



GERENCIA DE RECURSOS
DEPARTAMENTO DE RECURSOS HUMANOS
SERVICIO DE PROMOCIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
Artículo N° 1 /2009.

-Uso, abuso y dependencia del alcohol-

En comunicados anteriores hemos informado de los efectos nocivos que el alcohol provoca en las personas, jerarquizando los efectos que producen en el ámbito laboral.

Sabemos que el “etanol”- principio activo del alcohol - afecta (deprime) el funcionamiento del sistema nervioso central. Más allá de esto, debemos de distinguir diferentes tipos de consumo. No toda persona que ingiere alcohol es un “alcohólico”, ni todo consumo de alcohol en el que no haya abuso y/o dependencia es inofensivo. Así vamos a establecer tres tipos básicos de consumo: Uso, abuso y dependencia.

Uso: es aquel consumo de alcohol en el que, bien por su cantidad, por su frecuencia, o por la propia situación física, psíquica y social del sujeto, **no se evidencian consecuencias en el consumidor ni en su entorno.** Se trata por lo tanto de un uso no problemático.

En la práctica es muy difícil definir el consumo como “uso” ya que son muchos los factores a tener en cuenta: la cantidad de la ingesta, la frecuencia, la edad, el sexo, su condición física, la ingesta de alimentos, etc. Por ej. no basta con fijarse en la frecuencia, porque si bien el consumo puede ser esporádico, cuando ocasionalmente se toma alcohol podría hacerse en forma desmedida. Tampoco podemos atender solo a la cantidad ingerida, ya que podría haber consumos en apariencia no excesivos, pero repetidos con tanta frecuencia, que se podría tratar de un consumo abusivo que genere dependencia.

En cuanto a la cantidad de la ingesta cada uno “debería” conocer y establecer sus límites.

Abuso: Entendemos por abuso aquella forma de relación con el alcohol en la que, bien por su cantidad, por su frecuencia y/o por la propia situación física, psíquica y social del sujeto, **se producen consecuencias negativas para la salud del consumidor y/o su entorno.**

Dependencia: es aquella pauta de comportamiento en la que el uso del alcohol adquiere mayor importancia que otras conductas que antes eran



GERENCIA DE RECURSOS
DEPARTAMENTO DE RECURSOS HUMANOS
SERVICIO DE PROMOCIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
Artículo N° 1 /2009.

consideradas como más importantes para el individuo. **El consumo que pudo haber comenzado como una experiencia esporádica, pasa a convertirse en una conducta en torno a la cual el sujeto organiza su vida.** Vive pensando en el consumo de alcohol.

La dependencia integra una dimensión física y una dimensión psíquica de la cual hablaremos en el próximo comunicado.-

Fuente: “Guía de prevención del consumo de alcohol y drogas en el ámbito laboral.” J.N.D.- Fundación Luna Nueva- PIT-CNT.

Por cualquier consulta, no dude en contactarse con el SEPRODES.

Lic. Psic. Silvia Méndez