



Etilismo y Alcoholismo

Al respecto, probablemente ya tuviste conocimiento ~¿y también experiencia personal?~ de lo que provoca la ingestión excesiva de bebidas alcohólicas y sabes que se presentan diversas alteraciones en el organismo: relajamiento, desinhibición, alegría, euforia, exaltación de sentimientos, desbordamiento de expresiones verbales y no verbales, disminución progresiva del control de la conducta, de las funciones mentales, motoras, de equilibrio; náusea, vómito y somnolencia hasta quedar profundamente dormido.

El conjunto de trastornos arriba mencionados corresponde a lo que denominaremos *etilismo*, estado de intoxicación aguda provocada por la ingestión de bebida alcohólica.

El *alcoholismo* consiste en una enfermedad psiquiátrica, que se expresa por el desarrollo de conductas desviadas características, asociadas al consumo compulsivo de cantidades excesivas de alcohol. Esto le hace caer en episodios repetitivos con mucha frecuencia, a pesar de esfuerzos de voluntad por abstenerse, constituida así en una verdadera dependencia física y psicológica.

El alcoholismo es entonces una enfermedad crónica y como tal debe atenderse. A la fecha sigue siendo difícil concretar etiología categórica y sigue siendo el tratamiento exitoso y la rehabilitación. Hay centros médicos especializados en la atención de estos pacientes y se reconoce que en general, el grupo AA (alcohólicos Anónimos) ha alcanzado logros significativos en muchos casos.

Hay que precisar que en términos prácticos, cualquier persona puede llegar a ser alcohólica o estar propensa a serlo sin tener conocimiento de ello. En algunos casos se puede considerar la existencia del riesgo, cuando hay antecedentes de familiares cercanos ~padres, abuelos, hermanos~ alcohólicos. Sin embargo, puede no existir tal antecedente y llegar a ser alcohólico. Aún no se definen categóricamente las causas de esta enfermedad; se consideran factores de riesgo numerosas circunstancias como son, el tipo de amistades, los centros de concurrencia a los que asiste, estados depresivos, etc.

Lo importante es enfatizar que para el adolescente no es prudente ni conveniente iniciarse en el consumo de bebidas alcohólicas, puesto que corre el riesgo de caer, sin pretenderlo y ni siquiera saberlo, en las cuatro etapas consecutivas del alcoholismo, que son: la de inicio o prueba, a la que llega por curiosidad o por el deseo de ser aceptado en el grupo, además de la influencia que ejerce la publicidad en los medios masivos de comunicación.

La segunda etapa, la de atracción y placer, se caracteriza por esas sensaciones que les ha causado el paso de consumo de una o dos copas y por lo que erróneamente consideran que al aumento de dosis seguirá un mejor



estado de ánimo. Así, van en aumento los consumos de alcohol, pero aún se consideran bebedores moderados y no reconocen que son ya alcohólicos.

La tercera etapa, de intoxicación, ocurre cuando el individuo aumentó el número de copas ingerido a tal grado que le provocan los trastornos del etilismo agudo, incluida la cruda o resaca; las condiciones desfavorables y frustrantes que se generan en lo físico, lo psicológico y lo social le deprimen, y para salir de ese estado busca nuevamente la ingestión de alcohol, que le hará sentirse bien y hasta alegre únicamente al inicio, para volver a caer en el estado depresivo y así girar en ese círculo vicioso.

La cuarta y final etapa, es la de dependencia encadenante, en la que quedará atrapado en el alcoholismo consuetudinario; pierde prácticamente todo: trabajo, familia, hogar, amistades, valores, dinero y hasta su propia autoestima.

Queda claro: el consumo de bebidas alcohólicas representa un serio factor de riesgo para la salud que debemos evitar siempre. Son perjudiciales los efectos del cuadro agudo del etilismo, que se agravan cuando surgen los efectos psicológicos de vergüenza y sentimiento de culpa por el comportamiento tenido fuera de control: Peor será si justo por esos trastornos, se involucran como causantes o como víctimas de accidentes o violencias, que con frecuencia terminan en la muerte.

Las bebidas alcohólicas

Existe una amplia variedad de bebidas que contienen alcohol; en general se obtienen por procesos de fermentación de azúcares contenidos en diversos frutos y semillas al mezclarlas con levaduras y agua. Los vinos se obtienen de la fermentación de frutas, especialmente de las uvas; los licores como el ron, se obtiene de la caña de azúcar; el whisky del centeno, del maíz, del trigo o de la cebada. La cerveza es producida principalmente por la fermentación de malta y es de las bebidas que menor concentración de alcohol contiene (5%). Por el contrario, otras bebidas que se obtienen por proceso de destilación alcanzan concentraciones de alcohol más altas (40 a 60%) conocidas como espíritus destilados o bebidas espirituosas. El contenido de alcohol en cada bebida que se expende al público, va marcado en la etiqueta, alc Vol, que expresa el porcentaje; así, las cervezas ligeras llevan de 2.5 a 3.5%; la cerveza clásica, 3 a 5 %; el vino de mesa 9 a 15 %. Los diversos licores destilados contienen de 30 a 60 % de alcohol.

Efectos del alcohol

El alcohol etílico contenido en cualquiera de las bebidas mencionadas, ejercerá en el cuerpo humano efectos a corto plazo y a mediano plazo, de tipo físico, psicológico y social. Veamos por lo pronto los aspectos físicos:

Los efectos a corto plazo inician y aumentan progresivamente en cuestión de minutos a una hora después de la ingesta de bebidas alcohólicas, según se tenga o no el estómago vacío, ya que su absorción en el estómago será mayor si se encuentra vacío; el resto pasará al intestino delgado donde se absorberá



por completo; de allí, pasará al hígado, donde se metabolizará mediante procesos de oxidación; se ha estimado que para oxidar el contenido de una copa de bebida alcohólica requiere más o menos una hora. Pasará luego, a través del torrente circulatorio, a todo el organismo.

Los efectos del alcohol ocurrirán en diversos órganos, principalmente en los del sistema nervioso central: empezarán por deprimir las funciones de la corteza de los lóbulos frontales y manifestarse por desinhibición, alegría exagerada y euforia, seguidas de conductas no propias de la personalidad del individuo, como expresiones groseras, vulgares, actitudes grotescas y ridículas las cuales no asume habitualmente y de las que se arrepentirá después; de continuar la ingestión de alcohol y consecuentemente elevarse aún más su concentración sanguínea, llegará a presentar somnolencia, estupor y pérdida de la conciencia. Puede presentar lagunas mentales, caracterizadas por no recordar parte o el total de los hechos ocurridos. También sufre efectos tóxicos el cerebelo, por lo que se alteran sus funciones reguladoras de los movimientos finos y del equilibrio, provocando la característica marcha zigzagueante del ebrio, dificultad para mantener el equilibrio y la presencia de movimientos burdos.

Es importante precisar que el efecto depresor en ambos órganos nerviosos ~cerebro y cerebelo~ del bebedor, generalmente se inicia a partir de la segunda copa y aumenta gradualmente; por lo tanto, aún cuando tenga plena conciencia de los actos que realiza y no se sienta "mareado" o afectado por lo que bebió, sus reacciones y sus reflejos serán más lentos y por eso si maneja algún vehículo o realiza actividades que requieren de precisión y movimientos finos, estará expuesto a sufrir errores e incluso accidentes. De allí el lema ya conocido: *Si tomas, no manejes*. La mayoría de estos trastornos neurológicos serán mucho más intensos e incluso llevarán al coma y la muerte, si el consumo de alcohol lo combinan con la administración de otras drogas, desde tranquilizantes hasta narcóticos.

Las funciones digestivas también se alteran: se reduce o desaparece el apetito, el peristaltismo disminuye y provoca plenitud gástrica, que se complica por aumento de las secreciones de saliva y de jugo gástrico por lo que aumenta la acidez y todo propicia el vómito. Si ocurre, irritará severamente esófago y boca y peor aún, si está con somnolencia o inconciencia, puede broncoaspirar su contenido, que le provocarán asfixia y muerte.

Se produce vasodilatación en la piel, manifiesta por rubicundez y le provocará calor externo excesivo, aunque en realidad el organismo está perdiendo calor y si se expone a temperaturas ambientales muy frías sin poder reconocerlas por el calor que siente, pueden afectarse por disminución grave del riego sanguíneo estructuras externas como orejas, nariz y dedos



En la mujer embarazada repercute en el feto el consumo de alcohol, y puede llegar a provocarle atrofia cerebral y retraso mental, afección a otros órganos e incluso anomalías orgánicas y aborto.

Hay mayor producción de orina y por ello, si no recupera oportunamente los líquidos adecuados, llega a deshidratarse.

Los efectos indeseables continúan al día siguiente, con el conjunto de molestias conocidas como “cruda” o “resaca”. Presentan cansancio y desgano, sed intensa, deshidratación, cefalea y náusea.

Los efectos a mediano plazo también son variados y aparecen en la evolución del alcohólico, de acuerdo con la intensidad y frecuencia del consumo de alcohol que lleve; los trastornos más impactantes son, entre otros, los neurológicos, con deterioro progresivo e irreversible de las funciones mentales; trastornos a nivel celular de muchos órganos, en forma muy especial del hígado, que por la intoxicación crónica que sufre se degenera y presenta la enfermedad conocida como *cirrosis hepática*, cuya evolución es cada vez más grave, hasta llevar a la muerte.