

JAMISON: Educación y bienestar del paciente

FOLLETO 17.5: EL ABUSO DE ALCOHOL Y SU IMPACTO EN LA SALUD

Ver

http://www.bupa.co.uk/health_information/html/healthy_living/lifestyle/alcohol/alcohol_mind_body.html

☐ Efectos físicos por abuso de alcohol

Efectos a corto plazo

¿alguna vez ha experimentado después de beber?:

- ☐ ¿visión distorsionada o problemas de audición?
- ☐ ¿coordinación disminuida?
- ☐ ¿percepción alterada?
- ☐ ¿perdida de juicio?
- ☐ ¿emociones inestables?
- ☐ ¿resaca?

Si usted ha marcado una o más casillas, esto indica que está bebiendo demasiado .

Vea <http://www.webmd.com/video/hangover-tips>

<http://www.webmd.com/balance/slideshow-hangover-myths>

Efectos a largo plazo del consumo excesivo de alcohol

Si continua bebiendo en exceso, corre el riesgo de:

- ☐ perder el apetito
- ☐ deficiencia vitamínica
- ☐ enfermedades estomacales
- ☐ problemas de piel
- ☐ impotencia sexual
- ☐ daño hepático
- ☐ daños en el sistema nervioso central y el corazón
- ☐ pérdida de memoria

Vea

http://hcd2.bupa.co.uk/fact_sheets/html/alcohol_induced_cirrhosis.html

☐ Causas socioeconómicas por abuso de alcohol

Si continua bebiendo mucho, podría experimentar:

- ☐ Un rendimiento laboral en declive
 - ☐ disminución de la productividad
 - ☐ ausencia laboral frecuente
 - ☐ llegar tarde al trabajo
 - ☐ horas de comida extendidas
 - ☐ errores de criterio y accidentes

- ☐ pérdida del puesto laboral
- ☐ dificultades económicas
 - ☐ deudas de juego (apuestas)
 - ☐ prestamos personales pendientes
 - ☐ fracaso empresarial
- ☐ Problemas legales
 - ☐ infracciones por conducción en estado de embriaguez
 - ☐ accidentes con vehículos motorizados
 - ☐ agresiones

☐ **Consecuencias psicoemocionales por abuso de alcohol**

Si continua bebiendo mucho, corre el riesgo de desarrollar:

- ☐ problemas psicológicos:
 - ☐ ansiedad
 - ☐ depresión
 - ☐ celopatía (preocupación excesiva e irracional sobre la infidelidad de la pareja)
 - ☐ intentos de suicidio
- ☐ desacuerdos familiares:
 - ☐ violencia
 - ☐ divorcio
 - ☐ comportamiento delincuente en niños
 - ☐ continuas visitas familiares al médico de cabecera
- ☐ hábitos y aptitudes de poca ayuda, como:
 - ☐ persona poco fialbe, negligente u olvidadizo con los detalles
 - ☐ que procrastina
 - ☐ que miente y utiliza excusas
 - ☐ sospechoso y paranóico
 - ☐ susceptible a cualquier comentario sobre el beber
 - ☐ descuidado, con higiene y apariencia en declive
 - ☐ personalidad cambiante