

Uso de alcohol y la salud mental



El alcohol disminuye la actividad cerebral, lo que puede causar problemas con la memoria, la coordinación y la concentración. El consumo excesivo del alcohol está directamente relacionado con la psicosis, la ansiedad, la depresión y el trastorno bipolar. Además, las personas que consumen alcohol en exceso pueden desarrollar el trastorno por uso del alcohol (AUD, por sus siglas en inglés).

Trastorno por uso del alcohol (AUD)

El AUD se caracteriza por la dificultad para detener o controlar el consumo del alcohol. También se le conoce como abuso y adicción del alcohol, y de manera coloquial, se le denomina alcoholismo.

El consumo no saludable de alcohol se refiere a cualquier consumo que pone en riesgo la salud o seguridad de una persona y que puede dar a lugar a problemas relacionados con la bebida.

Síntomas

El trastorno relacionado con el consumo de alcohol puede clasificarse como leve, moderado o grave, según los síntomas. Estos incluyen:

- Sentirse incapaz de limitar la cantidad de alcohol consumido.
- Experimentar ansias intensas de beber alcohol.
- No cumplir con obligaciones cotidianas debido al consumo repetido de alcohol.
- Continuar bebiendo a pesar de conocer los problemas que esto puede causar.
- Abandonar o limitar las actividades sociales, laborales y pasatiempos para consumir alcohol.
- Desarrollar tolerancia al alcohol, lo que implica consumir más para sentir el mismo efecto o experimentar menos efecto con la misma cantidad.



Tratamiento

Existen distintos tratamientos para el AUD, tales como, el servicio ambulatorio y/o con hospitalización, medicamentos, terapia conversacional y grupos de apoyo.

¿Cuándo consultar con el médico?

Si consumes grandes cantidades de alcohol, es importante que hables con su médico. También hay otras opciones para pedir ayuda, como consultar a un profesional de salud mental o unirse a grupos de apoyo.

Alcohólicos Anónimos de Puerto Rico
(787) 704-1634

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento, por favor, visite su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica
1-844-347-7801
TTY/TDD 1-844-347-7804
APS Healthcare 787-641-9133

Referencias:

<https://medlineplus.gov/spanish/alcohol.html>
<https://www.conexionpr.org/alcoholicos-anonimos/>
<https://www.tucanaldesalud.com/es/canalciencia/articulos/sabias-alcohol-afecta-mente-emociones>

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Creado en marzo 2024.
©First Medical Health Plan, Inc.