

Datos sobre el alcohol

El alcohol es el ingrediente de una bebida que puede embriagarlo. Cada tipo de bebida alcohólica contiene una cantidad diferente de alcohol. Estas bebidas alcohólicas contienen aproximadamente la misma cantidad de alcohol:

- 1 ½ onzas de licor fuerte
- 5 onzas de vino
- 8 onzas de licor de malta
- 12 onzas de cerveza

¿Cómo puede afectar el consumo de alcohol a su salud?

- Se puede sentir tonto, enojado o triste.
- Puede ser difícil caminar en línea recta, hablar con claridad o conducir de forma segura.
- Puede sufrir una intoxicación por alcohol si bebe demasiado alcohol en la misma ocasión.
- Puede sufrir “lagunas” u olvidar cosas que ocurrieron mientras estuvo alcoholizado.
- Es posible que sufra dolor de cabeza y náuseas después de consumir demasiado alcohol. Esto se denomina resaca.
- Puede aumentar el riesgo de accidente cerebrovascular, cáncer, enfermedad hepática y daño cerebral.



- Es posible que tenga relaciones sexuales sin protección y se contagie una enfermedad de transmisión sexual o hepatitis (un tipo de enfermedad hepática).
- Si está embarazada, su bebé podría desarrollar problemas de salud importantes.
- Puede causar lesiones y la muerte.

¿Cuáles son los indicios del consumo excesivo del alcohol y el alcoholismo?

- Necesita consumir más alcohol que antes para embriagarse.
- Bebe alcohol en la mañana para calmarse o curar la resaca.
- Bebe solo y lo mantiene en secreto.
- Cuando intenta dejar de beber, puede sufrir temblores, sudoración o tener problemas para dormir.



Llame a su proveedor si cree que sufre de alcoholismo. Existen medicamentos y otros tratamientos que pueden ayudarlo a recuperarse.

Autoayuda:

Alcohólicos Anónimos:

<http://www.aa.org/> o (877) 331-3394

Línea directa de Alcohólicos Anónimos: (800) 356-9996

Línea directa nacional para el tratamiento de la drogadicción y el alcoholismo: (800) 662-HELP

¿Tiene preguntas sobre salud?

Comuníquese con nuestra Línea de consejos de enfermería las 24 horas. Estamos aquí para ayudarlo.

Inglés y otros idiomas: (888) 275-8750 Español: (866) 648-3537 TTY/TDD: 711

Distribuido por Molina Healthcare. Todo el material de este folleto es solo informativo. No reemplaza las recomendaciones de su proveedor. Para obtener esta información en otros idiomas y formatos accesibles, llame al Departamento de Servicios para Miembros. Este número telefónico se encuentra al reverso de su tarjeta de identificación de miembro.

MolinaHealthcare.com

24185FLYMDCAES
201126

