

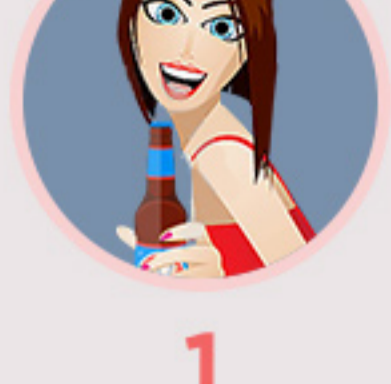
ALCOHOL Y MUJERES, PROBLEMA CRECIENTE



26 millones de jóvenes en México abusan del consumo del alcohol



8 millones son mujeres¹



1

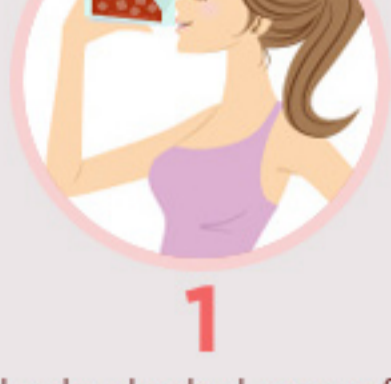
lata o botella de cerveza (350 ml)



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

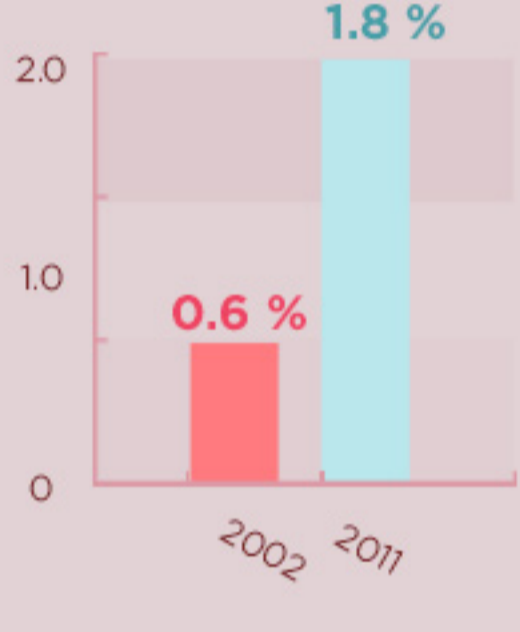
El consumo de alcohol es perjudicial cuando se bebe:



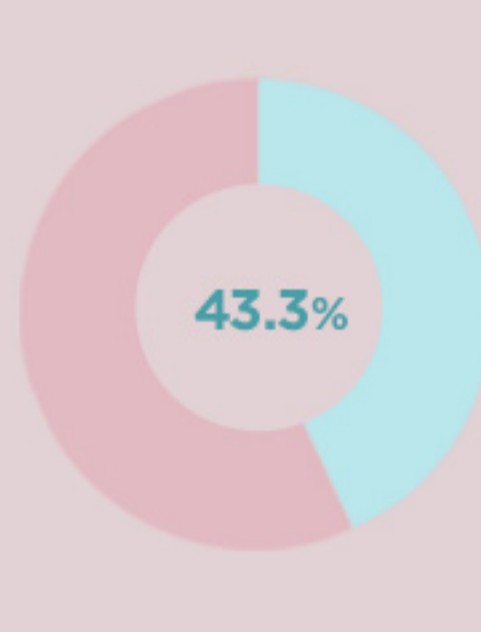
Muchas veces por mes o, incluso, por semana.



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

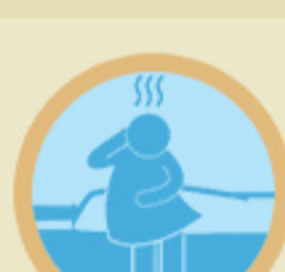
RIESGOS DEL CONSUMO EXCESIVO DE ALCOHOL EN MUJERES



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**.



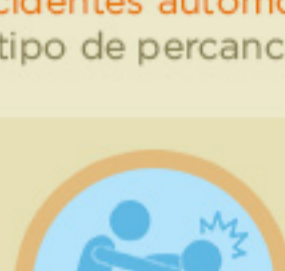
Al igual que en el hombre, aumenta la posibilidad de padecer problemas hepáticos, óseos, sexuales, cardíacos y gastrointestinales.⁴



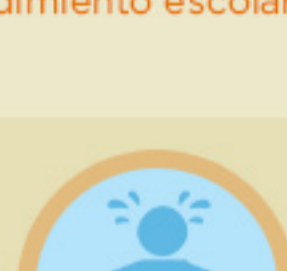
Riesgo de accidentes automovilísticos y otro tipo de percances.



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.

Depresión.

Inasistencia escolar, bajas calificaciones.

Solicitud de préstamos inusuales de dinero.¹

FUENTES

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

² Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos: <https://goo.gl/7E0ljY>

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/HDUx4>

