

ALCOHOL, FAMILIA Y SOCIEDAD  
Repercusiones por uso y abuso

---

## EL ALCOHOLISMO COMO FACTOR DE RIESGO PARA LA DEPRESIÓN



Dra. Gloria Arankowsky Sandoval  
CIR-UADY



## LA DEPRESIÓN



- ❖ **La depresión es una enfermedad que afecta a muchas personas en el mundo.**
- ❖ **Causa mucha discapacidad**
- ❖ **Muchas veces no se reconocen sus síntomas**
- ❖ **Se estigmatiza a quienes la padecen**
- ❖ **Adicciones y depresión coexisten frecuentemente**

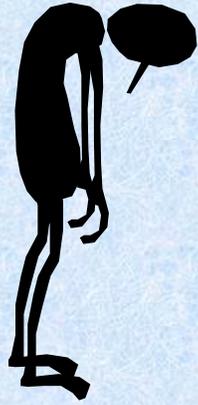


- **Ya que las adicciones y la depresión coexisten frecuentemente, resulta importante conocer sus síntomas para poder tratarla y así prevenir el consumo de drogas y alcohol.**
- **La vida difícil que se genera en el ambiente que rodea a una persona con alcoholismo también puede llevar a la depresión en los integrantes de la familia.**



# ¡Reconoce los síntomas de la depresión!





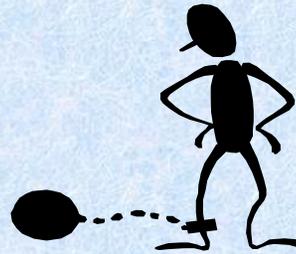
¿Te sientes decaído y sin energía?

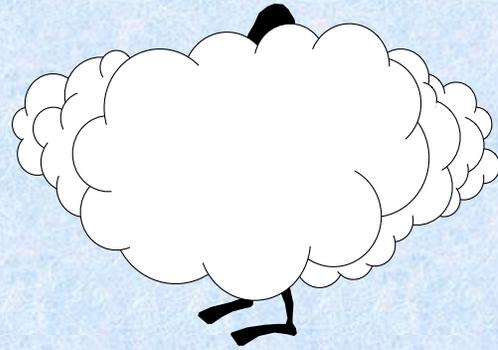
¿Frustrado y desatendido ?

¡¿Muy triste ?!



¿sientes  
desesperación y  
te sientes  
atrapado ?

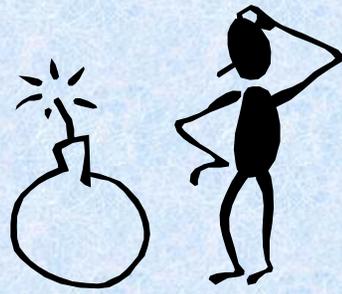




¿Te cuesta  
trabajo  
pensar?

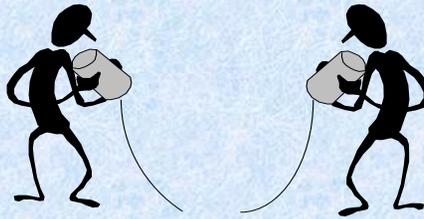
¿No tienes  
fuerzas para  
continuar ?





Parece que  
todo fuera a  
explotar !!!!!

**¿No consigues comunicarte con los demás ?**



Parece que el tiempo no pasa !!!



¿Te sientes molesto ?





¿No sabes que  
hacer? ¿no  
puedes tomar  
decisiones?





¿Sientes  
ganas de  
huir, no  
importa  
cómo ?



## PODRÍAS PADECER DEPRESIÓN:

---

- **Tristeza**
- **Ansiedad**
- **Fatiga y pérdida de interés**
- **Problemas para dormir**
- **Irritabilidad**
- **Dificultad para pensar y tomar decisiones**
- **Ideación suicida**
- **Suicidio**



## SÍNTOMAS DEL ALCOHOLISMO



- **Creciente tolerancia a los efectos del alcohol**
- **Necesidad diaria de alcohol que se va incrementando progresivamente**
- **Pérdida de control. Se es incapaz de moderar el consumo de alcohol.**
- **Se bebe en solitario con frecuencia. Cualquier excusa es válida.**
- **“Lagunas” en la memoria; aparecen episodios de amnesia.**
- **Estallidos de violencia relacionados con el consumo de alcohol.**
- **Crecientes problemas en la vida social, familiar, y laboral.**
- **Episodios injustificados de mal humor.**
- **Hostilidad e intentos de ocultar el problema de alcoholismo.**
- **Reducir la alimentación y descuidar la apariencia.**
- **Náuseas, calambres, dolor abdominal, temblores, confusión, cansancio, agitación, insomnio, alucinaciones, sudores, convulsiones, desvanecimientos.**

## Existe una relación entre el consumo de alcohol y la depresión

---

**PERO.....**

**¿La depresión provoca problemas con el alcohol?**

**o**

**¿El abuso de alcohol contribuye a la depresión ?**



## ¿La depresión provoca problemas con el alcohol?

- ❖ **Algunas personas deprimidas utilizan el alcohol como una forma de automedicación. La sensación momentánea de la euforia y la relajación mental parece contrarrestar la sensación dolorosa causada por los pensamientos depresivos.**
- ❖ **Episodios depresivos subclínicos no diagnosticados pueden preceder a los problemas con el alcohol**
- ❖ **El uso continuado de alcohol puede llevar eventualmente a la adicción.**



## ¿El abuso de alcohol contribuye a la depresión ?

---

- ❖ La relación entre el alcohol y la depresión puede comenzar con el consumo de bebidas.
- ❖ Las personas que no presentan síntomas de depresión clínica pueden iniciar como bebedores sociales, adquirir la adicción y desarrollar la depresión.



## ¿El abuso de alcohol contribuye a la depresión ?

---

- ❖ El aislamiento social, los problemas familiares y laborales pueden llevar al enfermo alcohólico a la depresión.
- ❖ El mismo consumo de alcohol puede inducir la depresión, ya que el alcohol es un depresor del sistema nervioso
- ❖ Padecer depresión predispone al paciente alcohólico a sufrir recaídas y a un aumento en las tendencias suicidas



## ¿Se pueden prevenir la depresión y las adicciones?

---

- ❖ Reconocer las situaciones problemáticas
- ❖ Reconocer los síntomas de la depresión
- ❖ Apoyarnos en personas de nuestra confianza
- ❖ Buscar ayuda profesional inmediata
- ❖ Llevar una vida sana
- ❖ Desarrollar resiliencia



## **Resiliencia**

**La capacidad para:**



**Soportar las crisis y adversidades en forma positiva.**

# Resiliencia



## La capacidad para:

- \* Afrontar de manera efectiva situaciones de estrés, ansiedad y duelo.
- \* Adaptarse de manera eficiente e inteligente a los cambios.
- \* Resistir y sobrellevar los obstáculos en situaciones de incertidumbre.
- \* Crear procesos individuales, grupales, familiares y comunitarios en circunstancias críticas

