

ALCOHOL Y MUJERES. PROBLEMA CRECIENTE



26 millones
de jóvenes en México abusan
del consumo del alcohol



8 millones
son mujeres¹



1

lata o botella de cerveza (350 ml)



1

copa de vino (150 ml)

= 1 trago



1

mezcla de alcohol con refresco



1

coctel o trago de licor fuerte

LÍMITES DEL CONSUMO RESPONSABLE DE ALCOHOL EN MUJERES HASTA 65 AÑOS DE EDAD



1-3 al día



No más de **7** tragos
a la semana

El consumo de alcohol es perjudicial cuando se bebe:



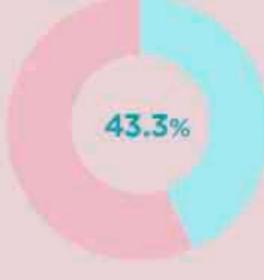
Muchas veces por mes
o, incluso, por semana.



3 a 4 tragos o más
en un día.²



La dependencia al alcohol
en mujeres mexicanas se triplicó
en sólo nueve años.



de las mujeres mexicanas iniciaron
el consumo de alcohol
a los 17 años o menos.³

RIESGOS DEL CONSUMO EXCESIVO DE ALCOHOL EN MUJERES



Relaciones sexuales riesgosas que pueden
provocar enfermedades de transmisión
sexual y/o embarazos
no deseados.



Alteración del ciclo menstrual, lo que
disminuye la posibilidad de quedar
embarazada.



Muerte fetal, aborto o parto prematuro
en caso de embarazo.



El bebé puede presentar síndrome fetal
alcohólico, el cual causa retraso mental
y defectos congénitos. Asimismo,
correr mayor peligro de sufrir muerte
de cuna.



Incrementa el riesgo de cáncer
de mama.



Al igual que en el hombre, aumenta la
posibilidad de padecer problemas
hepáticos, óseos, sexuales, cardíacos y
gastrointestinales.⁴



Riesgo de accidentes automovilísticos y
otro tipo de percances.



Bajo rendimiento escolar o laboral.



Incremento de la probabilidad
de cometer o ser víctima de crímenes
violentos.



Problemas financieros o legales.



Conflictos en las relaciones personales.⁵

SEÑALES DE ABUSO EN EL CONSUMO DE ALCOHOL:

Cambios repentinos
de humor, irritabilidad.

Falta de memoria.

Inasistencia escolar, bajas
calificaciones.

Depresión.

Solicitud de préstamos inusuales de
dinero.⁶

FUENTES

¹ Noticieros Televisa: <http://goo.gl/ldxetQ>

² Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos: <https://goo.gl/7EOlJY>

³ Encuesta Nacional de Adicciones 2011. Comisión Nacional contra las Adicciones:
<http://goo.gl/6Zc35P>

⁴ Centros de Control y Prevención de Enfermedades de Estados Unidos: <http://goo.gl/LdP5Mw>

⁵ Clínica Mayo: <http://goo.gl/HDU5X4>