

Alcohol

¡cuídate, no inicies!

Dr. Juan Manuel Quijada Gaytán
Comisionado Nacional de Salud
Mental y Adicciones, Secretaría de
Salud



Sesiones virtuales
con **expertos**



Alcohol

Denominado **alcohol etílico o etanol**, una sustancia psicoactiva que proviene de la fermentación de azúcares generalmente en productos agrícolas como frutas, cereales y verduras con o sin destilación posterior.

Antecedentes

- Se tiene evidencia del descubrimiento de la fermentación de frutos desde la prehistoria.
- Producción de vino en Mesopotamia.
- En Mesoamérica se producía pulque con fines ceremoniales.

Diferentes tipos de alcohol

Existe una amplia variedad de bebidas alcohólicas, con concentraciones de alcohol que suelen oscilar entre el **1.5 % y el 60 %**.



Formas de consumo

Por vía oral

EL ALCOHOL
TIENE DOS
VARIETADES:

FERMENTADOS

Su contenido
de alcohol
alcanza hasta

12-14%



VINO Y
CERVEZA

DESTILADOS

Su contenido
de alcohol es
mucho mayor.

45 %



VODKA,
TEQUILA,
RON

El alcohol es predominantemente un depresor del sistema nervioso central.

Además de la capacidad de producir intoxicación, el **alcohol tiene propiedades que producen dependencia** en algunas personas y abstinencia cuando se reduce o se suspende el consumo de esta sustancia.

Consumo

Según la Organización Mundial de la Salud, el consumo de alcohol **produce 3 millones de muertes al año.**

El alcohol es el responsable de:

- **5.1 %** de la carga mundial de enfermedad (GBD).
- **7.1 %** en hombres.
- **2.2 %** para mujeres.



Consumo

De igual manera, es un factor de riesgo importante para discapacidad y mortalidad entre los **15 y los 49 años**.



(World health organization)

La encuesta ***Monitoring the Future*** realizada cada año en EUA por la Universidad de Michigan

- No reportó cambios en el consumo de alcohol entre los años 2021 y 2022.



Las estadísticas para 2022 reportaron que:

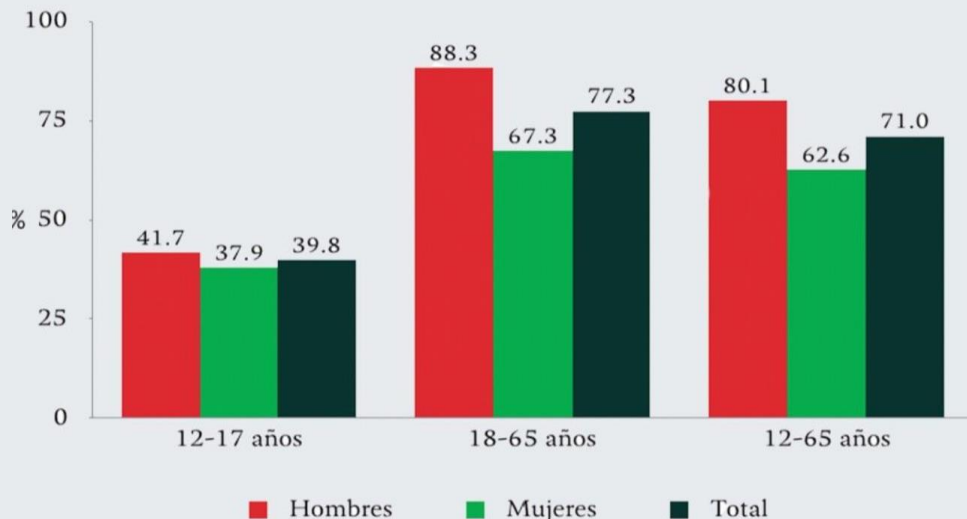
- **15.2 %** de los estudiantes de **8°** grado y **31.3 %** de **10°** grado, bebieron en el último año.
- Para los estudiantes de **12°** grado, los niveles de consumo fueron similares a los reportados previos a la pandemia **51.9 %**.



En México, de acuerdo con la ENCODAT 2016-2017

- **71 % ha consumido alcohol alguna vez en la vida (80.1 % hombres y 62.6 % mujeres).**

Figura 1. Prevalencia de consumo de alcohol alguna vez



En México, de acuerdo con la ENCODAT 2016-2017

- 49.1 % (41.8 millones) **bebió en el último año** (59.8 % hombres y 39 % mujeres).
- 35.9 % **bebió en el último mes** (48.1 % hombres y 24.4 % mujeres).

En México, de acuerdo con la ENCODAT 2016-2017

- **Consumo excesivo de alcohol en el último mes** en el 19.8 % (16.8 millones) de la población (29.9 % hombres y 10.3 % mujeres).
- **Posible dependencia al alcohol** fue de 2.2 % (1.8 millones) (hombres 3.9 % y mujeres 0.6 %).

La ENSANUT 2021

- Al interrogar sobre el consumo mensual, el **8 %** respondió de forma positiva (**9 % en hombres, 7 % en mujeres**).
- El consumo excesivo en los últimos 30 días se reportó en el **5.5 % (7.3 % hombres, 3.6 % mujeres)**.

(Encuesta Nacional de Salud y Nutrición)

La ENSANUT 2021

- Reportó que el consumo de al menos una copa de alguna bebida con alcohol en los últimos 12 meses fue de **21.1 %** en adolescentes siendo mayor en hombres comparado con las mujeres (**24.3 % y 17.9 % respectivamente**).

(Encuesta Nacional de Salud y Nutrición)

El consumo de alcohol ha sido relacionado con accidentes, en la ENSANUT 2021, se reportó la exposición a alcohol en adolescentes que habían sufrido algún accidente:

- **1.56 %** refirió haber consumido alcohol **durante las seis horas previas al evento**, **0.47 %** consumió alcohol y otras drogas.

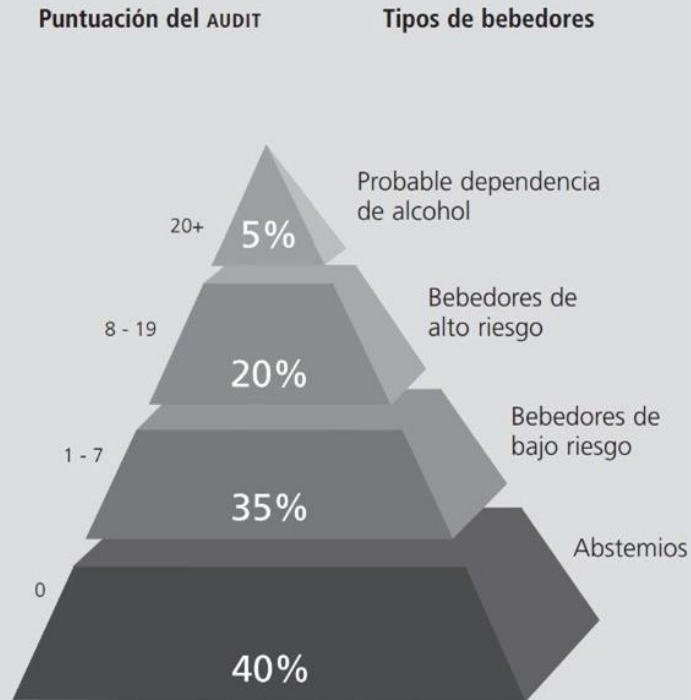
Además de que el consumo de alcohol contribuye a la severidad de las lesiones.

Según los datos del Observatorio Mexicano de Salud Mental y Consumo de Sustancias Psicoactivas en 2021:

- El consumo en población general en nuestro país fue de **32.5 %**, **en hombres de 39.7 %** y **en mujeres 28.1 %**.

Instrumento AUDIT

Patrón de consumo de acuerdo con la puntuación



El alcohol es una de las **sustancias más consumidas en jóvenes.**

- Suelen beber con menor frecuencia que los adultos, pero lo hacen en grandes cantidades, en un periodo corto de tiempo, episodios conocidos como atracones de alcohol/*binge drinking*.

(Gervilla et al, 2020)

Mecanismo de acción

El alcohol tiene varios efectos farmacológicos en el SNC:

- Estabiliza las membranas neuronales, disolviéndose en un componente lipóideo.
- Inhibe el transporte activo de sodio, potasio, aminoácidos, catecolaminas.

Mecanismo de acción

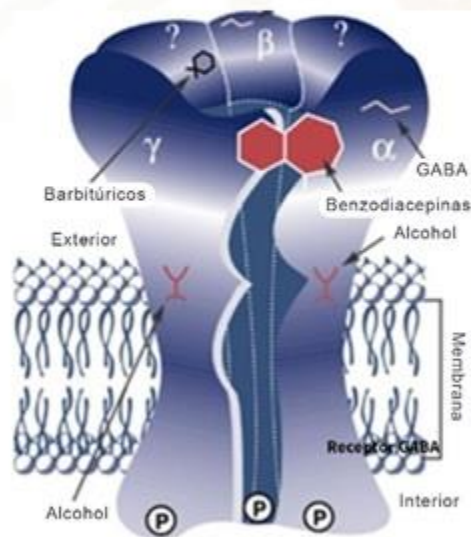
El alcohol tiene varios efectos farmacológicos en el SNC:

- Disminuye la actividad ATP-asa de membrana sodio-potasio dependiente, disminuye la utilización de ATP y el consumo de oxígeno.

Mecanismo de acción

El alcohol tiene varios efectos farmacológicos en el SNC:

- Potencia los efectos inhibitorios del ácido gamma aminobutírico (GABA) en el Sistema Nervioso Central e inhibe al receptor NMDA de aspartato glutamato y reduce por lo tanto la actividad glutamatérgica.



1. Aumentan el ingreso de iones de cloro (Cl^-) del espacio extracelular al interior de la neurona.

Este cambio disminuye la capacidad de la neurona de ser excitada, por lo que no reacciona rápido a las señales de comunicación entre neuronas.

2. Aumentan la liberación de dopamina por desinhibición de las neuronas del área tegmental ventral del sistema de la recompensa.

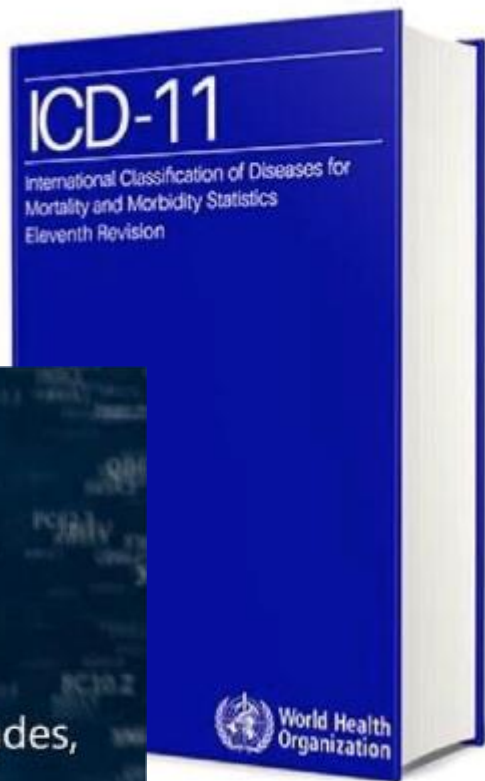
Este efecto hace que las personas tengan una ligera sensación de euforia por el efecto inicial del consumo.

3. Aumentan la actividad opioide del cerebro.

Este efecto hace que las personas tengan una ligera sensación de placer por el efecto del consumo.

A diferencia de la mayoría de las otras sustancias, la eliminación del alcohol del cuerpo se produce a un ritmo constante, de modo que su depuración sigue un curso lineal en lugar de logarítmico.

Trastornos debidos al uso de alcohol



CIE-11

Clasificación Internacional de Enfermedades,
11.a revisión

Estandarización mundial de la información de diagnóstico en el
ámbito de la salud

Las cuadros clínicos debido al uso de sustancias incluyen:

- **Intoxicación**
- **Episodio único de consumo nocivo**
- **Patrón de uso nocivo (episódico o continuo)**
- **Dependencia (para algunas clases de sustancias)**
- **Síndrome de Abstinencia (para algunas clases de sustancias)**
- **Trastornos mentales inducidos por sustancias**

La CIE11 cuenta con varios diagnósticos para trastornos en un rango que va desde episodios únicos de consumo nocivo hasta la dependencia.

Trastornos debidos al uso de alcohol

6C40A	Trastornos debidos al uso de alcohol	
6C40.0	Episodio único de uso perjudicial de alcohol	
6C40.1	Patrón perjudicial de uso de alcohol	
6C40.10	<ul style="list-style-type: none">• episódico	
6C40.11	<ul style="list-style-type: none">• continuo	
6C40.2	Dependencia al alcohol	
6C40.20	<ul style="list-style-type: none">• uso actual, episódico	
6C40.21	<ul style="list-style-type: none">• remisión temprana total	(>1mes <12meses)
6C40.22	<ul style="list-style-type: none">• remisión temprana parcial	(>1mes <12meses)
6C40.23	<ul style="list-style-type: none">• remisión sostenida	(>12 meses)
6C40.3	Intoxicación por alcohol	
6C40.4	Abstinencia al alcohol	

Los trastornos debidos al uso de alcohol se caracterizan por el patrón y las consecuencias del consumo de alcohol.



Evolución del uso de alcohol

En esta evolución, debemos considerar:

Factores previos al uso que pueden implicar una vulnerabilidad especial.

Los motivos que desencadenan el uso inicial.

La progresión que tiene la conducta del consumo con el tiempo.

Hasta los primeros intentos de abstinencia, recaídas y un curso crónico que pueden adquirir los trastornos por uso de sustancias.

Evolución del uso

Consumo inicial

Curiosidad, presión de pares.

Uso inicial

Consumo poco frecuente

Asociado a actividades sociales, con control y sin consecuencias negativas.

Uso Social

Consumo frecuente

Es difícil definir el límite.

Habitual

Consumo frecuente

Relacionado con problemas escolares, familiares, laborales, legales, etc.

Abuso

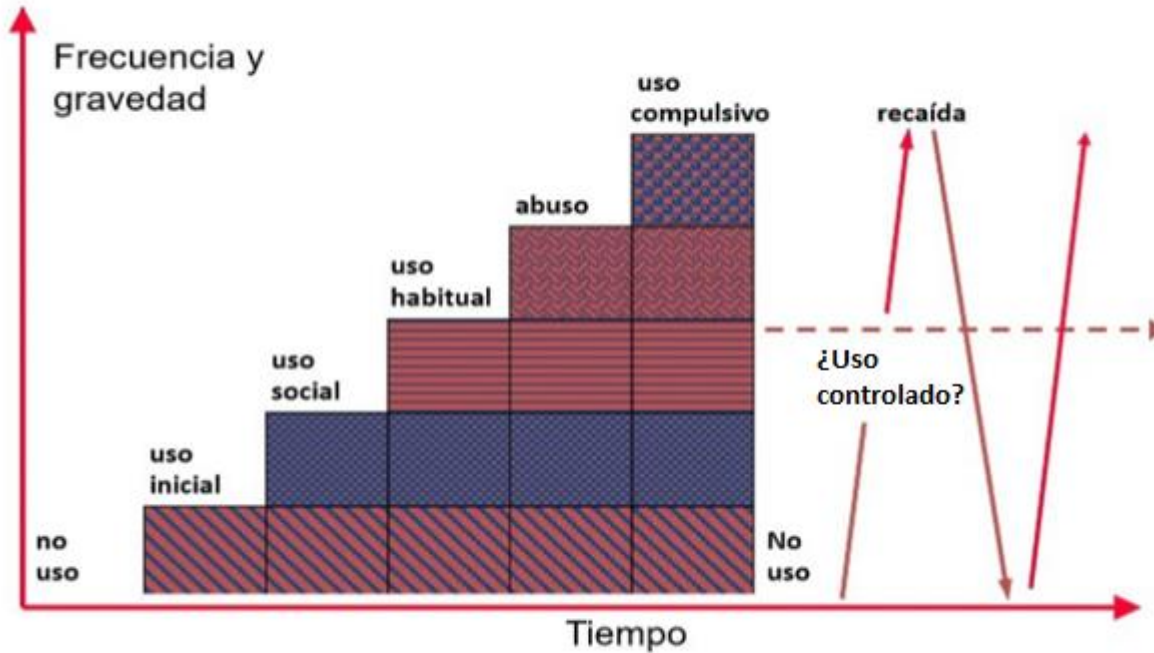
Consumo frecuente.

Fuera de control, constante, repetitivo.

Búsqueda compulsiva de la sustancia, dificultad para detener el consumo.

Uso Compulsivo

Historia natural del uso de sustancias



Ciclo de adicción

*Consumo
controlado*

*Uso
Compulsivo*

No uso

Recaída

Lo que puede extenderse durante años inclusive y es lo que define a la adicción como un **Trastorno Crónico Recidivante**.

No siempre las personas que usan sustancias llegarán a la etapa de la adicción.

Los riesgos y daños por el uso de sustancias pueden suceder en **cualquier etapa de consumo**.

Episodio único de consumo nocivo de alcohol

Episodio único de uso que ha causado daños a la salud mental o física de la persona o ha provocado un comportamiento que conlleva daños a la persona u otros.

Episodio único de consumo nocivo de alcohol

El episodio de uso nocivo típicamente involucra daños agudos a la salud, que no se limitan a los síntomas de intoxicación o abstinencia agudos y puede incluir desórdenes mentales inducidos por sustancias.

Patrón de uso nocivo de alcohol

Un patrón de uso que ha causado daños a la salud mental o física de la persona o ha provocado un comportamiento que conlleva daños a las personas.

El patrón de uso nocivo es evidente en un **periodo de por lo menos 12 meses** y puede ser episódico o continuo.

Patrón de uso nocivo de alcohol

El daño puede ser por los efectos directos o secundarios intoxicantes de la sustancia, sobre órganos y tejidos o por una ruta de administración riesgosa.

Intoxicación por alcohol

Aparecen síntomas y signos sugerentes de depresión del Sistema Nervioso Central.

Pueden tener desenlace fatal, sobre todo en consumidores no experimentados y causar accidentes y lesiones.



Intoxicación por alcohol

Se puede requerir manejo médico, que incluye:

- Hidratación para aumentar la diuresis.
- Observación de SV.
- Uso de fármacos para prevenir complicaciones (convulsiones y delirium).

No está indicada la utilización de estimulantes para la intoxicación por alcohol.

Intoxicación por alcohol

- A. Ingesta reciente de alcohol.

- B. Comportamiento problemático o cambios psicológicos clínicamente significativos.

- C. Uno (o más) de los signos o síntomas:
 1. **Habla farfullante.**
 2. **Incoordinación.**
 3. **Marcha insegura.**
 4. **Nistagmo.**
 5. **Alteración de la atención o de la memoria.**
 6. **Estupor o coma.**

Intoxicación por alcohol

D. De los signos o síntomas no se pueden atribuir a otra afección médica y no se pueden explicar mejor por otro trastorno mental, incluida una intoxicación con otra sustancia.

Abstinencia al alcohol

El síndrome de abstinencia al alcohol es:

Un cuadro clínico **potencialmente grave**.

Entre más tiempo haya pasado la persona bebiendo y en mayor cantidad, la sintomatología será más grave y persistente.



Abstinencia al alcohol

Una de las complicaciones graves son las **convulsiones** y el desarrollo de **delirium**.

Estas condiciones requieren manejo médico, ya que, frecuentemente se usan fármacos como las benzodiazepinas para su control; además, incluye hidratación para aumentar diuresis, observación de SV.



Abstinencia al alcohol

A. Suspensión o disminución del consumo de alcohol después de que ha sido fuerte y prolongado.

B. Dos o más de los siguientes síntomas:

1. **Hiperactividad autonómica.**
2. **Temblor en manos.**
3. **Insomnio.**
4. **Náusea y vómito.**
5. **Alucinaciones.**
6. **Agitación psicomotora.**
7. **Ansiedad.**
8. **Crisis convulsivas generalizadas.**

Abstinencia al alcohol

- C.** Los signos causan malestar significativo.
- D.** Los síntomas no se deben a otra afección médica.

Abordaje

Es importante identificar que, cuando se habla de consumo de sustancias psicoactivas, el problema debe abordarse desde diferentes perspectivas mediante mecanismos psicológicos, conductuales y fisiológicos que abarquen todos los niveles de intervención.

Efectos del uso de alcohol

Cuando alguien consume alcohol generalmente busca obtener un efecto positivo inmediato (estar alegre o relajado/a, sentirse más a gusto con los demás, pasar un buen rato, etc.); sin embargo, beber alcohol produce consecuencias negativas, que pueden resultar en problemas bastante serios.

Daños producidos por consumo de alcohol

El alcohol está implicado en una amplia gama de daños que afectan a la mayoría de los órganos y sistemas del cuerpo.

Por ejemplo:

- Cirrosis del hígado.
- Cánceres gastrointestinales.
- Pancreatitis.

Daños producidos por consumo de alcohol

El daño a otros como resultado del comportamiento durante la intoxicación por alcohol está bien reconocido.

El consumo de alcohol está directamente relacionado con accidentes y lesiones.

Efectos a corto plazo

Cruda:

- Ocasionando vómito, náusea o dolor de cabeza.
- Deshidratación por vomitar varias veces.
- Inflamación del estómago.
- *Blackout* (no recordar lo que se hizo).
- Convulsiones.



- ❑ Enfermedades del hígado, como inflamación, cirrosis y hepatitis alcohólica.
- ❑ Insuficiencia cardíaca: es la incapacidad del corazón de bombear sangre en los volúmenes adecuados.
- ❑ Gastritis, úlceras e inflamación del estómago. Hemorragia en el estómago. Aumenta el riesgo de cáncer.

- ❑ Inflamación del páncreas (pancreatitis), que interfiere con la secreción de los jugos digestivos.
- ❑ Altera la erección y la eyaculación en el hombre. Con el paso del tiempo puede disminuir el número de espermatozoides.
- ❑ En la mujer, puede ocasionar alteraciones en el ciclo menstrual e incapacidad de experimentar placer sexual.

Hipocampo

Controla la memoria. Beber en exceso puede hacer que se olvide lo que sucedió en un periodo de tiempo *Blackout*. También puede causar daños permanentes, de leves a graves, e impedir el aprendizaje.

Corteza cerebral

El uso crónico de alcohol puede dañar esta zona, y generar dificultad a largo plazo para resolver problemas, recordar y aprender.


Cerebelo

El alcohol afecta esta área y disminuyen los reflejos, provocando la pérdida del equilibrio y coordinación.

Hipotálamo

El alcohol puede disminuir o aumentar la frecuencia cardíaca; cuando se bebe en exceso se cierra la médula y se puede presentar un estado de coma.





Qué factores influyen en el consumo

The diagram features a central dark red circle with a white dotted border. Four lines extend from the right side of the circle to four separate text blocks on the right. Each line ends in a small dark red square. The background of the slide is white with a faint, repeating pattern of stylized, light-colored letters.

■ Para sentirse bien.

■ Para sentirse mejor.

■ Para desempeñarse mejor.

■ Por curiosidad y presión social.

Qué factores influyen en el riesgo a la adicción

Factores biológicos:

genes, etapa de desarrollo de la persona, sexo o grupo étnico.

Factores ambientales:

en el hogar y la familia, los compañeros y la escuela.

Factores de riesgo y de protección para el consumo y el uso indebido de drogas y la drogadicción

FACTORES DE RIESGO	FACTORES DE PROTECCIÓN
Comportamiento agresivo en la niñez (13,14)	Autoeficacia (confianza en la capacidad de autocontrol) (16)
Falta de supervisión parental (14,16)	Apoyo y vigilancia parental (16,18)
Pocas habilidades para resistir la presión de los pares (13,17,18)	Relaciones positivas (17,19)
Experimentación con las drogas (14,20,21)	Buenas calificaciones en la escuela (17,22)
Disponibilidad de drogas en la escuela (21,23)	Políticas antidrogas de la escuela (17)
Pobreza en la comunidad (24,25)	Recursos comunitarios (26)

Consumo de alcohol en adolescentes

A nivel psicosocial, las y los adolescentes tienen un alto riesgo de presentar consumo de sustancias psicoactivas, los estudios realizados con relación al consumo de alcohol sugieren que este es una parte central de la **socialización entre jóvenes**, aumenta la **relajación**, la **confianza** y la **interacción social**.

Alcoholizarse se relaciona con diversión, placer y risas.

(Gervilla et al, 2020)

Valoración del consumo de alcohol en adolescentes

La guía de NIDA, sugiere únicamente dos indicadores clave para la identificación del consumo:

1. El consumo de alcohol entre los amigos es un predictor importante del futuro consumo individual.
(Brown et al. 2010)
1. El consumo personal es un predictor de riesgo para presentar daños por el consumo entre adolescentes.
(Chung et al 2012)

Prevención del consumo de alcohol en adolescentes

Individual:

Impactar en la forma en la que las y los jóvenes ven el consumo de alcohol, de forma que puedan resistirse al consumo.



Prevención del consumo de alcohol en adolescentes

Escolares:

Desarrollar programas que brinden conocimientos, habilidades, motivaciones y oportunidades para las y los jóvenes que los lleven a evitar el consumo.

Prevención del consumo de alcohol en adolescentes

Familiares:

Orientar a las madres y padres sobre la importancia de establecer límites y hacer cumplir las reglas, relacionadas al consumo de alcohol, así como mejorar la comunicación sobre esto.

Prevención del consumo de alcohol en adolescentes

Familiares:

Las investigaciones demuestran que los menores de padres que se involucran en su vida, beben menos alcohol, además de que los hijos de padres que consumen alcohol en exceso tienen más riesgo de consumir de manera excesiva y peligrosa.

Prevención del consumo de alcohol en adolescentes

Comunidad:

Programas que disminuyan factores de riesgo a nivel comunitario, así como el acceso a la sustancia.

(NIH)

Política:

Programas para disminuir el acceso al alcohol, elevar precios, valorar la edad mínima de consumo.