



Alcohol: qué es y cuáles son sus efectos



¿Qué es el alcohol?

El alcohol es una droga que deprime el sistema nervioso central, es decir, que enlentece las funciones del cerebro. El alcohol afecta a la capacidad de autocontrol, por lo que puede confundirse con un estimulante.

El principal componente de las bebidas alcohólicas es el *etanol* o alcohol etílico, que tienen diferente concentración según su proceso de elaboración.

Las bebidas alcohólicas pueden ser:

- Fermentadas: vino, cerveza y sidra. Estas bebidas tienen una graduación entre los 4º y los 15º. Se producen por la fermentación de los azúcares o de los cereales.
- Destiladas: son el resultado de la destilación de las bebidas fermentadas, por lo que tienen mayor concentración de alcohol. El orujo, el pacharán, el vodka, el whisky, el ron, el brandy o la ginebra tienen entre 40º y 50º.

La graduación alcohólica

La graduación de una bebida indica, aproximadamente, el volumen de alcohol etílico que contiene. Así, una botella de vino de 12º contiene un 12% de alcohol puro y una botella de orujo de 50º contiene un 50% de alcohol puro.

¿Qué efectos inmediatos produce el alcohol en el organismo?

El alcohol ingerido en una bebida es absorbido en el aparato digestivo, desde donde pasa a la circulación sanguínea en la que puede permanecer hasta 18 horas.

Pocos minutos después de haber bebido, pueden aparecer una serie de efectos cuya manifestación varía según la cantidad que se haya bebido y las características de la persona.

Por orden de aparición en el tiempo y en relación con la concentración en el organismo, estos efectos son los siguientes:

- Desinhibición
- Euforia
- Relajación
- Aumento de la sociabilidad
- Dificultad para hablar
- Dificultar para asociar ideas
- Descoordinación motora
- y, finalmente, intoxicación aguda

En los casos en que la concentración de alcohol en la sangre alcance o supere los 3 gramos de alcohol por litro pueden parecer ataxia y somnolencia, coma o incluso muerte.

¿Qué influye en los efectos del alcohol?

Los efectos del alcohol dependen de la cantidad consumida, pero existen otras circunstancias que los pueden acelerar o agravar.

- **La edad.** Los jóvenes son más sensibles a los efectos del alcohol en actividades que tienen que ver con la planificación, la memoria y aprendizaje, y son más que los adultos a los efectos sedantes y a la descoordinación motora.
- **El peso y el sexo.** El alcohol afecta de modo más grave a las personas con menos tamaño. En general la mujer pesa menos y el tamaño de sus órganos internos es proporcionalmente más pequeño. Por lo tanto, menores cantidades de alcohol pueden producir daños en el cuerpo de forma más rápida.
- **La cantidad y rapidez de la ingesta.** A mayor cantidad de alcohol bebido y a menor tiempo, es mayor la posibilidad de intoxicación.
- **La combinación con bebidas carbónicas** como la tónica, las colas, etc. acelera la intoxicación.
- **La comida.** Si se come a la vez que se bebe, sobre todo alimentos grasos, se enlentece la intoxicación, pero no se evita ni se reducen los daños al cuerpo.
- **La combinación con otras sustancias.** Si se toman tranquilizantes, relajantes o calmantes, se potencian los efectos sedantes del alcohol. Cuando se combina con el cannabis se incrementan los efectos sedantes de ambas sustancias.

Texto adaptado a partir de la [Guía sobre drogas 2007 del Plan Nacional sobre Drogas](#). Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.

Artículo publicado el 1-12-2012, revisado por última vez el 1-4-2014

La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.

Este texto no pertenece originariamente a la página web "En Familia" de la Asociación Española de Pediatría y se reproduce con permiso de los propietarios del copyright. Para conocer las condiciones de uso debe dirigirse a la fuente original.

Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:

<https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/alcohol-que-es-cuales-son-sus-efectos>