

# Especialista llama a la cautela en el consumo de alcohol en Fiestas Patrias

Doctor en ciencias recalca que si bien en esta época es difícil cumplir con la recomendación, no hay que hacer de la ingesta algo cotidiano.

Redacción  
 La Estrella de Valparaíso

La ingesta de alcohol durante los festejos patrios puede llegar a aumentar considerablemente, sobre todo teniendo en cuenta el alza en las celebraciones con familiares y amigos. De acuerdo con lo que explica el doctor en ciencias y coordinador del Instituto de Ciencias Naturales de Universidad de Las Américas, Elkin Suárez, "en esta fecha es muy difícil cumplir con la recomendación de beber con moderación, pues inicialmente el alcohol genera un efecto placentero, asociado a la euforia y desinhibición".

El académico de UDLA, quien además es magíster en genética, señala que, "de manera concreta, se desconocen las consecuencias del alcohol a nivel fisiológico en nuestro organismo. Para tener una idea, este último es absorbido por el estómago e intestino delgado, desde donde es llevado por el torrente circulatorio hacia el hígado. Los primeros procesos metabólicos ocurren en el estómago y el hígado donde se produce una sustancia tóxica llamada ac-



LOS CHILENOS SON UNO DE LOS PRINCIPALES CONSUMIDORES DE ALCOHOL DE AMÉRICA LATINA.

etaldehído, que las células tratan de transformar rápidamente. Cuando hay grandes cantidades de alcohol en la sangre, este llega al cerebro, donde inicialmente produce de-

sinhibición y relajación, efectos responsables de una posible adicción, si el consumo es reiterado y prolongado".

Al respecto, el profesional comenta que en estas

condiciones el alcohol y el acetaldehído pueden causar variados efectos como anomalías en el funcionamiento cardíaco y respiratorio, deshidratación, náuseas y dolores de

cabeza. Por otra parte, el consumo de alcohol tiene una relación causal con más de 200 enfermedades como la cirrosis hepática, pancreatitis, enfermedades cardíacas, demencia y



DR. ELKIN SUÁREZ.

algunos cánceres. El daño producido por el alcohol puede ser silencioso y el desarrollo de las enfermedades se puede ir expresando paulatinamente, por ejemplo, puede partir con hígado graso, luego hepatitis, cirrosis y finalmente cáncer al hígado.

"En Chile, el 40% de las causas de cirrosis corresponden a la ingesta de alcohol, lo cual está directamente relacionado con que ocupamos los primeros lugares en consumo per cápita de América Latina: 9,3 litros (OMS) 2018. Por lo mismo, es fundamental nuestra propia concientización y rechazar cualquier referencia a que el consumo de alcohol puede ser algo cotidiano", finaliza el experto de Universidad de Las Américas. 🍷