



Mujeres, hombres y consumo de alcohol



Las **consecuencias del consumo de alcohol son diferentes** en hombres y mujeres, pero en ambos son perjudiciales.

El **género** condiciona nuestros comportamientos en sociedad en base a si somos hombres o mujeres, y nos penaliza si nos desviamos de estos modelos.

El consumo de alcohol es “poco femenino”, se asocia a “dejadez”.

Culpabilización por el consumo y sus consecuencias (“no se cuida”).

El consumo se produce en **espacios más íntimos o el hogar**.



Socialmente beber refuerza la masculinidad.

Desresponsabilización del comportamiento al consumir (“no sabía lo que hacía”).

Normalización del consumo en público.

Menor percepción de riesgo.

Mayor estigma y más dificultades para pedir y recibir la ayuda.



Invisibilidad de los problemas relacionados con el consumo.



Las consecuencias individuales son diferentes en mujeres y hombres

 Beben más cantidad.



Beben con mayor frecuencia.



Más conductas agresivas y peligrosas relacionadas con el consumo.

**CAMPANYA DE LES
UPCCAs COMUNITAT
VALENCIANA**



UPCCA gandia
Unitat de Prevenció Comunitària
de Conductes Addictives



AJUNTAMENT DE GANDIA
Àrea de Sanitat i Polítiques Saludables



Mujeres, hombres y consumo de alcohol



También tiene consecuencias psicosociales y relacionales

- Puede aumentar la gravedad de las agresiones por violencia de género.
- Tiene repercusiones negativas en relaciones interpersonales y familiares.
- Genera inseguridad económica y social en familias vulnerables.
- Tiene una elevada carga social.
- La influencia del género en el patrón de consumo de alcohol **interactúa con otros factores como la edad, la etnia o el nivel socioeconómico.**



- Estos estereotipos son aprendidos y comunicados socialmente y pueden cambiarse.
- Es fundamental considerar el género en las políticas, programas, recursos asignados e investigación.

Consulta fuentes oficiales para informarte

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Prevencion/alcohol/home.htm>
www.mscbs.gob.es
16 de junio de 2021



ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD

**CAMPANYA DE LES
UPCCAs COMUNITAT
VALENCIANA**



UPCCA gandia
Unitat de Prevenció Comunitària
de Conductes Addictives



AJUNTAMENT DE GANDIA
Àrea de Sanitat i Polítiques Saludables

Los efectos del consumo de alcohol son diferentes en hombres y mujeres

Existen diferencias entre hombres y mujeres en la composición corporal, y en cómo se absorbe y metaboliza el alcohol. Pero en ambos el consumo es perjudicial.

Con la misma cantidad de alcohol,
hay más consecuencias en mujeres:



Efectos inmediatos más rápidos y duraderos.



Se alcanza mayor concentración en sangre.



Hay mayor probabilidad de daño en hígado, corazón, neurológico, etc.



Por ello, los límites de consumo de bajo riesgo son diferentes

**CAMPANYA DE LES
UPCCAs COMUNITAT
VALENCIANA**



UPCCA gandia
Unitat de Prevenció Comunitària
de Conductes Addictives



AJUNTAMENT DE GANDIA
Àrea de Sanitat i Polítiques Saludables

Los efectos del consumo de alcohol son diferentes en hombres y mujeres

Por ello, los límites de consumo de bajo riesgo son diferentes



10 gramos alcohol/día

10 g

1 chupito
(40%) 30 ml

o Media copa de vino
(10%) 125 ml

o 1 caña
(5%) 250 ml



20 gramos alcohol/día

20 g

2 chupitos
(40%) 60 ml

o 1 copa de vino
(10%) 250 ml

o 1 jarra cerveza
(5%) 500 ml



El consumo de alcohol **perjudica la salud** y consumir por encima de estos límites se asocia con una **mayor mortalidad**

El riesgo sólo se evita si no consumes alcohol



Consulta fuentes oficiales para informarte

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Prevencion/alcohol/home.htm>

www.mscbs.gob.es

16 de junio de 2021



ESTRATEGIA
PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y PREVENCIÓN EN EL SNS



CAMPANYA DE LES
**UPCCAs COMUNITAT
VALENCIANA**



UPCCA gandia
Unitat de Prevenció Comunitària
de Conductes Addictives



AJUNTAMENT DE GANDIA
Àrea de Sanitat i Polítiques Saludables