



- Inicio
- Quiénes somos
- FACTORES DE RIESGO
 - Hipertensión arterial
 - Diabetes
 - Fibrilación auricular
 - Colesterol alto
 - Sedentarismo
 - Dieta inadecuada
 - Alcohol
 - Obesidad
 - Tabaquismo
 - Estrés y depresión
- RECURSOS
 - Vídeos
 - Blog
 - Podcast
 - Enlaces de utilidad
 - Lecturas adicionales
 - Publicaciones en los medios

- Noticias
-  Español
 -  English
 -  Português
 -  Русский
 -  Español
 -  Français
 -  Polski

▪ CONTACTO

DONATE

Cómo afecta el alcohol al cerebro



Mala memoria, dificultad para hablar, problemas de coordinación... De todos es sabido que un consumo excesivo de alcohol afecta al funcionamiento del cerebro a corto plazo. Pero, ¿de qué forma este impacto en el cerebro puede derivar en un ictus?

El ictus es unataque que se produce en el cerebro

Existen dos tipos de ictus: el isquémico, donde una acumulación de placa o un coágulo de sangre impiden que la sangre llegue al cerebro, y el hemorrágico, donde una arteria desgarrada impide que la sangre llegue al cerebro. (1)

¿Qué relación existe entre el alcohol y el ictus isquémico?

El ictus isquémico es el tipo más frecuente, ya que al 80 % de los pacientes. Un consumo excesivo de alcohol podría provocar un ictus isquémico provocado por coágulos sanguíneos, sobre todo en quienes ya sufren enfermedades cardíacas.

Un estudio demostró que los pacientes con un latido irregular que eran bebedores tenían más riesgo de padecer un ictus isquémico que los que no bebían, independientemente de la cantidad de alcohol que consumían semanalmente (2).

¿Qué relación existe entre el alcohol y el ictus hemorrágico?

Aunque este tipo de ictus es menos común, pues solo representa el 13% de los casos de ictus, los informes coinciden en que el consumo excesivo de alcohol está relacionado con los ictus isquémicos. Beber mucho alcohol de forma regular se asocia también a un mayor riesgo de hipertensión arterial, que se añade a la probabilidad de sufrir un ictus hemorrágico. Por tanto, lo mejor es beber alcohol con moderación o no beberlo en absoluto (3).

¿Con qué frecuencia se dan los ictus por alcohol?

Aunque es prácticamente imposible determinar cuántos ictus están directamente relacionados con el consumo de alcohol, se sabe que muchos están provocados por la hipertensión arterial, la diabetes, el sobrepeso y un latido del corazón irregular. Todos esos factores se ven agravados por el consumo de alcohol. (5).

¿Qué reduce los efectos del alcohol en el cerebro?

Obviamente, basta con dejar de consumir alcohol para reducir los efectos nocivos de este, aunque esta opción no siempre es fácil. La buena noticia es que reducir el consumo puede disminuir drásticamente el impacto negativo que este tiene en la salud.

Referencias:

1. <https://www.stroke.org/en/about-stroke/types-of-stroke>.
2. Estie Mermelstein, MSN, FNP-BC. Alcohol Increases Ischemic Stroke Risk in Newly Diagnosed Atrial Fibrillation. *The Cardiology Advisor*. July 13 2021.
3. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/stroke/symptoms-causes/syc-20350113>. Stroke Symptoms and Causes. 9 Feb, 2021.
4. <https://www.stroke.org.uk/what-is-stroke/what-can-i-do-to-reduce-my-risk/drink-less-alcohol>.

Actualizado Febrero 2022

Próxima revisión 2024

Desarrollado por



SAFE se reserva el pleno control sobre el contenido de este sitio web.

Con el apoyo de una beca formativa de



Enlaces

- [Condiciones de uso](#)
 - [Política de privacidad](#)
 - [Política de cookies](#)
 - [Contacto](#)
-
- [Facebook](#)
 - [X](#)
 - [RSS](#)