

¿QUÉ ES ALCOHOL?

Alcohol etilo es el ingrediente intoxicante encontrado en la cerveza, el vino y el licor. Producido por la fermentación de levadura, azúcares y almidones, alcohol es un depresor del sistema nervioso central. Absorbido por el estómago e intestino delgado al torrente sanguíneo, la intensidad del efecto de alcohol en el cuerpo se relaciona directamente con la cantidad que se consume. Las reacciones individuales al alcohol varían de persona a persona y se influyen por: género, edad, condición física, la cantidad de comida consumida antes de beber, la velocidad de consumir el alcohol, el uso de drogas y la historia médica de la familia.

TU CUERPO TARDA 60 MINUTOS EN PROCESAR 1 ONZA DE ALCOHOL.

UNA BEBIDA ES UNA BEBIDA ES UNA BEBIDA

Una bebida promedio es igual a 14.0 gramos (0.6 onzas) de alcohol puro. Eso es igual a:



CONCENTRACIÓN DE ALCOHOL EN LA SANGRE

La concentración de alcohol en la sangre se refiere a la cantidad de alcohol que circula en el torrente sanguíneo de una persona. Como referencia: una concentración de alcohol en la sangre de .10 significa que el 0.1% del torrente sanguíneo está compuesto de alcohol.

0.02 0.08 0.150

comienza el impedimento demasiado ebrio como para conducir la mayoría de las personas se desmaya

Copyright 2019 University of Southern California. All rights reserved.

EL CONSUMO DE ALCOHOL MODERADO



- Esta definición se refiere a la cantidad consumida en un solo día, no un promedio de varios días.
- Puede reducir el riesgo de un ataque cardíaco, apoplejía, cardiopatía y síncope cardíaco repentino

EL CONSUMO EXCESIVO DE ALCOHOL



- El consumo excesivo de alcohol puede dañar el hígado y corazón, lastimar a un bebé no nacido, aumentar el riesgo de cáncer de mama, contribuir a la depresión y afectar tus relaciones con otras personas.

EXCESOS ALCOHÓLICOS



- Definido como un patrón de beber que sube la concentración de alcohol en la sangre a 0.08% o más en una sola ocasión, generalmente dentro de 2 horas.
- Dos veces más prevalente entre los hombres.
- Más que el 50% del alcohol consumido por adultos es en la forma de excesos alcohólicos
- Se relaciona con un riesgo aumentado por presión sanguínea alta, ataque cardíaco y enfermedades de transmisión sexual. También es un factor de riesgo para lesiones, violencia y suicidio.
- 1 de cada 6 adultos toman en forma de excesos alcohólicos 4 veces por mes, consumiendo aproximadamente 8 bebidas cada vez.