

# MITOS Y VERDADES SOBRE ALCOHOL

1

Beber bebidas alcohólicas produce la muerte.

VERDADERO

El alcohol en bajas dosis produce sedación leve, mareos y descoordinación. En dosis medias y altas, el alcohol puede provocar depresión grave del sistema nervioso y muerte.

2

Cuando se toma mucho alcohol se tienen "lagunas mentales".

VERDADERO

La pérdida de memoria de corto plazo o "las lagunas mentales" son falta de recuerdos de situaciones ocurridas bajo los efectos del alcohol.

3

Beber alcohol en la adolescencia no te afecta en la edad adulta.

FALSO

El consumo de bebidas alcohólicas antes de los 15 años aumenta la probabilidad de sufrir problemas a la salud, desarrollar dependencia del alcohol u otras drogas en los siguientes años.

4

Si una persona "aguanta mucho" tomando alcohol no llega a una sobredosis.

FALSO

La sobredosis por alcohol es real y se produce por el consumo excesivo de bebidas alcohólicas; disminuye funciones vitales como la respiración y la frecuencia cardíaca y puede causar la muerte.

5

La dependencia al alcohol puede ocasionar problemas graves a la salud mental.

VERDADERO

Trastornos de salud mental, como depresión y ansiedad, pueden estar asociados al inicio de consumo de alcohol en la adolescencia. Además, el abuso del alcohol está vinculado con intentos de suicidio y la muerte por esta causa en personas jóvenes.