

La ruta del alcohol

COMO SE ABSORBE

1

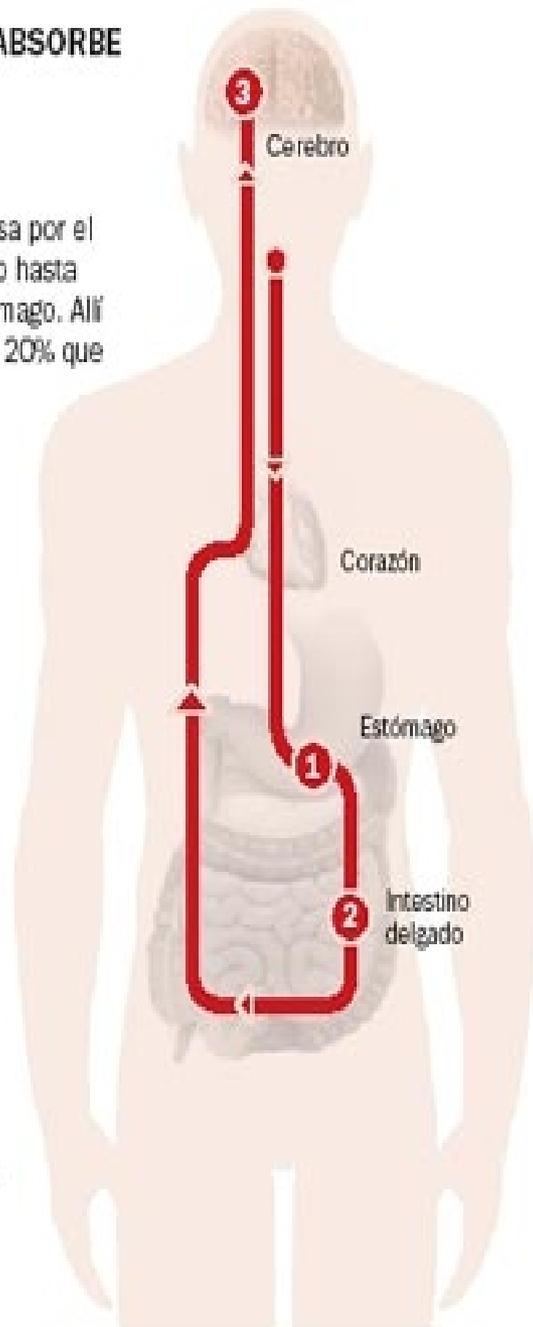
El alcohol pasa por el tubo digestivo hasta llegar al estómago. Allí se absorbe el 20% que fue ingerido.

2

Luego, en el intestino delgado, se completa la absorción.

3

La sangre, con alcohol, circula por el cuerpo y llega al cerebro.



COMO SE ELIMINA

1

El hígado es el encargado de metabolizarlo a un ritmo constante.

2

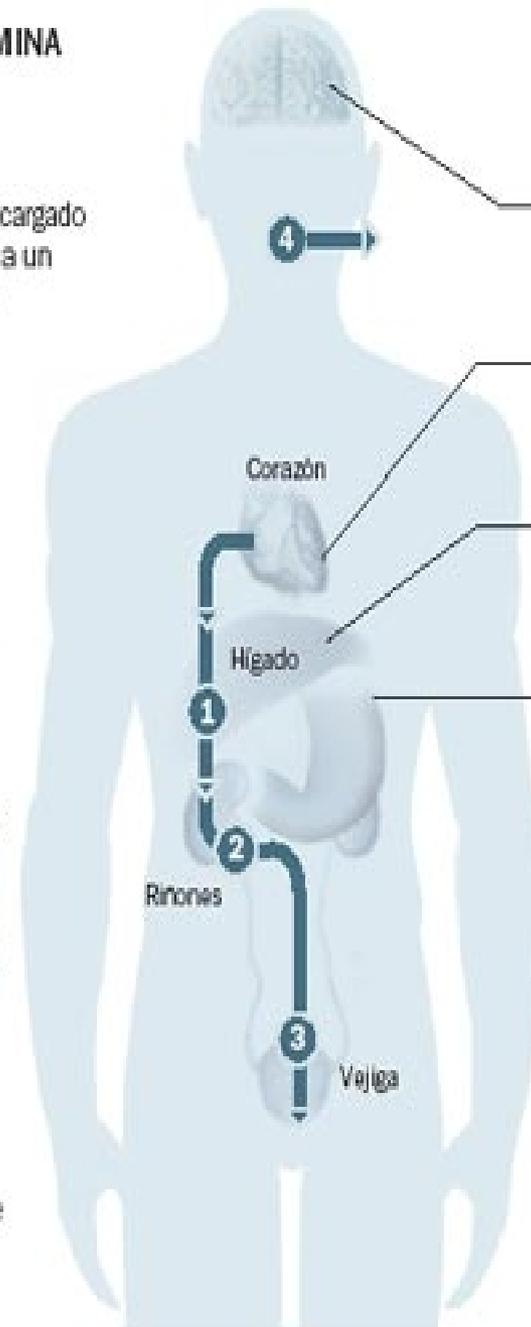
Los riñones recolectan las sustancias resultantes que son filtradas y luego enviadas a la vejiga.

3

Aquí se almacena la orina, que es más abundante que la normal, y que luego será eliminada.

4

Una mínima parte se elimina por exhalación.



DAÑOS A LARGO PLAZO

Producidos por el consumo en exceso.

Adicción

Pérdida de la voluntad. Psicosis.

Corazón

Arritmia, insuficiencia cardíaca, hipertensión.

Hígado

Hepatitis alcohólica, hígado graso y cirrosis.

Estómago

Gastritis erosiva.



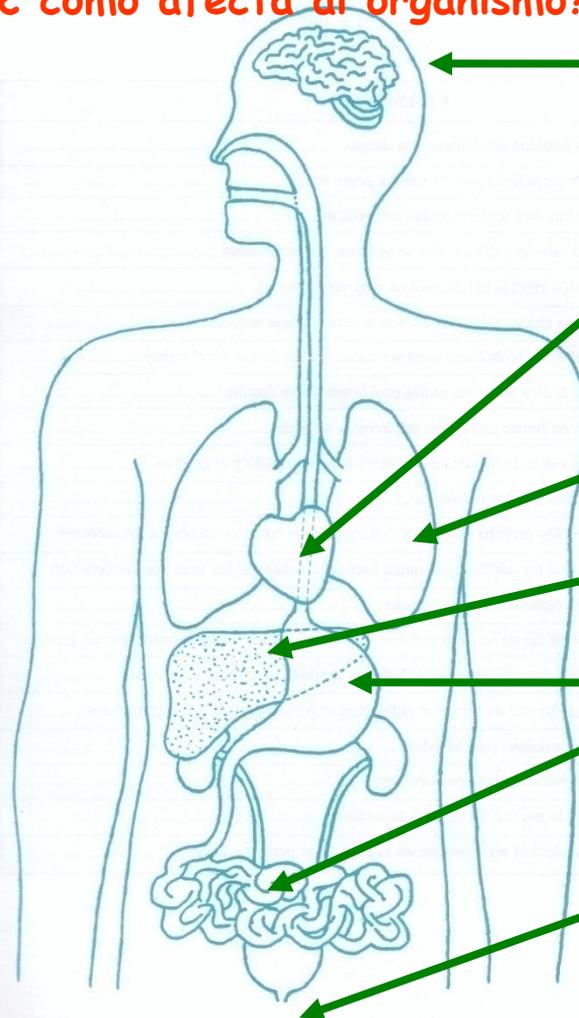
EN LAS MUJERES

El agua del organismo diluye el alcohol y las grasas lo retienen.

El consumo en las mujeres es más nocivo porque tienen menos agua y más grasa que los hombres. Retienen más el alcohol.



¿ cómo afecta al organismo?



neurológicas

Arritmias, hipertensión,
cardiomiopatías

Alitosis, bronquitis
crónica, edema,
tuberculosis, apnea

Hepatitis, cirrosis
hepáticas, cancer

Problemas gástricos
(ulceras), gastritis

Disminución de la libido
y disfunción sexual



Los síntomas de la resaca

Un ataque de sed afecta el organismo por hasta 24 horas. Un vistazo a la reacción del cuerpo a una enorme cantidad de alcohol

@nutrimetabolic



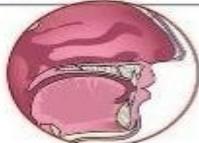
1 Las venas del cerebro se dilatan, causando dolores de cabeza palpitantes. La deshidratación puede provocar que el cerebro pierda agua y se reduzca de tamaño, intensificando el dolor.



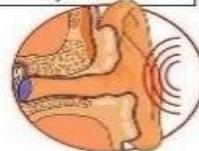
2 La glándula pituitaria aumenta la segregación de hormonas, alterando el ritmo biológico del cerebro, lo que puede causar que el sueño no proporcione descanso e interfiera con la función normal de los riñones.



3 Sensación de resequead y carraspa en la garganta y la boca por la deshidratación.



4 El sistema nervioso central se altera, causando sudoración, temblores e irritabilidad ante la luz, el sonido y el tacto.



5 El corazón puede inflamarse con latidos irregulares o aun dejar de funcionar.



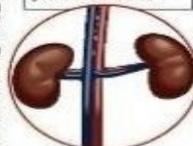
6 Los músculos se debilitan a causa de la deshidratación y de los bajos niveles de azúcar.



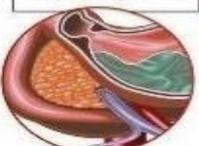
7 El hígado acumula ácidos grasos y lácticos, impidiendo al cuerpo metabolizar el azúcar. El resultado es una baja de azúcar o hipoglucemia, que puede causar debilidad y cambios de humor.



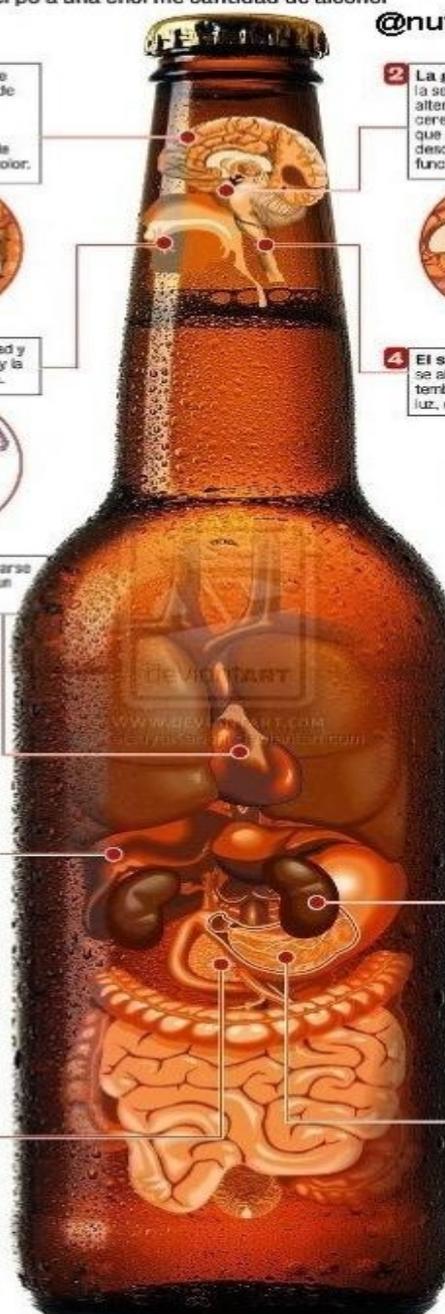
8 Los riñones pierden capacidad de reabsorber el agua, aumentando la orina y la deshidratación.



9 El páncreas aumenta la producción de jugos digestivos, causando dolor, náusea y vómitos.

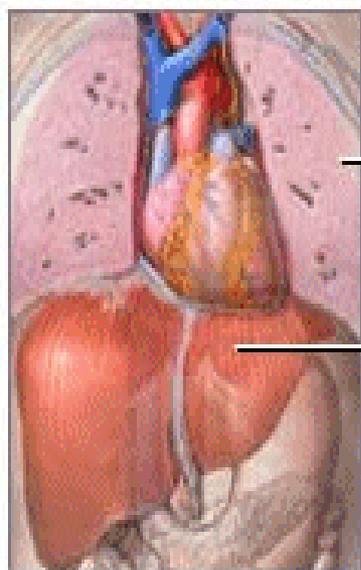


10 Las paredes del estómago se inflaman, retrasando la digestión. El exceso de ácidos gástricos provocan náuseas.



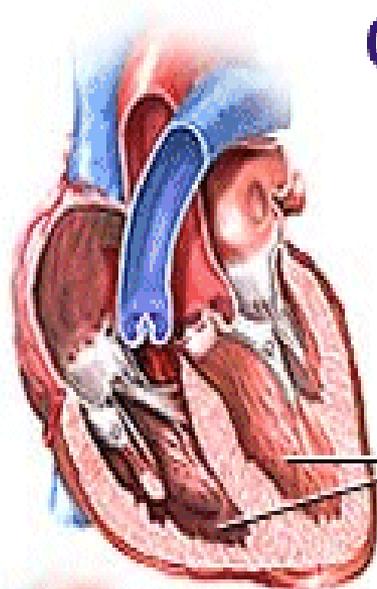
Cardiomiopatía alcohólica

El consumo excesivo de alcohol tiene un efecto tóxico directo en las células del músculo cardíaco. Este músculo se debilita y no puede bombear la sangre eficientemente. La falta de flujo sanguíneo afecta todas las partes del cuerpo, ocasionando un daño a múltiples tejidos y sistemas orgánicos. Además, el alcohol puede dañar directamente el hígado.

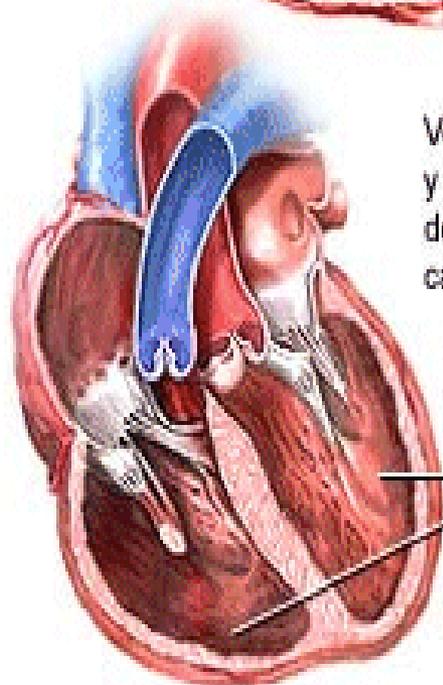


Pulmón

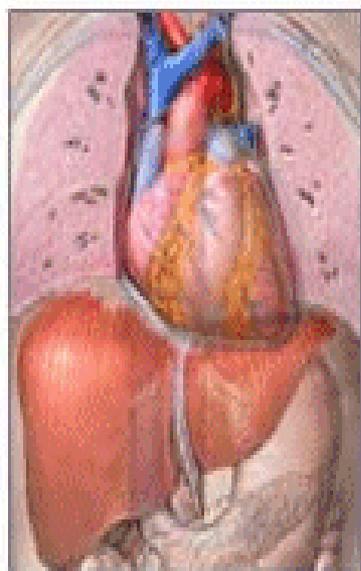
Hígado

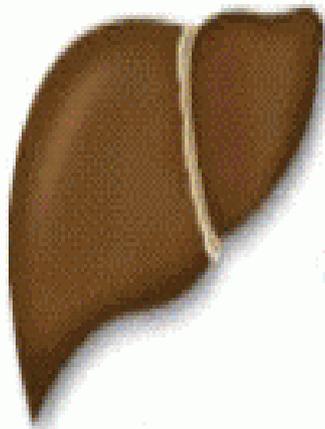


Ventriculos normales



Ventriculos izquierdo y derecho agrandados debido a la cardiomiopatía





Hepatitis alcohólica



Cirrosis



Cáncer

Consumo exagerado de alcohol

Higado graso: con frecuencia sin síntomas

Fatiga
Debilidad
Ictericia
Dolor

Daño reversible con abstinencia completa del alcohol



Daño irreversible. Los síntomas mejoran en algunos casos con la abstinencia del alcohol

El daño de beber en exceso

Investigadores británicos han creado una prueba a través de la sangre para determinar la gravedad de los daños orgánicos que causa el alcohol en el hígado.



ÓRGANO AFECTADO

El alcohol crea una **sobrecarga de trabajo y aumento de grasa en el hígado**, además de **daño celular irreversible**.

CÓDIGO DE SEMÁFORO

 Los resultados de la prueba se indican por color:

Daño hepático poco probable



50% de probabilidades de daño hepático



Alta probabilidad de daño hepático potencialmente irreversible

DAÑOS PRODUCIDOS POR EL ALCOHOL EN EL HÍGADO

HÍGADO GRASO

Acumulación excesiva de ácidos grasos y triglicéridos en las células del hígado. Inflamación.



FIBROSIS

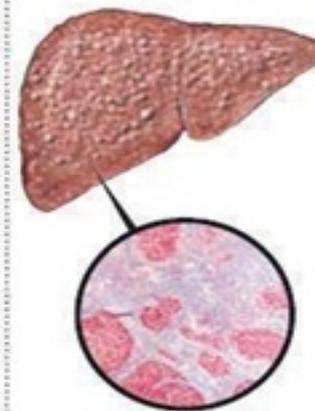
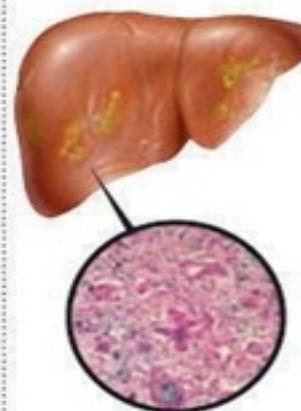
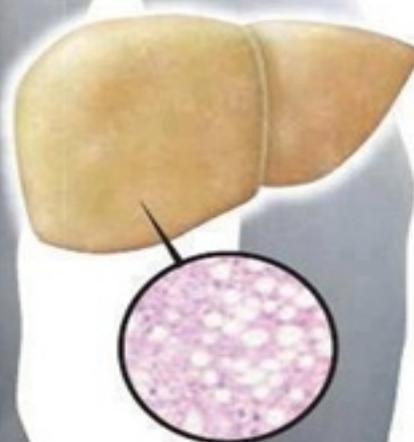
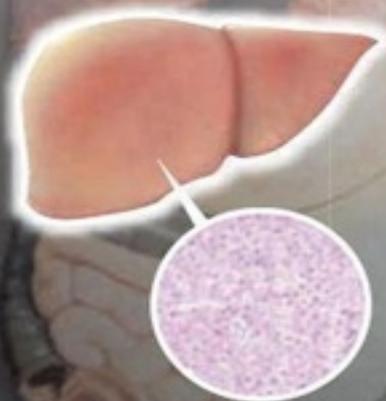
Formación de cicatrices de tejido.



CIRROSIS HEPÁTICA

Daño hepático crónico. Crecimiento de tejido conectivo destruye las células del hígado.

Hígado normal

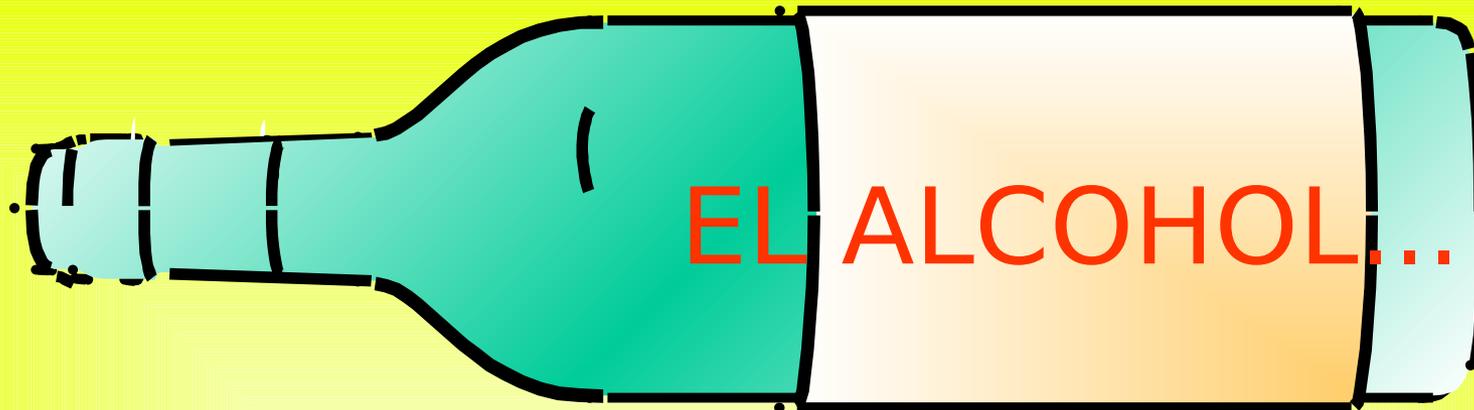


Recuperación ▶

Se requiere estricta abstinencia.

Es posible pero las cicatrices permanecen.

El daño es irreversible.



ii EN EL 43 % DE LOS SINIESTROS EN ACCIDENTES DE TRÁFICO SE DETECTAN ALTAS TASAS DE ALCOHOL!! (*)



MINISTERIO DEL INTERIOR



OBSERVATORIO NACIONAL DE SEGURIDAD VIAL

Distribución de factores concurrentes en los siniestros con víctimas y siniestros mortales ocurridos en vías interurbanas y urbanas. Año 2022. (Cataluña y País Vasco excluidos).

Factor concurrente	Siniestros con víctimas		Siniestros mortales	
	Casos	% sobre total accidentes	Casos	% sobre total accidentes
Conducción distraída o desatenta	11.692	17%	404	31%
Velocidad inadecuada	4.716	7%	309	23%
Alcohol*	3.414	14%	264	29%

Nota: El total de siniestros con víctimas considerado es 70.399 y el total de siniestros mortales es 1.320. En un mismo siniestro pueden estar implicados varios factores.

* En el caso del alcohol, se considera la muestra de 23.701 siniestros con víctimas y una muestra de 921 siniestros mortales, en los que se han hecho pruebas a todas las personas conductoras implicadas. Cuando al menos una de las pruebas es positiva, se considera que el factor concurrente alcohol está presente.



(*) DGT, DATOS DE 2022

OLVIDAMOS QUE EL ALCOHOL ES UNA DROGA...

DEFINICIÓN DE DROGA:

Es toda aquella sustancia que, al introducirse en nuestro organismo, es capaz de producir una modificación de la conducta de quien la ha consumido, modificar las funciones orgánicas del mismo o modificar su estado de ánimo.

