

PREVENCIÓN DEL EXCESO DEL CONSUMO DEL ALCOHOL



- Conocer los aspectos generales del alcoholismo
- Adquirir conocimientos básicos sobre como identificar el alcoholismo.



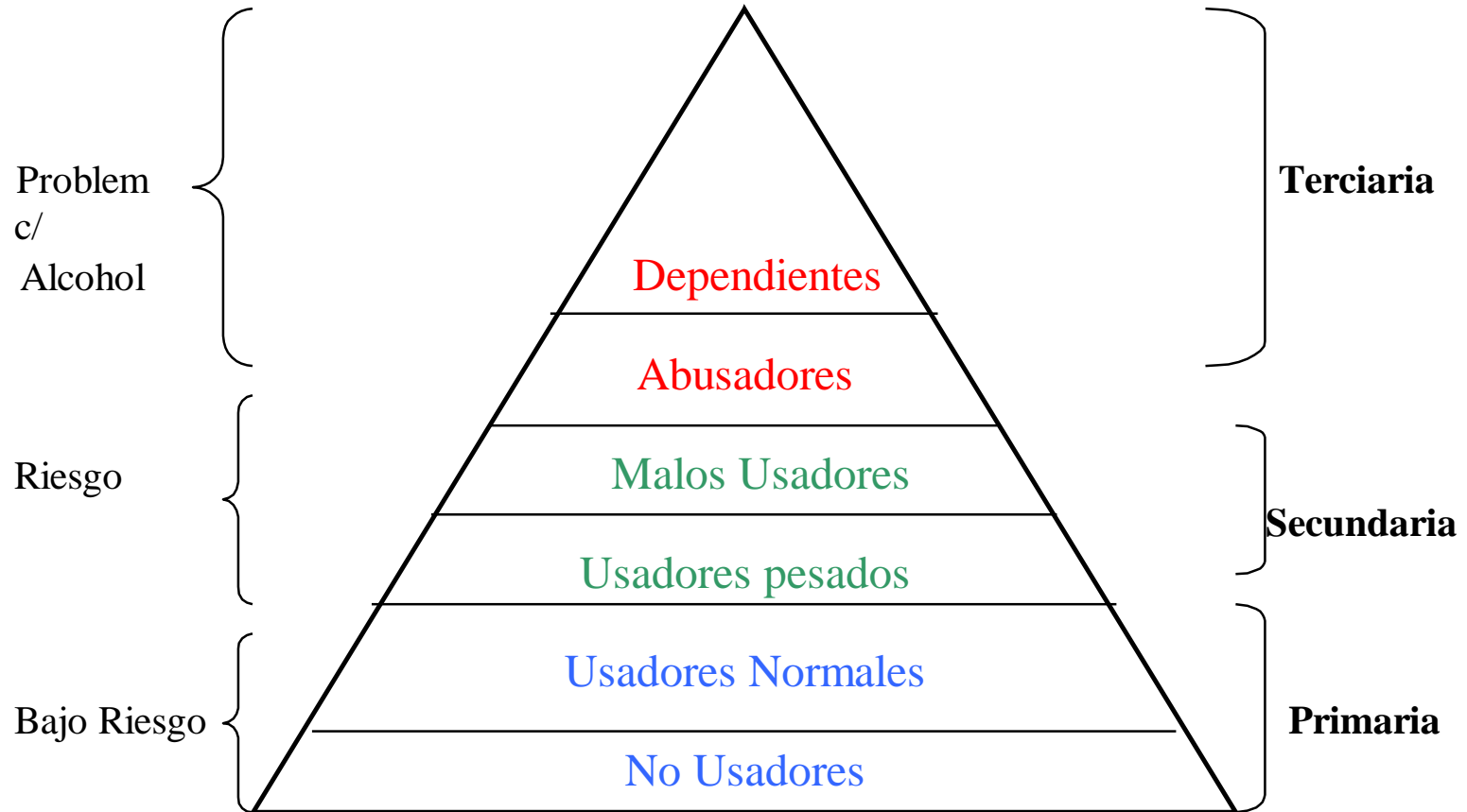
- “ Enfermedad caracterizada por recurrentes problemas asociados al consumo de alcohol”.
- **Problemas** (por el uso) vs **Adicción**



- EE.UU: >12 a: 73% (12 m) y 52% (1 m)
- **Prevalencia:** (Med amb) 15-25%
(Qx) 25%
(Psiquiat) 30-40%
- El 38% = Afectación Fliar.
- **Morbilidad:** ↑ \$\$.
- Acc autos: 50%; Armas fuego:64%;
Homicidios y asaltos:70%; Ahogos:33%.
Suicidios:30%; Violaciones: 50%
- **Violencia Familiar.**
- No hay grupos inmunes



Clasificación y Niveles de Prevención



- Primaria: Evitar el desarrollo de hábitos insanos.
- Secundaria: Desarrollar hábitos tolerables o abstinencia.
- Terciaria: Abstinencia.

Limites (trago normal: 30 ml)



- **Whisky:** (Hombres) 4 tragos –3 veces /sem Tot: 12/sem (45 %)
(mujeres) 3 tragos – 3 veces /sem Total: 9 /sem
- **Cerveza:** 1 lt – 3 veces /sem (462 ml/ dia)
(5 %)
- **Vino:** 450 ml –3 veces /sem (192 ml/dia = 1 vaso)
(12 %)



- **Riesgo potencial**
- **Prevención 1***: Acc de tránsito por uso esporádico y en exceso.(primera causa de muerte en jóvenes; 50% asociados OH)
- **Alcoholemia**: 25-50 mg/dl =relajación y sedación.
(prohibido conducir)
50-100 mg/dl =incoordinación y desinhibición.
- “Si bebió, NO conduzca”

Usuarios Pesados: + de los límites normales, sin evidencia de mal uso, abuso o dependencia (+riesgo de subir en la pirámide)

Malos usuarios: Busca beneficios secundarios (ansiedad, insomnio, mejorar sexo).

- Ya tienen riesgo
- Prev 2*: prev accidentes; hábitos tolerables.
- Sueño:  REM
- Sexo: aumenta el deseo, pero  performance (uso crónico=impotencia)

- 1) Uso continuado a pesar del conocimiento de tener problemas (físicos, sociales, laborales, etc)
- 2) Uso recurrente en situaciones de riesgo (ej: conducir)
- 3) Síntomas en los que el OH haya persistido por más de un mes o haya ocurrido en forma repetida durante largo período de tiempo.



- 1) Mucha cantidad o por mucho tiempo
- 2) Deseo permanente. 1 o mas intentos de dejar o controlar la ingesta.
- 3) Tiempo perdido en actividades para conseguir beber OH o recuperarse de los efectos.
- 4) Borracheras frecuentes o síntomas de abstinencia en circunstancias obligacionales (flia, trabajo) o peligro (conducir)



- 5) Abandonar actividades sociales
- 6) Uso continuo a pesar de tener problemas familiares.
- 7) Tolerancia marcada.
- 8) Abstinencia al dejar de consumir.
- 9) El consumir alcohol controla la abstinencia.



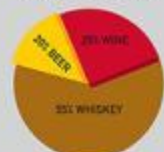
- Genéticos
- Psicológicos
- Ambientales



- Fácil en OH marcado; difícil en el consultorio.
- Da “vergüenza” y se oculta. Es una **Enfermedad**.(todo **adicto** no es culpable pero si **responsable**)
- **Dx = Valoración**
- Dificultades Dx: -Enf negada por ptes;
 - Los medicos no preguntamos
 - Al hacer el Dx, NO preguntamos cantidad para clasificar.

EFFECT OF ALCOHOL

STATISTICS MAN & WOMAN



BEER



WINE



WHISKEY

AMNESIA



HEART DISEASE



CANCER

ACCIDENT



SEXUAL DYSFUNCTION



QUARREL



DEATH



- **Piel:** rosacea, psoriasis, eritema palmar, spiders.
- **GI:** náuseas y vómitos matinales, dispepsia, UG, RGE, diarrea recurrente, anorexia.
- **CV:** Hta, palpitaciones, taquicardia, arritmias, ACV, coronariopatía.
- **Resp:** bronquitis, neumonía recurrente, TBC, EPOC.
- **SNC:** insomnio, ansiedad, depresión, disminución de la libido, alteración de la memoria, hematoma cerebral, alucinaciones, neuropatía periférica
- **General:** Nerviosismo, irritabilidad, excitabilidad, eritema facial, aliento etílico, inyección facial y conjuntival, temblor de manos, hipertrofia parotídea.

- **Valoración** (sospecha alta y pac niega enfermedad)
- **GGT** (gamaglutamiltranspeptidasa) se normaliza 2-4 semanas post-abstinencia. (seguimiento) S:80, E:80
- **VCM** (volumen corpuscular medio) toxicidad medular directo
S:50, E:90
- **GOT, GPT, FAL** alteradas S:60, E:50
Índice GOT/GPT= 1,5/1 o 2/1 sugiere daño hepático alcohólico
- **Alcoholemia** (no rutina) mide nivel de tolerancia
>300 en pac no comatoso=Alcoholismo
>150 “ “ “ = Alcoholismo
>100 ex de rutina sin signos intox= sugiere OH

