probabilidades. Estos resultados se obtuvieron después de que los investigadores tuvieran en cuenta otros factores que podrían afectar el riesgo de accidente cerebrovascular, como la presión arterial alta, el tabaquismo y el índice de masa corporal. La asociación se debió principalmente a un mayor riesgo de ictus hemorrágico.

Para cualquier tipo de accidente cerebrovascular, las personas con cuatro años de consumo moderado o excesivo de **alcohol** tuvieron una tasa de ictus de 0,51 por 1000 personas-años, en comparación con 0,48 para tres años de consumo de **alcohol**, 0,43 para dos años, 0,37 para un año y 0,31 para ninguno.

«Dado que más del 90 % de la carga general de accidente cerebrovascular puede atribuirse a **factores de riesgo potencialmente modificables**, incluido el consumo de **alcohol**, y dado que el accidente cerebrovascular en adultos jóvenes afecta gravemente tanto al individuo como a la sociedad al limitar sus actividades durante sus años más productivos, debería promoverse la reducción del consumo de **alcohol** en adultos jóvenes que beben de forma excesiva como parte de cualquier estrategia para prevenir el accidente cerebrovascular», apunta Choi.

Entre las limitaciones del estudio está que solo se incluyeron personas coreanas, por lo que los resultados pueden no ser aplicables a personas de otras razas y etnias; y que el consumo de **alcohol** fue autoinformado.