

EL ALCOHOL Y LA COVID-19

EN LA REGIÓN DE LAS AMÉRICAS

El alcohol se utiliza a menudo para la socialización y por algunas personas para hacer frente a las emociones difíciles como la ansiedad, el miedo, la depresión, el aburrimiento y la incertidumbre, todo lo cual aumentó durante la pandemia de COVID-19, con el consiguiente incremento en el consumo de alcohol, especialmente en quienes ya estaban bebiendo en exceso.



DATO 1:

El alcohol plantea muchos riesgos graves y crónicos para la salud y se asocia con un mayor riesgo de debilitar el sistema inmunitario, lo que puede hacer que las personas sean más susceptibles de contraer enfermedades infecciosas, incluida la COVID-19.

DATO 2:

El consumo de alcohol puede intensificar el miedo, la ansiedad o la depresión, especialmente cuando las personas se encuentran en aislamiento, y no debe usarse como estrategia para afrontar el estrés.

DATO 3:

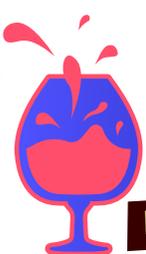
El consumo de alcohol es un factor de riesgo para el síndrome de dificultad respiratoria aguda (SDRA), una de las complicaciones más graves de la COVID-19.

DATO 4:

Las ventas en línea y las entregas a domicilio aumentaron considerablemente durante la pandemia de COVID-19 en varios países. La comercialización en línea, especialmente por las redes sociales, también aumentó, al igual que la promoción del consumo a los jóvenes.

DATO 5:

Durante la pandemia se difundió información errónea sobre el consumo de alcohol y la COVID-19. Sin embargo, es importante saber que:



NO ES CIERTO QUE:

Consumir alcohol destruya el virus de la COVID-19.

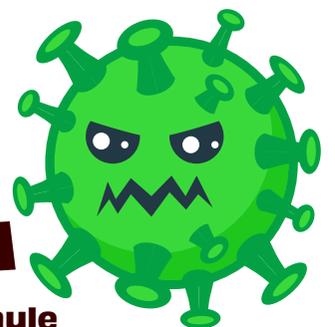
NO ES CIERTO QUE:

Si se consumen bebidas alcohólicas de alta graduación es posible matar al virus en el aire inhalado.



NO ES CIERTO QUE:

El alcohol estimule la inmunidad y la resistencia frente al virus.



RECOMENDACIONES

- **El alcohol no es un producto saludable.** No protege contra la COVID-19 y puede agravar el riesgo de contraer la COVID-19 y de presentar complicaciones.
- **No comience a consumir alcohol para hacer frente a los sentimientos de tristeza, ansiedad y miedo durante la pandemia.** El consumo puede aumentar y es posible que le resulte difícil detenerlo o reducirlo cuando lo desee.
- **Si bebe, disminuya su consumo.** No empiece a beber para sentirse bien o mejorar su salud mental.
- **Sea un modelo de comportamiento y evite la embriaguez cuando haya niños cerca.** Hable con ellos sobre la exposición que tienen al mercadeo del alcohol en las redes sociales y cómo puede influir en ellos.

Fuentes:

García-Cerde R, Valente JY, Sohi I, Falade R, Sánchez ZM, Monteiro MG. El consumo de alcohol durante la pandemia de COVID-19 en América Latina y el Caribe. Rev Panam Salud Pública. 2021;45:e52. Disponible en: <https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.52>.

Organisation for Economic Co-operation and Development. The effect of COVID-19 on alcohol consumption, and policy responses to prevent harmful alcohol consumption. Paris, OECDilibrary; 2021. Disponible en: https://www.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/-the-effect-of-covid-19-on-alcohol-consumption-and-policy-responses-to-prevent-harmful-alcohol-consumption_53890024-en.

Valente JY, Sohi I, García-Cerde R, Monteiro MG, Sánchez ZM. What is associated with the increased frequency of heavy episodic drinking during the COVID-19 pandemic? Data from the PAHO regional web-based survey. Drug and Alcohol Dependence. ScienceDirect. 2021;221:108621. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.108621>.

OPS/NMH/MH/21-0030

© Organización Panamericana de la Salud, 2021. Se reservan algunos derechos. Esta obra está disponible en virtud de la licencia [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).



OPS