

Recognizing the harmful effects of excessive drinking

HOW MUCH IS TOO MUCH?

FOR AN ADULT MALE*



FOR AN ADULT FEMALE*



Too much is...

15 OR MORE

PER WEEK¹

Too much is...

8 OR MORE

PER WEEK¹



*Men and women over 65 should not have more than seven drinks per week.

SOME PEOPLE SHOULD **NOT** DRINK¹



Under 21 years old

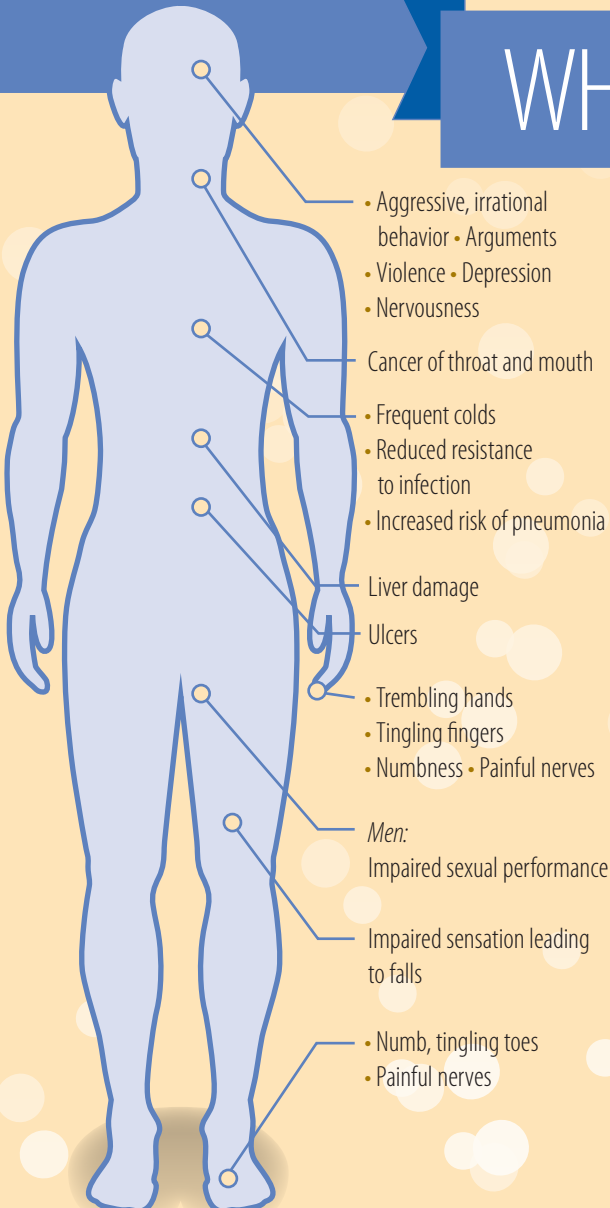


Drivers



Pregnant women

WHAT HAPPENS TO YOU?^{2,3}



SHORT-TERM HEALTH RISKS

INJURIES: Motor vehicle crashes, falls, drownings, burns

VIOLENCE: Homicide, suicide, sexual assault, intimate partner violence

ALCOHOL POISONING

REPRODUCTIVE HEALTH: Risky sexual behaviors, unintended pregnancy, sexually transmitted diseases including HIV, miscarriage, stillbirth, fetal alcohol spectrum disorders (FASDs)

LONG-TERM HEALTH RISKS

CHRONIC DISEASES: High blood pressure, heart disease, stroke, liver disease, digestive problems

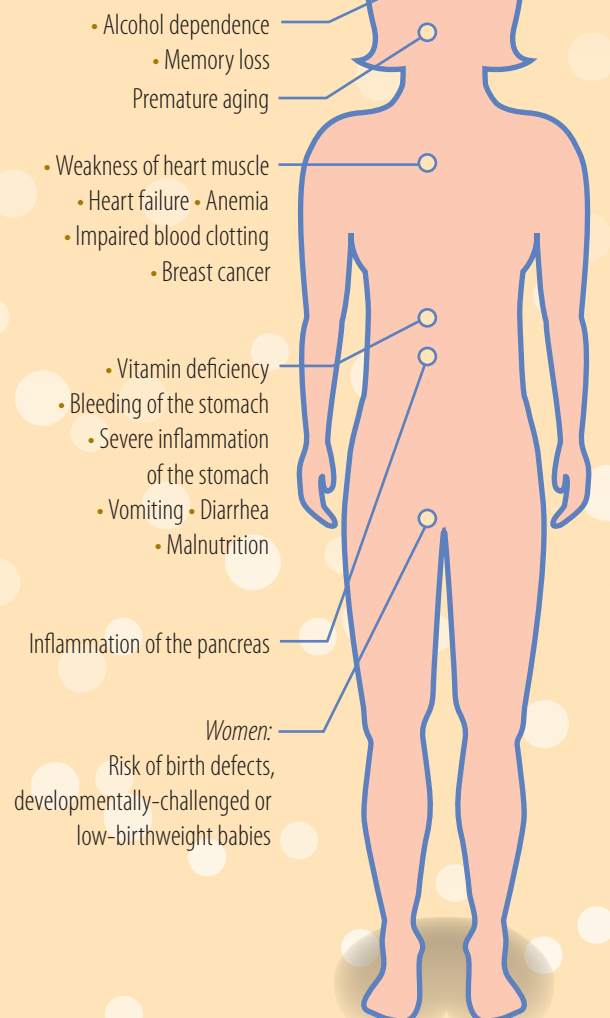
CANCERS: Breast, mouth and throat, liver, colon

LEARNING AND MEMORY PROBLEMS: Dementia, poor school performance

MENTAL HEALTH: Depression, anxiety

SOCIAL PROBLEMS: Lost productivity, family problems, unemployment

ALCOHOL DEPENDENCE



For more information, visit preventionworksar.org

REFERENCES:

1. CDC VITAL SIGNS: ALCOHOL SCREENING AND COUNSELING, JANUARY 2014.
2. WORLD HEALTH ORGANIZATION AUDIT: THE ALCOHOL USE DISORDERS IDENTIFICATION TEST GUIDELINES FOR USE IN PRIMARY CARE, SECOND EDITION.
3. CDC FACT SHEETS — ALCOHOL USE AND YOUR HEALTH, NOVEMBER 2014.

THE INFORMATION WILL HELP YOU LEARN ABOUT SOME BENEFITS PROVIDED UNDER MEDICAID. AFMC IS NOT PROVIDING LEGAL ADVICE. REVISED AUGUST 2018.



Reconociendo los efectos nocivos del consumo excesivo de alcohol

¿CUÁNTO ES DEMASIADO?

PARA UN HOMBRE ADULTO*



PARA UNA MUJER ADULTA*



Demasiado es ...

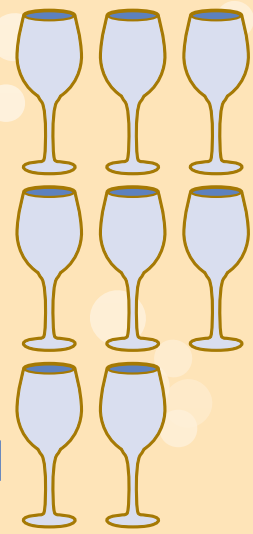
15⁰
MÁS

POR SEMANA¹

Demasiado es ...

8⁰
MÁS

POR SEMANA¹



*Los hombres y las mujeres de más de 65 años no deben beber más de 7 bebidas alcohólicas por semana.

ALGUNAS PERSONAS **NO** DEBIERAN BEBER¹



Menores de 21 años

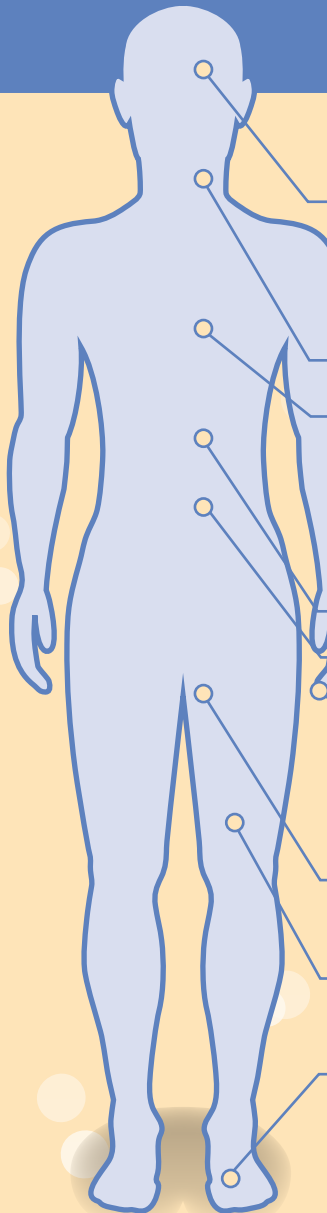


Conductores



Mujeres embarazadas

¿QUE LE SUCEDE A USTED?^{2,3}



- Agresividad, comportamiento irracional
- Altercaciones • Violencia
- Depresión • Nerviosismo
- Cáncer de la garganta y la boca
- Resfriados frecuentes
- Reducción de la resistencia a una infección
- Aumento del riesgo de neumonía
- Daño al hígado
- Úlceras
- Manos temblorosas
- Hormigueo en los dedos
- Entumecimiento
- Nervios dolorosos
- Hombres:**
- Deterioro del rendimiento sexual
- Equilibrio perjudicado lo que puede causar caídas
- Hormigueo en los dedos de los pies
- Nervios dolorosos

RIESGOS PARA LA SALUD A CORTO PLAZO

LESIONES: Accidentes automovilísticos, caídas, ahogamientos, quemaduras

VIOLENCIA: Homicidios, suicidios, asaltos sexuales, violencia íntimo por la pareja

ENVENENAMIENTO POR ALCOHOL

SALUD REPRODUCTIVA: Risky sexual behaviors, unintended pregnancy, sexually transmitted diseases including HIV, miscarriage, stillbirth, fetal alcohol spectrum disorders (FASDs)

RIESGOS PARA LA SALUD A LARGO PLAZO

ENFERMEDADES CRÓNICAS: Presión arterial alta, enfermedades del corazón, derrame cerebral, enfermedad hepática, problemas digestivos

CÁNCER: De seno, boca y garganta, hígado, colon

PROBLEMAS DE APRENDIZAJE Y MEMORIA: Demencia, bajo rendimiento escolar

SALUD MENTAL: Depresión, ansiedad

PROBLEMAS SOCIALES: Pérdida de productividad, problemas con la familia, desempleo

DEPENDENCIA DEL ALCOHOL

- Dependencia del alcohol
- Pérdida de la memoria

Envejecimiento prematuro

- Debilidad del músculo cardíaco

• Insuficiencia cardíaca

• Anemia

- Deterioro en la coagulación de la sangre

• Cáncer de mama

• Deficiencia de vitaminas

• Sangrado del estómago

• Inflamación severa del estómago

• Vómitos

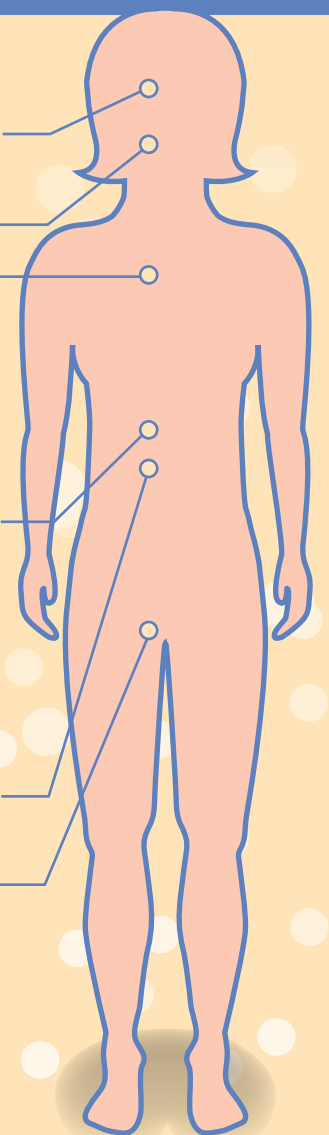
• Diarrea

• Desnutrición

Inflamación del páncreas

Mujeres:

Riesgo de defectos de nacimiento, desarrollo comprometido o bebés con bajo peso al nacer



Para obtener más información, visite preventionworksar.org

REFERENCIAS:

1. CDC SIGNOS VITALES: DETECCIÓN Y ASESORIA DEL ALCOHOL, ENERO DE 2014.
2. AUDITORIA DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD: LAS DIRECTRICES DE EXAMEN PARA TRASTORNOS POR CONSUMO DE ALCOHOL IDENTIFICACIÓN PARA SU USO EN LA ATENCIÓN PRIMARIA, SEGUNDA EDICIÓN.
3. CDC FICHAS DE DATOS — USO DE ALCOHOL Y SU SALUD, NOVIEMBRE 2014.

LA INFORMACIÓN LE AYUDARÁ A APRENDER ACERCA DE ALGUNOS BENEFICIOS PROPORCIONADOS BAJO MEDICAID. AFMC NO ESTÁ PROPORCIONANDO ASESORÍA LEGAL. REVISADO AUGUST 2018.

ARKANSAS
DEPARTMENT OF
**HUMAN
SERVICES**
Division of Aging, Adult
and Behavioral Health Services

afmcSM