

ALCOHOLISMO

Es una enfermedad marcada por el consumo incontrolado de bebidas alcohólicas a un nivel que interfiere con la salud física o mental del individuo y con las responsabilidades sociales, familiares u ocupacionales. Las personas con dependencia de alcohol, el trastorno alcohólico más severo, por lo general experimentan tolerancia (la necesidad de cantidades cada vez mayores para lograr la intoxicación o el efecto deseado) y síntomas de abstinencia cuando el alcohol se suspende o se reduce el consumo. También gastan mucho tiempo consumiendo alcohol y consiguiéndolo. Los abusadores del alcohol son "bebedores problema", es decir pueden tener problemas legales, como beber y conducir o beber de juerga (tomar seis o más tragos en una ocasión). Las personas que son dependientes o abusan del alcohol vuelven a su consumo a pesar de la evidencia de los problemas físicos o psicológicos, aunque aquellos con dependencia presentan problemas más severos y una mayor compulsión a beber.

Causas y factores de riesgo

El alcoholismo es un tipo de farmacodependencia, en la cual existe tanto la adicción física como la psicológica. La dependencia física se manifiesta en la reaparición de los síntomas cuando el consumo de alcohol se interrumpe, la tolerancia a los efectos causados por el alcohol y la evidencia de enfermedades asociadas con el alcohol. El alcohol afecta el sistema nervioso central y actúa como un depresor que desencadena una disminución de la actividad, ansiedad, tensión e inhibiciones. Aun un nivel bajo de alcohol dentro del organismo produce lentitud en las reacciones; la concentración y el juicio del individuo se deterioran y en cantidades excesivas se produce intoxicación y envenenamiento.

El alcohol también afecta otros sistemas del cuerpo y provoca irritación del tracto gastrointestinal y erosión del revestimiento del estómago, causando náuseas y vómito e incluso posiblemente sangrado. Las vitaminas no se absorben de manera apropiada, lo cual puede conllevar a deficiencias nutricionales debido a un consumo prolongado de alcohol. Así mismo, se puede desarrollar enfermedad hepática, denominada hepatitis alcohólica y puede progresar a cirrosis. El corazón se puede afectar por una cardiomiopatía; se puede presentar también disfunción sexual que se presenta como una disfunción eréctil en los hombres y con cese de la menstruación en las mujeres. El alcohol afecta el sistema nervioso y puede producir neuropatía y demencia; el consumo crónico de alcohol también puede aumentar el riesgo de cáncer de la laringe, esófago, hígado y colon. El consumo de alcohol durante el embarazo puede ocasionar problemas severos en el desarrollo del feto, el más serio es el síndrome de alcohol fetal que puede producir retardo mental y problemas de comportamiento; una forma leve de la condición que aún puede producir daño de por vida se denomina efectos alcohólicos fetales.

Las consecuencias sociales del problema de beber y la dependencia del alcohol pueden ser tan serias como los problemas médicos. Las personas que abusan o son dependientes del alcohol tienen una incidencia más alta de desempleo, violencia doméstica y problemas con la ley. Aproximadamente la mitad de las fatalidades de tránsito están asociadas con el consumo de alcohol.

El desarrollo de la dependencia al alcohol puede surgir en un período de años, seguido de un patrón progresivo relativamente consistente. Al inicio, el individuo experimenta una fase de tolerancia al alcohol, lo cual resulta en la capacidad de consumir una gran cantidad antes que sus efectos adversos se noten. La fase siguiente a la tolerancia se caracteriza por un deterioro de la memoria relacionada con los episodios del consumo y posteriormente se presenta una falta de control durante el consumo, en la cual el individuo afectado ya no puede suspender el alcohol en el momento en que lo desee. El comportamiento más grave se presenta durante fiestas prolongadas con consumo de alcohol, en las cuales hay

complicaciones mentales o físicas asociadas. Algunos individuos son capaces de ganar control sobre su dependencia en las fases iniciales, antes de que se presente una pérdida total de control, el problema es que nadie sabe qué bebedores podrán recuperar el control y quiénes no.

La abstinencia se desarrolla debido a que el cerebro se ha adaptado físicamente a la presencia del alcohol y no puede funcionar adecuadamente en ausencia de la droga. Los síntomas de la abstinencia pueden incluir aumento de la temperatura, aumento de la tensión arterial, tasa cardíaca rápida, desasosiego, ansiedad, psicosis, convulsiones y, en raras ocasiones, inclusive la muerte.

No existe una causa común del alcoholismo. Sin embargo, varios factores pueden jugar un papel importante en su desarrollo. Una persona con un padre o una madre alcohólica tiene más probabilidades de volverse alcohólico que con un individuo sin alcoholismo en la familia inmediata. La investigación sugiere que ciertos genes pueden aumentar el riesgo de alcoholismo pero qué genes o cómo ejercen su influencia es motivo de controversia. Entre los factores psicológicos están la necesidad de aliviar la ansiedad, una depresión en curso, conflictos de relaciones interpersonales sin resolver o baja autoestima; y entre los factores sociales están la disponibilidad del alcohol, la aceptación social del consumo de alcohol, la presión del compañero y estilos de vida estresantes.

Síntomas

Las siguientes preguntas se utilizan por el Instituto Nacional de Abuso de Alcohol y Alcoholismo para buscar abuso/dependencia del alcohol:

- ¿ha sentido que debe dejar de beber?
- ¿existe alguien en su familia preocupado por su forma de beber?
- ¿ha tenido alguna vez lagunas después de beber?
- ¿se ha ausentado del trabajo o perdió un trabajo por la bebida?
- ¿Tiene que beber más que antes para lograr la intoxicación o el efecto deseado (para buscar tolerancia)?

Algunos de los síntomas asociados con alcoholismo incluyen:

- beber cuando se está solo
- inventar excusas para beber
- necesidad de consumo diario o frecuente de alcohol para un funcionamiento adecuado
- falta de control cuando se bebe, con incapacidad para suprimir o reducir el consumo del alcohol
- episodios de violencia asociados con el consumo de alcohol
- comportamiento reservado con el fin de esconder un comportamiento relacionado con el alcohol
- hostilidad al momento de una confrontación acerca del consumo de licor
- negligencia para ingerir alimentos
- descuido de la apariencia personal

- náuseas y vómito
- temblor en las mañanas
- dolor abdominal
- entumecimiento y hormigueo
- confusión

Nota: los síntomas pueden variar.

Los síntomas de abstinencia del alcohol pueden variar de leves a graves:

- ritmo cardíaco acelerado y sudoración
- inquietud o agitación
- pérdida del apetito, náuseas o vómito
- confusión o alucinaciones
- temblores y convulsiones

Signos y exámenes

Todos los médicos deben interrogar a sus pacientes acerca de su bebida. Se puede obtener una historia de la familia si la persona afectada no desea responder a la preguntas. Se realiza un examen físico para identificar los problemas físicos relacionados con el consumo del alcohol.

- un tamizaje toxicológico o el nivel de alcohol en la sangre confirma un consumo reciente de alcohol (lo cual no significa alcoholismo)
- las pruebas de función hepática pueden estar elevadas. La glutamil transaminasa (GGT) a menudo está más elevada que las otras pruebas de función hepática
- conteo sanguíneo completo (CSC): el volumen corpuscular medio (MCV) o tamaño de los glóbulos rojos puede estar elevado
- en algunas ocasiones, los exámenes de magnesio en suero, ácido úrico, proteína total y folato son normales

Grupos de apoyo

Los miembros de AA tienen ayuda disponible 24 horas al día, se asocian con un grupo de compañeros sobrios, aprenden que es posible participar en funciones sociales sin beber y se les brinda un modelo de recuperación mediante la observación de los logros de los miembros sobrios del grupo. Otros grupos de apoyo son más pequeños, pero están en crecimiento y todos tienen presencia en línea.

Expectativas (pronóstico)

El alcoholismo es un problema social, económico y de salud pública grave, pues está involucrado en más de la mitad de todas las muertes en accidentes y casi la mitad de las muertes por accidentes de tránsito. Además, un alto porcentaje de suicidios comprometen el uso de alcohol en combinación con otras sustancias. Las muertes adicionales se relacionan con las complicaciones médicas a largo plazo asociadas con la enfermedad. Únicamente el 15% de aquellos individuos dependientes del alcohol buscan ayuda profesional. La

recaída después del tratamiento es común por lo que es importante mantener sistemas de apoyo con el fin de enfrentarse a las dificultades y asegurarse que no se conviertan en retrocesos completos. Los programas de tratamiento tienen tasas de éxito variables. Sin embargo, muchos individuos dependientes se recuperan completamente.

Complicaciones

- pancreatitis aguda y pancreatitis crónica
- miocardiopatía alcohólica
- neuropatía alcohólica
- várices esofágicas sangrantes
- degeneración cerebelosa
- cirrosis hepática
- abstinencia complicada del alcohol
- depresión
- disfunción eréctil
- síndrome de alcoholismo fetal en la descendencia de mujeres alcohólicas
- presión sanguínea alta
- aumento en la incidencia de cáncer
- insomnio
- deficiencias nutricionales
- suicidio
- síndrome de Wernicke-Korsakoff

Situaciones que requieren asistencia médica

Se debe ir al hospital si se desarrollan problemas severos de confusión, convulsiones, sangrado u otros en una persona que se sabe o se sospecha es dependiente del alcohol.

Prevención

Los programas educativos y las recomendaciones médicas acerca del abuso del alcohol han sido exitosas en la disminución del consumo de alcohol y sus problemas asociados. La dependencia del alcohol requiere un manejo más intenso.