



Pistas para el diálogo

movimiento rural cristiano - Rioja

alcoholismo

El alcoholismo es uno de los problemas sociales más graves que tiene nuestro país. Su dimensión y sus dramáticas consecuencias son altamente preocupantes. Según una serie de datos obtenidos en diversas investigaciones clínicas y sociológicas, los rasgos más importantes de esta problemática son los siguientes: en España existen actualmente unos dos millones y medio de alcohólicos, es decir, alrededor de un 7 por 100 de la población; con un consumo medio de 15 litros de alcohol por persona-año, somos el tercer país de Europa; anualmente, por efectos del alcohol, se producen 100.000 bajas laborales, unos 40.000 accidentes de trabajo y 35.000 de tráfico, 12.000 cirrosis hepáticas, 2.000 internamientos en hospitales psiquiátricos... Todo esto le cuesta al país 30.000 millones de pesetas al año.

Las consecuencias de esta situación son verdaderamente dramáticas: la persona se va destrozando física y psíquicamente, numerosas enfermedades digestivas, cardiovasculares, metabólicas y neurológicas son producidas por el alcohol;

la familia se va desintegrando progresivamente; el deterioro y el fracaso profesional y laboral es un hecho inexorable; finalmente, surgen las conductas antisociales y el alcohólico casi siempre termina en la más absoluta marginación.

Las causas del alcoholismo son varias y muy complejas; no obstante, se pueden resumir en dos grandes grupos: las sociales y las psicológicas.



errores

populares

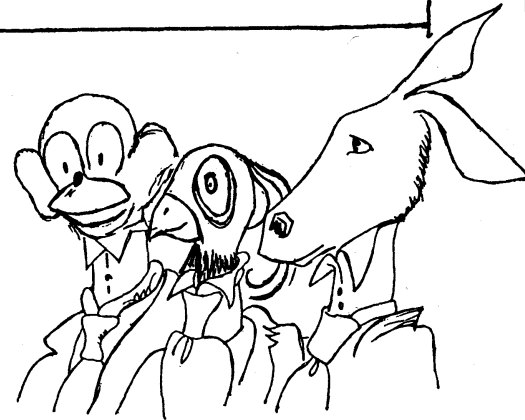
- El vino es natural. Esto no hace daño.
- Los vinos dulces a los niños no hacen daño.
- Pensar que los licores dulces no tienen alcohol.
- Déjalo, no importa, que el borracho solo se perjudica a si mismo.
- Hacer la ronda de bares hasta que paguen todos.
- Pensar que los borrachos no tienen remedio.
- La canción: "Beber, beber es un gran placer"...
- Que hay que beber para olvidar las penas.
- Que la única manera de celebrar los encuentros de la vida sea con un brindis.
- Decir que ha sido la última copa la que me ha hecho daño.
- Pensar que la cerveza no tiene alcohol.
- Pensar que el alcohol hace valientes a los cobardes y que facilita la relación con las personas del otro sexo. "Beber es cosa de hombres..."



+



=



consecuencias

- Trabajo mal realizado y bajo rendimiento.
- Ausencia laboral por enfermedad producida por el alcohol.
- Accidentes de trabajo y de tráfico.
- Problemas familiares: riñas con la esposa, broncas a los hijos, estado de disgusto permanente familiar, palizas...
- Hijos con taras hereditarias: dificultades de convivencia, deficiencias mentales y fracaso en los estudios.
- Enfermedades: cirrosis, molestias en el estómago, bronquios, falta de apetito, insomnio, hasta llegar a enfermedades mentales graves.
- Pérdida de memoria y dificultad para hablar (sin ser tartamudo) y para andar.
- Aun hay consecuencias graves que conducen a la locura, inutilidad y muerte, aunque se noten menos.

Su uso es en cierta manera gratificante para sus individuos, pero pasado cierto límite, que es variable, produce efectos tóxicos graves, muchas veces irreversibles

¿soy yo un enfermo alcohólico?

Un ALCOHOLICO es un toxicómano del alcohol, al igual que otros son toxicómanos de la heroína.

Uno no es ALCOHOLICO porque bebe, sino porque no puede dejar de beber: aún en el caso de que se dé cuenta de que debe dejar de beber, NO PUEDE.

A ser ALCOHOLICO no se llega de repente, sino que se siguen una serie de etapas o fases:

FASE PRE-ALCOHOLICA:

- Se bebe para levantar el ánimo.
- Se bebe cada vez más cantidad.
- Se emborracha con alguna frecuencia.

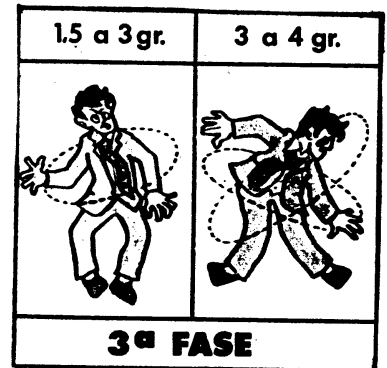


FASE AVANZADA:

- Se bebe a escondidas.
- Se siente necesidad de beber.
- Se tiene que beber cada vez más.
- Se tienen sentimientos de culpa.

FASE CRUCIAL:

- No se puede pasar sin beber grandes cantidades.
- Alguna vez pasas varios días sin beber.
- No bebe a sorbos, sino grandes tragos.
- Los líos con el esposo-a y con la familia son frecuentes y cada vez más graves.
- Aumenta la conducta agresiva contra la esposa-o y con los vecinos.
- Se siente con aires de grandeza.



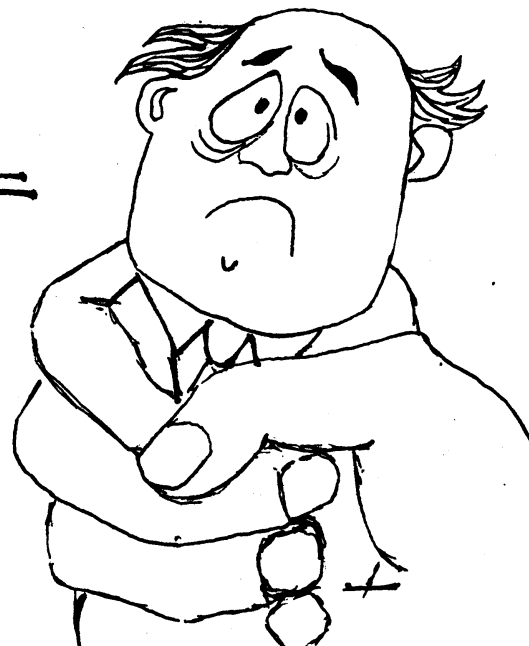
FASE CRONICA:

- Si no bebe, se encuentra fatal.
- Nada más levantarse, tiene que beber.
- Cada vez tiene más molestias de salud en el hígado, estómago, trastornos del sueño, desgana para la comida, celos, fantasías extrañas y amenazantes,.....

SI PUEDES, DETENTE.

SI TU SOLO NO PUEDES DEJAR YA DE BEBER, BUSCA AYUDA.

MEDIOS



más vale prevenir...

- No admitir en los bares a menores de 16 años
- Cumplir la ley sobre la entrada y vigilancia en los bares
- Que tus hijos no beban ni en casa ni en los bares
- Favorece la gestión de participación en la vida democrática
- Educación e información en las escuelas sobre los daños del alcohol
- Que las mujeres embarazadas no beban
- Alternativas culturales-deportivas para la juventud: más deporte, menos bares. Deja el vino y coge un libro.
- Combate la soledad con la amistad

curativos

Cuando observes algunos de estos síntomas acude al médico

CENTROS DE REHABILITACION

Alcohólicos anónimos
Mercaderes, 6 LOGROÑO

Comunidad terapeutica
OTERUELO- Rioja