



## alcohol, accidentes y violencia

**Visión CEVECE**  
2023 Semana 06

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.

## abuso de alcohol

- El consumo en exceso es la causa directa de 60 enfermedades y factor de riesgo para otras 200, así como accidentes, principalmente de tránsito, lesiones, violencia y enfermedades de transmisión sexual como VIH/SIDA, tuberculosis, cáncer y la muerte.
- El alcohol puede provocar que la persona que lo consume tenga efectos negativos en su calidad de vida y bienestar como puede ser violencia intrafamiliar, bajo rendimiento académico o laboral, problemas con familiares y/o amigos e incluso llegar a tener problemas económicos.
- ¿Qué significa un consumo nocivo o excesivo de alcohol? Por definición se refiere a la cantidad de alcohol que pone en riesgo la salud de quien lo consume y que tiene implicaciones sociales adversas.
- Pero también tiene que ver con el nivel de concentración de alcohol que podemos llegar a tener en la sangre que es de 0.08% o más:
  - Para un hombre eso sucede después de tomar 5 o más bebidas en pocas horas, o 15 bebidas o más a la semana.
  - Para una mujer 4 bebidas o más en pocas horas, o 8 bebidas o más a la semana.
- El abuso por consumo de alcohol puede consistir en períodos de ebriedad (alcoholismo agudo) y síntomas de abstinencia.
- El alcoholismo agudo es consecuencia del aumento de la cantidad de

alcohol en el torrente sanguíneo. Cuanto más elevada sea la concentración de alcohol en sangre, mayor será la probabilidad de que sufras los efectos adversos. El alcoholismo agudo provoca problemas de comportamiento y cambios mentales. Entre ellos, se pueden mencionar comportamiento inadecuado, estado de ánimo inestable, falta de juicio, dificultad para hablar, problemas de atención o de memoria y falta de coordinación. También puedes tener períodos llamados "lagunas mentales", en los que no recuerdas los hechos. Los niveles muy elevados de alcohol en sangre pueden derivar en un coma, un daño cerebral permanente o incluso en la muerte.

• La abstinencia alcohólica puede darse cuando el consumo de alcohol ha sido intenso y prolongado y luego se suspende o reduce considerablemente. Puede ocurrir en un lapso de varias horas a 4 o 5 días más tarde. Entre los signos y síntomas se incluyen sudoración, aceleración de los latidos del corazón, temblores en las manos, problemas para dormir, náuseas y vómitos, alucinaciones, inquietud y agitación, ansiedad y, a veces, convulsiones. Los síntomas pueden ser lo suficientemente graves como para afectar tu desempeño en el trabajo o en situaciones sociales.

Generalmente el abuso en el consumo de cualquier bebida o alimento podría dañar nuestra salud, pero hoy vamos a hablar del consumo de alcohol, ya que es uno de los principales factores de riesgo en nuestro país, sobre todo porque los más afectados son las y los jóvenes y menores de edad.



## intoxicación por alcohol

- Cuando ocurre una intoxicación por alcohol, hay tanta cantidad de alcohol en la sangre que las funciones básicas vitales como respirar, el ritmo cardíaco y la regulación de la temperatura en el cuerpo comienzan a fallar. Puede causar daño permanente del cerebro o la muerte.
- Los síntomas de una intoxicación por alcohol pueden ser:
  - Confusión.
  - Dificultad para permanecer consciente.
  - Vómito.
  - Convulsiones.
  - Problemas para respirar.
  - Ritmo cardíaco lento.
  - Piel fría y húmeda.
  - Respuestas entorpecidas.
  - Falta del reflejo de náusea (que evita la asfíxica).

- Aun cuando una persona haya dejado de tomar, el nivel de alcohol en la sangre puede seguir subiendo ya que el alcohol en el estómago e intestino continúa ingresando en la sangre y circulando por todo el cuerpo.
- Cuando una intoxicación de alcohol sucede, es muy peligroso pensar que la persona que está inconsciente se pondrá bien si se duerme hasta que se le pasen los efectos, ya que podría ahogarse en su propio vómito y morir por falta de oxígeno. Aun si la persona sobrevive, puede causar daño cerebral prolongado.
- Es muy fácil creer que "nosotros/as" no tenemos un problema de consumo excesivo de alcohol, o que, como lo hacemos de vez en cuando, no representa un problema. Pero para cuidar nuestra salud es importante darnos cuenta si nuestro hábito de consumo nos está poniendo en riesgo.



Cuando ocurre una intoxicación por alcohol, hay tanta cantidad de alcohol en la sangre que las funciones básicas vitales como respirar, el ritmo cardíaco y la regulación de la temperatura en el cuerpo comienzan a fallar.



# factores de riesgo

• Estos son algunos factores de riesgo del trastorno por consumo de alcohol:

- Consumo constante en el tiempo. El consumo excesivo frecuente durante un período prolongado o el consumo compulsivo frecuente pueden ocasionar problemas relacionados con el alcohol o trastorno por consumo de alcohol.
- Comenzar a una edad temprana. Las personas que comienzan a beber, especialmente de manera compulsiva, a una edad temprana tienen un mayor riesgo de presentar trastorno por consumo de alcohol.
- Antecedentes familiares. El riesgo de manifestar trastorno por consumo de alcohol es mayor en las personas que tienen un padre, madre u otro familiar cercano con problemas con el alcohol. Esto puede verse influenciado por factores genéticos.
- Depresión y otros problemas de salud mental. Es frecuente que las personas con trastornos mentales, como ansiedad, depresión, esquizofrenia o trastorno bipolar, tengan problemas con el alcohol u otras sustancias.
- Antecedentes de trauma. Las personas con antecedentes de traumas emocionales u otro tipo de trauma (óseos o articulares) corren un mayor riesgo de tener trastorno por consumo de alcohol.
- Cirugía bariátrica. Algunas investigaciones indican que someterse a una cirugía bariátrica puede aumentar el riesgo de tener trastorno

por consumo de alcohol o una recaída después de recuperarse de este trastorno.

- Factores sociales y culturales. Tener amigos/as o una pareja que beban con regularidad, podría aumentar el riesgo de tener trastorno por consumo de alcohol. La manera atractiva en la que a veces el consumo de alcohol se presenta en los medios de comunicación también puede transmitir el mensaje de que beber mucho está bien. En el caso de las y los jóvenes, la influencia de padres y madres, compañeros/as y otros modelos que siguen, puede incrementar el riesgo.
- Algunas de las complicaciones son:
  - El alcohol deprime el sistema nervioso central. En algunas personas, la reacción inicial puede ser una sensación de aumento de energía; pero a medida que continúas bebiendo, te genera somnolencia y pierdes el control de tus acciones.
  - El alcohol en exceso afecta el habla, la coordinación muscular y los centros vitales del cerebro. Un consumo excesivo de alcohol puede, incluso, provocar un coma que ponga en riesgo la vida o la muerte. Esto es especialmente preocupante cuando tomas determinados medicamentos que también deprimen la actividad cerebral.

El consumo de alcohol puede comenzar en la adolescencia, pero el trastorno por consumo de alcohol se manifiesta con mayor frecuencia entre los 20 y 40 años, aunque puede presentarse a cualquier edad.

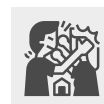


# relación entre alcohol y violencia

- El consumo de alcohol y la violencia constituyen dos preocupaciones importantes de salud pública. Los dos, por separado y en interacción, afectan gravemente a la salud de la población, a las comunidades y a la justicia penal. Así, aunque existen diferencias en cuanto a cantidad y patrón de consumo de alcohol y tasas de violencia, la relación entre alcohol y violencia está presente en todas las culturas.
- A pesar de ello, son pocos los países que cuantifican la cantidad de sucesos violentos en los que está implicado el alcohol. Además, es difícil realizar un registro de este tipo, ya que la relación entre alcohol y violencia puede darse en varios sentidos. Uno puede agravar los efectos del otro, y el alcohol está relacionado con la perpetuación de actos de violencia, como con ser víctima, aunque prevalece el consumo de alcohol en agresores/as.
- Así, los mecanismos que relacionan estos dos problemas son múltiples y pueden influir de forma individual o simultánea.
- El primer mecanismo puede ser uno de los más lógicos. El consumo de alcohol disminuye la capacidad de autocontrol y de procesar la información. Por tanto, es más probable que quien ha bebido alcohol

recurra a la violencia para solucionar un conflicto, o bien, que sea menos capaz de reconocer señales de alarma, convirtiéndolo en un objetivo fácil para las y los agresores.

- Por otro lado, la creencia de que el alcohol es un precipitante de actos violentos puede llevar a las personas a cometerlos, usando esa creencia como excusa o como preparación para la participación de violencia.
- En algunos tipos de violencia, como la violencia hacia personas mayores, maltrato infantil o violencia hacia la pareja, puede ser que la dependencia al alcohol te lleve a no cumplir con tus obligaciones, o bien que coaccionen a otros para cubrir gastos para comprar alcohol.
- También es necesario tener en cuenta que ser víctima o testigo de actos violentos puede llevar a consumir alcohol de forma excesiva como una forma de afrontamiento o "automedicación".
- Además de estas posibles causas, existen trastornos o enfermedades, como el trastorno de personalidad antisocial o el síndrome fetal debido al alcohol, que están relacionados con el consumo excesivo de alcohol y con la probabilidad de sufrir y realizar actos violentos.



El consumo de alcohol y la violencia constituyen dos preocupaciones importantes de salud pública. Los dos, por separado y en interacción, afectan gravemente a la salud de la población, a las comunidades y a la justicia penal.

# relación entre alcohol y accidentes

- En nuestro país, en el 2019, se registraron 17,111 siniestros viales relacionados con el consumo de bebidas alcohólicas, sin embargo, se desconoce si quien conducía tenía aliento alcohólico en al menos 104,315 siniestros, por lo que sigue siendo un serio problema de salud pública que afecta no solo a quienes conducen vehículos motorizados sino a todas las personas que se trasladan en las vías de nuestro país.
- Conductores/as con una concentración de alcohol en aire espirado de entre 0.1 mg/l y 0.25 mg/l tienen un riesgo al menos tres veces mayor de morir en un accidente automovilístico. Este riesgo aumenta seis veces con una concentración de entre 0.25 mg/l y 0.4 mg/l, y se eleva exponencialmente por encima de 0.4 mg/l.
- Según el Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes (CONAPRA), para el 2019 en el Estado de México las colisiones con presencia de alcohol que implicaron defunciones, registraron incremento en el 2018 hasta alcanzar casi el 8% mientras que el porcentaje previo más alto, se había registrado en el 2013 con solo el 4% del total de los accidentes registrados en donde la presencia del alcohol fue la causa fundamental.
- En 2021, la Organización Mundial de la Salud (OMS) reiteró la recomendación, a través del Plan Mundial del Decenio de Acción para la Seguridad Vial 2021-2030, de promulgar y hacer cumplir leyes sobre la conducción bajo los efectos del alcohol mediante el establecimiento de límites de concentración de alcohol en sangre para prevenir la conducción en estado de ebriedad, con disposiciones

específicas para personas inexpertas y profesionales. Por lo anterior y en seguimiento a las intervenciones de prevención de lesiones y promoción de la seguridad vial implementadas en los periodos mencionados, la Secretaría de Salud, a través del Secretariado Técnico del Consejo Nacional para la Prevención de Accidentes (SICONAPRA), refrenda el compromiso para impulsar el establecimiento de una política pública enfocada a disminuir la ocurrencia y gravedad de las lesiones causadas por accidentes de tránsito asociados al consumo del alcohol.

- La Norma Oficial Mexicana NOM-028-SSA2-2009 Para la prevención, tratamiento y control de las adicciones, menciona que el abuso y dependencia de sustancias psicoactivas, constituye un grave problema social y de Salud Pública, con importantes consecuencias negativas que trascienden del ámbito de la salud individual y repercuten en la familia, la escuela, la comunidad y la sociedad. Entre los problemas asociados al abuso de bebidas alcohólicas y alcoholismo se pueden citar: intoxicación, accidentes y conducta violenta que se ve reflejada principalmente como violencia familiar, cirrosis y hepatitis, pancreatitis, cardiopatía, encefalopatía, enfermedades degenerativas y carenciales, prácticas sexuales y conductas de riesgo, síndrome alcohólico-fetal, trastornos mentales, alimenticios y de la conducta, cáncer del aparato digestivo, entre otras.

La ingesta de alcohol por conductores y conductoras de vehículos que circulan por las carreteras, es uno de los elementos que contribuye a la siniestralidad en todo el mundo; situación que no aminoró con la COVID-19.





Contacto



Opiniones

**Gobierno del Estado de México**

**Secretaría de Salud**

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

[www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/](http://www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/)

correo: [cevece@salud.gob.mx](mailto:cevece@salud.gob.mx)

o síguenos por:

