

## EL CONSUMO DE ALCOHOL

Para la mayoría de los adultos, el consumo moderado de alcohol no es peligroso. Sin embargo, aproximadamente 17.6 millones de adultos en Estados Unidos son alcohólicos o tienen problemas con el alcohol. El alcoholismo es una enfermedad con cuatro características principales:

- Ansia: una fuerte necesidad de beber
- Pérdida de control: incapacidad para dejar de beber una vez que se comenzó
- Dependencia física: síntomas de abstinencia, tales como náuseas, sudoración o temblores después de dejar de beber
- Tolerancia: la necesidad de beber cantidades de alcohol cada vez mayores para poder sentir el efecto

El alcoholismo conlleva muchos peligros serios. Beber en exceso puede aumentar el riesgo de padecer algunos cánceres. Eso puede causar daños en el hígado, el cerebro y otros órganos. Puede provocar defectos congénitos. Aumenta el riesgo de muerte por accidentes de tránsito y también otras lesiones, así como el riesgo de homicidios y Si tiene menos de 18 años, o si bebe demasiado a cualquier edad, el alcohol puede ser especialmente riesgoso.

Muchos jóvenes comienzan a beber ya en la escuela intermedia, incluso antes. Eso es peligroso. Los jóvenes que beben tienen más probabilidades de ser víctimas de crímenes violentos y agresiones sexuales. Tienen más probabilidades de tener problemas serios en la escuela. También de estar involucrados en accidentes de tránsito relacionados con la bebida. Además, pueden desarrollar problemas con el alcohol en etapas posteriores de sus vidas.

Los niños suelen comenzar a beber para estar más "en onda" o encajar con sus pares. Los padres pueden hacer muchas cosas para ayudar a sus hijos a evitar los problemas con el alcohol. Si sospecha que su hijo tiene problemas con la bebida, busque ayuda.

Beber en exceso y desde muy joven puede desarrollar una enfermedad conocida como la CIRROSIS

La cirrosis es el conjunto de cicatrices en el hígado. El tejido cicatricial se forma por lesiones o enfermedades prolongadas. El tejido escamoso no puede hacer lo que hace el tejido hepático sano: producir proteínas, ayudar a combatir las infecciones, limpiar la sangre, ayudar a digerir los alimentos y almacenar energía. La cirrosis puede conducir a:

- Ocurrencia de hematomas o hemorragias con facilidad o sangrado nasal
- Hinchazón del abdomen o las piernas
- Sensibilidad adicional a las medicinas
- Aumento de la presión en la vena que penetra en el hígado
- Venas dilatadas en el esófago y el estómago
- Insuficiencia renal

Aproximadamente 5 por ciento de las personas con cirrosis desarrolla Cáncer de hígado

La cirrosis puede tener muchas causas., las causas más comunes son el alcoholismo crónico y la hepatitis. Nada hará desaparecer el tejido escamoso, pero tratar la causa puede evitar que

empeore la enfermedad. Si se forma demasiado tejido escamoso, es posible que quizá deba pensar en un trasplante de hígado.