

Hospital de Greenwich

HOJAS DE INFORMACIÓN AL PACIENTE SOBRE EL ALCOHOLISMO

¿Qué es el Alcoholismo?

El alcoholismo es una enfermedad en la cual se ingieren bebidas alcohólicas sin control, a tal punto que éstas interfieren con la salud física, la salud emocional y las funciones sociales. Al contrario de la imagen estereotípica del alcohólico, la mayoría de los “alcohólicos” tienen familia, amigos y trabajo. El alcoholismo es la tercera causa principal de impedimento o muerte en los Estados Unidos.

Aproximadamente, una de cada diez personas que beben alcohol se convierten en alcohólicos o químicamente adictos. Algunos de los efectos duraderos que produce el alcohol en el cuerpo, aparecen en la siguiente lista:

- Accidentes
- Defectos de Nacimiento
- Sangramiento/cáncer del esófago
- Daños Cerebrales
- Delirium Tremens (DTs)
- Problemas del Corazón
- Impotencia
- Mal funcionamiento del hígado
- Cambios en el carácter
- Pancreatitis
- Úlceras

¿Como se trata el alcoholismo?

El alcoholismo es tratado con la abstinencia. El procedimiento de eliminar el alcohol del cuerpo se lo llama desintoxicación. La desintoxicación es un proceso que necesita la intervención médica y debe hacerse bajo su supervisión.

¿Qué es la Adicción?

La adicción es la condición por la cual una persona desarrolla una dependencia a cualquier sustancia que altera su comportamiento. Las drogas que perturban el comportamiento (tales como el alcohol) alteran la química en el cerebro y cambian el pensamiento, los sentimientos y el comportamiento de una persona. Existe evidencia de que la adicción química es hereditaria. El cuerpo de un adicto, reacciona a los químicos que alteran el comportamiento, de diferente manera al cuerpo de una persona no adicta.

HOJAS DE INFORMACIÓN AL PACIENTE SOBRE EL ALCOHOLISMO (2)

¿Cómo Progresa el Proceso de la Adicción?

La adicción se desarrolla en una serie de fases que se pueden predecir:

- Etapa Inicial: se determina con el aumento de la tolerancia (la habilidad de beber más) y la dependencia.
- Etapa Media: se manifiesta cuando el descontrol progresa. Existe una falta de noción de saber hasta cuánto y cuándo se ha tomado.
- Etapa Crónica: se caracteriza por el deterioro físico, psicológico, en la conducta, social y espiritual. La calidad de vida empeora totalmente.

¿Qué es la negación?

La negación en la adicción es común en todas las fases:

- Etapa Inicial: la falta de reconocer los problemas hace posible la negación de los hechos.
- Etapa Media: Los dolores y los problemas no se asocian con la adicción.
- Etapa Crónica: El razonamiento y el juicio deteriorado confunden la realidad.

En todas las etapas, la negación bloquea la motivación de recuperación porque enmascara la realidad.

¿Cómo Sé Si Necesito un Tratamiento?

A menudo el tratamiento es eludido porque la negación no permite a un dependiente reconocer que la bebida es un problema. Pregúntele a un ser querido como le afecta a él o ella el que usted ingiera alcohol. Esta pregunta requiere valor y compromiso pero podría, eventualmente, cambiar su vida.

¿Cómo Empiezo a Recuperarme?

Alcohólicos Anónimos (AA) es una parte esencial para el proceso de recuperación. Ellos brindan apoyo a personas en recuperación. AA utiliza pasos activos (denominados "Los doce pasos") que guían el proceso de la recuperación. En algunos casos, además, se necesita una ayuda especializada. Los problemas de salud requieren la asistencia de un médico que entienda de adicción. Los problemas financieros o legales podrían necesitar la asistencia de un abogado o un consejero financiero. Los problemas matrimoniales y/o sexuales requerirían de un consejero. Los problemas de ansiedad y estado de ánimo necesitarían de un psiquiatra o psicólogo. El tratamiento para la adicción puede requerir de institucionalización. Al-ANON y ALA-Teen son útiles para las familias que necesitan ayuda para lidiar con la situación y con sus sentimientos cuando se trata de un miembro adicto en la familia.

HOJAS DE INFORMACIÓN AL PACIENTE SOBRE EL ALCOHOLISMO (3)

¿Qué Puedo Hacer para Adelantar mi Recuperación?

Una vida saludable promueve la recuperación. Una buena nutrición ayuda a recuperar y a sanar el cuerpo. Evite los concentrados dulces, la cafeína y la nicotina. Los ejercicios de relajación y físicos ayudan a mejorar la salud y a reducir la tensión. La diversión y el tiempo libre forman parte de una buena salud. La recuperación requiere de un compromiso de parte del dependiente y la familia. El apoyo de ésta, facilita el proceso de recuperación y ayuda con la abstinencia.

Para mayor información, llame al Programa de Recuperación del Hospital de Greenwich: (203) 863-HOPE, o a su médico de cabecera.

Rev. 7/05