

## Muertes por intoxicación por alcohol

### Una consecuencia mortal de los atracones de alcohol

**6 al día**



En los EE. UU., mueren en promedio 6 personas al día por intoxicación por alcohol.



**3 de cada 4**

El 76 % de las muertes por intoxicación por alcohol ocurre en adultos de 35 a 64 años.

**76 %**



Cerca del 76 % de los que mueren por intoxicación por alcohol son hombres.

En promedio, 6 personas murieron por intoxicación por alcohol en los Estados Unidos todos los días, desde el 2010 hasta el 2012. La intoxicación por alcohol es causada por el consumo de grandes cantidades de alcohol en poco tiempo. Cuando los niveles de alcohol en el cuerpo son muy altos, áreas esenciales del cerebro que controlan la respiración, el ritmo cardíaco y la temperatura corporal pueden dejar de funcionar, y causar la muerte. Las muertes por intoxicación por alcohol ocurren en personas de todas las edades, pero son más comunes en los adultos de mediana edad y en los hombres.

**Los estados y las comunidades pueden tomar medidas para reducir las muertes por intoxicación por alcohol al prevenir los atracones de alcohol. Estas medidas incluyen lo siguiente:**

- ◇ Unirse a los esfuerzos de la policía, grupos comunitarios, departamentos de salud, y médicos, personal de enfermería y otros proveedores de atención médica para reducir los atracones de alcohol y los daños relacionados con ellos.
- ◇ Fijarse en el rol que cumple el alcohol en las lesiones y muertes.
- ◇ Apoyar programas y políticas de comprobada eficacia para disminuir los atracones de alcohol. Los estados con políticas más estrictas sobre el consumo de alcohol tienen menos casos de atracones de alcohol.

→ **Vea la página 4**  
**¿Quiere saber más? Visite**

www [www.cdc.gov/spanish/signosvital](http://www.cdc.gov/spanish/signosvital)

Cada año, en los EE. UU., se producen 2200 muertes por intoxicación por alcohol.

## Problema

### Muertes por intoxicación por alcohol:

- ◇ La mayoría de las personas que mueren tienen entre 35 y 64 años.
- ◇ La mayoría de las personas que mueren son hombres.
- ◇ La mayoría de las muertes por intoxicación por alcohol se dan en blancos no hispanos. Aunque son una pequeña parte de la población estadounidense, los indoamericanos y los nativos de Alaska tienen la mayor cantidad de muertes por intoxicación por alcohol por millón de habitantes de cualquier raza.
- ◇ Alaska tiene la mayor cantidad de muertes por intoxicación por alcohol por millón de habitantes, mientras que Alabama tiene la menor cantidad.
- ◇ La dependencia del alcohol (alcoholismo) fue identificada como un factor que influyó en el 30 % de las muertes por intoxicación por alcohol.

### El atracón de alcohol puede causar la muerte por intoxicación por alcohol.

- ◇ El atracón de alcohol (es decir, tomar 4 o más bebidas alcohólicas en el caso de las mujeres, o 5 o más bebidas alcohólicas en el caso de los hombres, en un breve periodo) habitualmente lleva a una concentración de alcohol en la sangre que supera los 0.08 g/dL, el límite legal para manejar un vehículo en todos los estados.
- ◇ En los Estados Unidos, los adultos que consumen alcohol en atracón toman un promedio de 8 bebidas por atracón, lo cual puede causar niveles incluso más altos de alcohol en el organismo.
- ◇ Mientras más tomen las personas, mayor es su riesgo de muerte.

## Los signos de intoxicación por alcohol que ponen en riesgo la vida incluyen:


 No poder despertar

 Respiración lenta (*menos de 8 respiraciones por minuto*)

 Convulsiones

 Vómitos

 Respiración irregular (*10 segundos o más entre las respiraciones*)

 Hipotermia (*baja temperatura corporal*), piel azulada, palidez

## ¿Qué es una “porción estándar” de bebida alcohólica en los EE. UU.?



**12 onzas de cerveza**  
5 % de alcohol



**8 onzas de licor de malta**  
7 % de alcohol



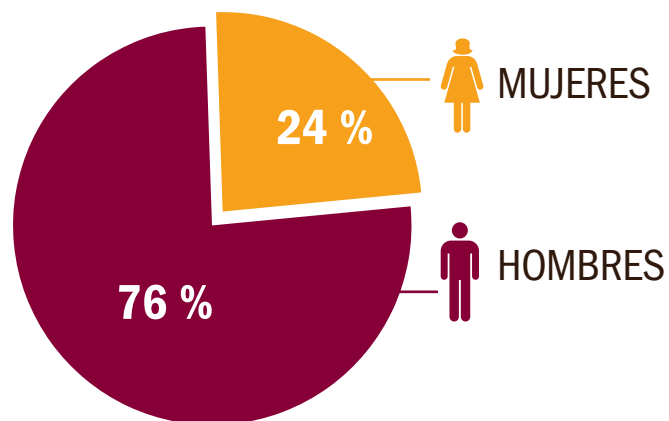
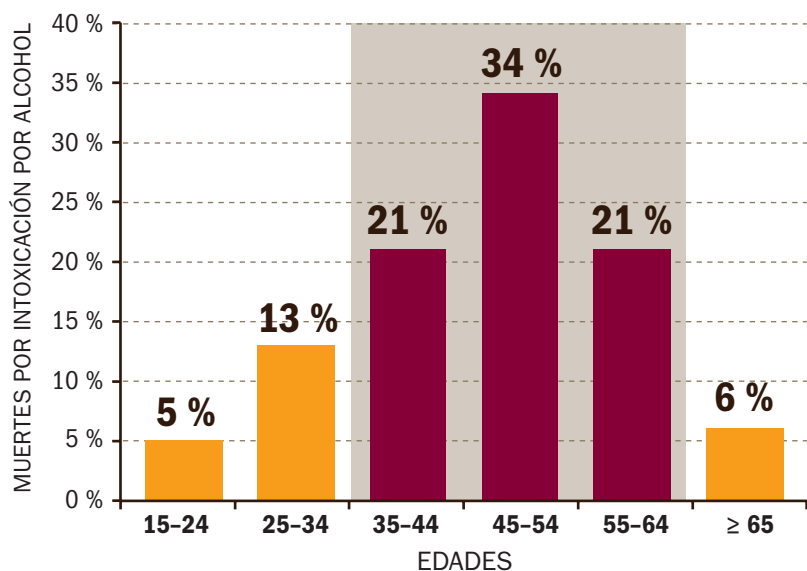
**5 onzas de vino**  
12 % de alcohol



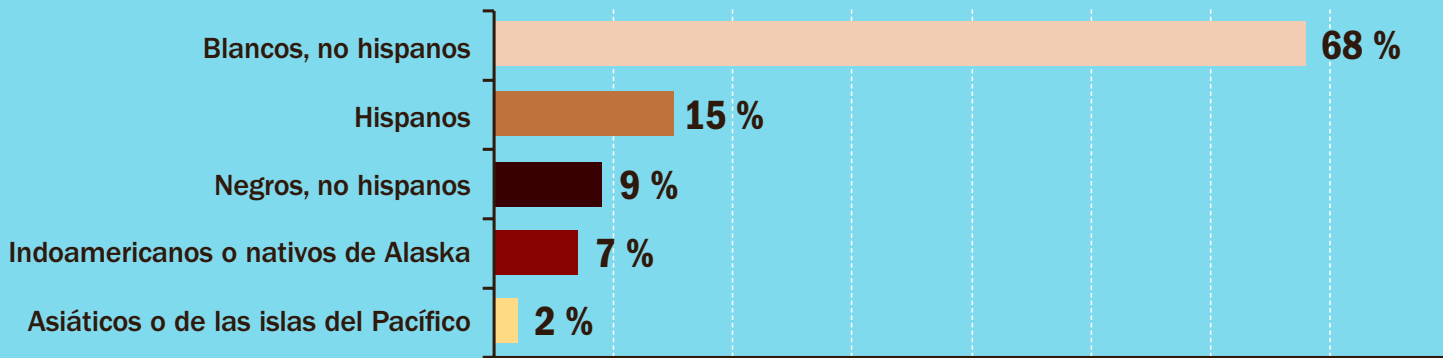
**1.5 onzas de alcohol destilado**  
40 % de alcohol (80 grados)  
*p. ej., vodka, whisky, ginebra, ron*

## Las muertes por intoxicación por alcohol ocurren con más frecuencia en los adultos de mediana edad

La mayoría de las personas que mueren por intoxicación por alcohol son hombres

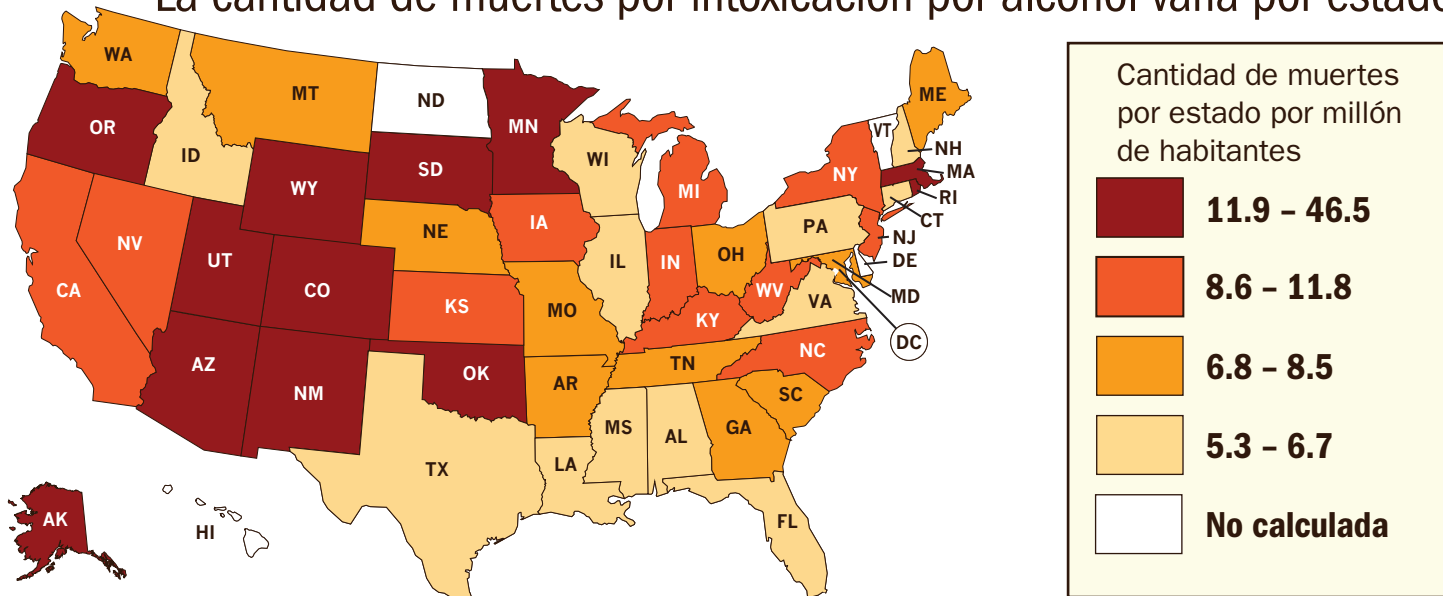


## La mayoría de los que mueren por intoxicación por alcohol son blancos no hispanos



Los valores han sido aproximados a la cifra entera más cercana y, por lo tanto, es posible que no sumen 100.

## La cantidad de muertes por intoxicación por alcohol varía por estado



# Lo que se puede hacer



## El gobierno federal hace lo siguiente:

- ◇ Apoya programas y políticas de comprobada eficacia para reducir los atracones de alcohol.
- ◇ Ayuda a los estados y las comunidades a medir los atracones de alcohol y los daños relacionados con estos, incluidas las intoxicaciones por alcohol.
- ◇ Expande el acceso a través de la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio a nuevos planes de seguro médico que cubran la detección del consumo de alcohol y consejería breve.

### Sabemos qué funciona

El Grupo de Trabajo de Servicios Preventivos de la Comunidad ha identificado, sobre la base de análisis de la evidencia científica, programas y políticas que reducen los atracones de alcohol: [www.thecommunityguide.org/alcohol](http://www.thecommunityguide.org/alcohol)



## Los estados y las comunidades pueden:

- ◇ Apoyar programas y políticas de comprobada eficacia para disminuir los atracones de alcohol. Los estados con políticas más estrictas sobre el consumo de alcohol tienen menos casos de atracones de alcohol.
- ◇ Unirse a los esfuerzos de la policía, grupos comunitarios, departamentos de salud, y médicos, personal de enfermería y otros proveedores de atención médica para reducir los atracones de alcohol y los daños relacionados con ellos.
- ◇ Fijarse en el rol que cumple el alcohol en las lesiones y muertes.

## Los médicos, el personal de enfermería y otros proveedores de atención médica pueden:



- ◇ Evaluar a todos sus pacientes adultos para identificar a los que beben alcohol en atracón y darles consejería para que beban menos.
- ◇ Reconocer que la mayoría de las personas que deben demasiado no tienen dependencia al alcohol (no son alcohólicos), pero aun así podrían necesitar consejería.
- ◇ Apoyar programas y políticas de comprobada eficacia para prevenir los atracones de alcohol.



## Todos pueden:

- ◇ Evitar los atracones de alcohol. Si usted decide tomar alcohol, siga las guías alimentarias.
- ◇ Evitar las bebidas que contengan un tipo de alcohol desconocido o la mezcla de alcohol con bebidas energéticas. La cafeína puede enmascarar los efectos del alcohol y hacer que las personas beban de más.
- ◇ Buscar ayuda para cualquier persona que presente signos de intoxicación por alcohol que ponen en riesgo la vida.
- ◇ Hablar con su médico, enfermero u otro proveedor de atención médica si creen que tienen problemas con el alcohol, o llamar al Servicio de Asignación de Remisiones a Tratamientos (1-800-662-HELP).

### Guías Alimentarias para Estadounidenses 2010:

- No comience a beber alcohol ni aumente la cantidad que toma sobre la base de beneficios potenciales para la salud. Si decide beber, hágalo con moderación: no más de 1 bebida alcohólica al día en el caso de las mujeres y no más de 2 en el caso de los hombres.
- No tome nada si es menor de 21, está o podría estar embarazada, si tiene problemas de salud que podrían empeorar si bebe alcohol, o si está haciendo actividades en las que es peligroso consumir alcohol (p. ej., manejar un vehículo).

[www.cdc.gov/spanish/signosvital](http://www.cdc.gov/spanish/signosvital)

[www.cdc.gov/mmwr](http://www.cdc.gov/mmwr)

Para más información:

**Teléfono: 1-800-CDC-INFO (232-4636)**

**Línea TTY: 1-888-232-6348**

Sitio web: [www.cdc.gov/spanish/](http://www.cdc.gov/spanish/)

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades  
1600 Clifton Road NE, Atlanta, GA 30333

Fecha de publicación: 6 de enero de 2015