



GOBIERNO DE ESPAÑA

MINISTERIO DE SANIDAD



ESTRATEGIA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SNS

# Webinar Actualización de los Límites de Consumo de Bajo Riesgo de Alcohol

13 de Noviembre de 2020 de 12 a 13:30 horas



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

10 gramos alcohol/día

10 g

1 chupito (40%) 30 ml

Media copa de vino (10%) 125 ml

1 caña (5%) 250 ml



20 gramos alcohol/día

20 g

2 chupitos (40%) 60 ml

1 copa de vino (10%) 250 ml

1 jarra cerveza (5%) 500 ml



El riesgo sólo se evita si no consumes alcohol

Subdirección General de Promoción, Prevención y Calidad  
Dirección General de Salud Pública  
Ministerio de Sanidad.

Madrid, 13 de noviembre de 2020

# Bienvenida y presentación institucional

**Pilar Aparicio Azcárraga**

Directora General de Salud Pública

Ministerio de Sanidad



MINISTERIO  
DE SANIDAD

# Presentación del documento Límites de consumo de bajo riesgo de alcohol

**Soledad Justo Gil**

Área de Prevención

Subdirección General de Promoción, Prevención y Calidad

Dirección General de Salud Pública

Ministerio de Sanidad



MINISTERIO  
DE SANIDAD

# Grupo de Trabajo para la Actualización de los Límites de Consumo de Bajo Riesgo de Alcohol

(por orden alfabético según el primer apellido)

- **Javier Álvarez González** (Facultad de Medicina. Universidad de Valladolid)
- **Marina Bosque Prous** (Estudios de Ciencias de la Salud. Universitat Oberta de Catalunya)
- **Begoña Brime Beteta** (Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas)
- **Francisco Camarelles Guillem** (Centro de Salud Infanta Mercedes, Madrid)
- **Olivia Castillo Soria** (Subdirección General de Relaciones Institucionales. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Ministerio de Sanidad)
- **Joan Colom i Farran** (Subdirección General de Drogodependencias, Departamento de Salud, Generalitat de Cataluña)
- **Rodrigo Córdoba García** (Centro de Salud Universitario Delicias Sur, Zaragoza)
- **Iñaki Galán Labaca** (Centro Nacional de Epidemiología. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades)
- **Paloma González Yuste** (Subdirección General de Información Sanitaria. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)
- **Antoni Gual i Solé** (Unidad de Conducta Adictiva. Departamento de Psiquiatría, ICN. Hospital Clínic, Barcelona)
- **M.ª Vicenta Labrador Cañadas** (Subdirección General de Promoción de la Salud y Vigilancia en Salud Pública. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)
- **Marta Molina Olivas** (Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas. Ministerio de Sanidad)
- **Lidia Segura García** (Subdirección General de Drogodependencias, Agencia de Salud Pública de Cataluña, Generalitat de Cataluña)
- **Luis Sordo del Castillo** (Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública. Universidad Complutense de Madrid)
- **Mónica Suárez Cardona** (Subdirección General de Información Sanitaria. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)
- **Francisca Sureda Llull** (Epidemiología y Salud Pública, Facultad de Medicina. Universidad de Alcalá)
- **José Valencia Martín** (Servicio de Medicina Preventiva y Salud Pública. Hospital Universitario Ramón y Cajal. Madrid)



# Revisión y Coordinación para la Actualización de los Límites de Consumo de Bajo Riesgo de Alcohol

## Revisores externos

- **Jürgen Rehm** (Profesor de la Universidad de Toronto)
- **Fernando Rodríguez Artalejo** (Universidad Autónoma de Madrid y CiBERESP)

## Revisión institucional

- Comité Institucional de la Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS.

## Coordinación Institucional. Ministerio de Sanidad.

- Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad.
- Delegación del Gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas. Ministerio de Sanidad.

## Grupo Coordinador (Área de Prevención.

Subdirección General de Promoción de la Salud y Vigilancia en Salud Pública. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)

- Carmen Tristán Antona
- Inés Zuza Santacilia
- Soledad Justo Gil
- Alicia Estirado Gómez
- Pilar Campos Esteban



# Algunos datos sobre el consumo de alcohol

## De 14 a 18 años

La edad de inicio se sitúa en 14 años en ambos sexos.

76% han consumido en el último año (74 % chicos y 78% chicas).

32% ha realizado binge drinking en el último mes.

## Consumo de alcohol, sabías que...

### Algunas cifras para España



### Consecuencias

#### >200 problemas de salud

- Cáncer
- Cardiovasculares
- Hepáticas
- Infecciosas
- Salud mental
- Dependencia
- Lesiones
- Otras

Cualquier consumo implica un riesgo, ya que, para determinadas enfermedades (gastrointestinales, cáncer y lesiones) no existe un nivel seguro

#### Daños a terceras personas



#### Consecuencias sociales



#### Consecuencias económicas



### Falsos mitos

¿Es beneficioso el consumo de alcohol?

**NO**

Cualquier consumo puede implicar un riesgo. Lo más beneficioso es no consumir alcohol

¿Algunas bebidas alcohólicas son mejores que otras?

**NO**

Los estudios científicos muestran que no hay diferencias entre los distintos tipos de bebidas alcohólicas. Por lo tanto no se puede recomendar ninguna de ellas

Consulta fuentes oficiales para informarte  
<https://estilosdevidasaludable.salud.gob.es>  
[www.msbs.gob.es](http://www.msbs.gob.es)

2 de julio de 2020



## De 15 a 64 años

91% ha consumido bebidas alcohólicas alguna vez en la vida (94% hombres y 89% mujeres)

El 63 % en los últimos 30 días (72% en hombres y 54% en mujeres).

Las personas que **beben habitualmente** son el doble en hombres (uno de cada dos), que en mujeres (una de cada cuatro)

56% de las muertes fueron prematuras (< 75 años).

### 4º factor de riesgo en AVAD

2º factor de riesgo para mujeres y 5º para hombres.



MINISTERIO DE SANIDAD

# Consecuencias del consumo de alcohol

- El consumo de alcohol es uno de los **principales factores de riesgo evitables** en el desarrollo de **más de 200 enfermedades**.



- Interfiere en el desarrollo del país.



**>200 problemas de salud**

- Cáncer
- Cardiovasculares
- Hepáticas
- Infecciosas
- Salud mental
- Dependencia
- Lesiones
- Otras

**Cualquier consumo implica un riesgo, ya que, para determinadas enfermedades (gastrointestinales, cáncer y lesiones) no existe un nivel seguro**

**Daños a terceras personas**

AL FETO      VIOLENCIA      ACCIDENTES

**Consecuencias sociales**

INSEGURIDAD      DESIGUALDAD

**Consecuencias económicas**

MENOR PRODUCTIVIDAD      COSTES 1% PIB



# ¿Porqué un documento de límites de consumo de bajo riesgo de alcohol?

Prevención de los problemas derivados del alcohol

1ª Conferencia de prevención y promoción de la salud en la práctica clínica en España

Madrid 14 y 15 de junio de 2007

SAFARIAD 2006  
INSTITUTO DE SANIDAD CONSUMO

Consejo integral en estilo de vida en Atención Primaria, vinculado con recursos comunitarios en población adulta

INFORMES, ESTADÍSTICAS E INVESTIGACIÓN DE IS  
MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD

País	Consumo de bajo riesgo	
	Hombres	Mujeres
<b>España</b>	Hasta 40 g/día	Hasta 20 g/día
<b>Polonia</b>	Hasta 40 g/día	Hasta 20 g/día
<b>Estonia</b>	Hasta 40 g/día	Hasta 20 g/día
<b>Bélgica</b>	Hasta 21 bebidas/semana	Hasta 14 bebidas/semana
<b>Lituania</b>	Limitar el consumo de alcohol	
<b>Malta</b>	<b>18-21 años:</b> < 2 UBEs (16-20 g) por ocasión, máx. 2 veces/semana	<b>18-21 años:</b> < 2 UBEs (16-20 g) por ocasión, máx. 2 veces/semana
	<b>&gt;21 años:</b> Hasta 21 UBEs (168-210g/semana), distribuido en 5 -6 días	<b>&gt;21 años:</b> Hasta 14 UBEs (112-140g/semana), distribuido en 5 -6 días
<b>Grecia</b>	Hasta 3-4 UBEs (24-32 g/día)	Hasta 2-3 UBEs (16-24 g/día)
<b>Suiza</b>	2-3 UBEs (20-36 g/día)	1-2 UBEs (10-24g/día)
<b>Hungría</b>	Hasta 30g/día	Hasta 15 g/día
<b>Rep. Checa</b>	Hasta 24g/día	Hasta 16 g/día
<b>Dinamarca</b>	Hasta 14 UBEs /semana (168 g/semana)	Hasta 7 UBEs /semana (84 g /semana)
<b>Alemania</b>	Hasta 24g/día	Hasta 12 g/día
<b>Irlanda</b>	Hasta 17 UBEs (170 g /semana)	Hasta 11 UBEs (110 g/semana)
<b>Italia</b>	Hasta 2 UBEs (24g/día)	Hasta 1 UBE (12 g/día)
<b>Austria</b>	Hasta 24g/día	Hasta 16 g/día
<b>Portugal</b>	Hasta 24g/día	Hasta 16 g/día

País	Consumo de bajo riesgo	
	Hombres	Mujeres
<b>Rumania</b>	Beber con moderación: hasta 2 UBEs (24g/día)	Beber con moderación: hasta 1 UBE (12 g/día)
<b>Suecia</b>	Consumo de riesgo: > de 5 UBEs (60 g) por ocasión	Consumo de riesgo: > 9 UBEs (108 g/semana) o > 4 UBEs (48 g) por ocasión
<b>Francia</b>	Hasta 10 UBEs (100 g/semana), nunca más de 2 UBEs (20 g/día)	
<b>Croacia</b>	Hasta 2 UBEs (20g/día)	Hasta 1 UBE (10 g/día)
<b>Chipre</b>	2 UBEs (20g/día)	1 UBE (10 g/día)
<b>Luxemburgo</b>	2 vasos de cerveza (250 ml) o de vino (100 ml/día)	1 vaso de cerveza (250 ml) o de vino (100 ml/día)
<b>Eslovenia</b>	Hasta 200 ml de vino o 1 botella (500 ml) de cerveza o 2 chupitos de licor al día (no sobrepasar 14 UBEs (140 g/semana) y nunca más de 5 UBEs (50 g) por ocasión.	Hasta 100 ml de vino o 1/2 botella (250 ml) de cerveza o 1 chupito de licor al día (no sobrepasar 7 UBEs (70 g/semana) y nunca más de 3 UBEs (30 g) por ocasión.
	En promedio no más de 2 UBEs (24g/día)	En promedio no más de 1 UBE (12 g/día)
<b>Finlandia</b>	Hasta 20g/día	Hasta 10 g/día
<b>Noruega</b>	No debe superarse el 5% de la ingesta energética	No debe superarse el 5% de la ingesta energética
<b>Bulgaria</b>	Hasta 15-16 g/día	Hasta 8 g/día
<b>Reino Unido</b>	Hasta 14 UBEs (112 g/semana) distribuidos en 3 o más días	
<b>Holanda</b>	No consumir alcohol o al menos no más de 1 UBE (10 g/día)	



MINISTERIO DE SANIDAD



# ¿Cómo se realizó el documento de actualización de límites de consumo de bajo riesgo de alcohol?



LÍMITES DE CONSUMO DE BAJO RIESGO DE ALCOHOL  
PARTE 2. REVISIÓN DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA

SANIDAD 2020

## Límites de Consumo de Bajo Riesgo de Alcohol

Actualización del riesgo relacionado con los niveles de consumo de alcohol, el patrón de consumo y el tipo de bebida

**PARTE 2. REVISIÓN DE LA EVIDENCIA CIENTÍFICA**

1. Estimación del riesgo en la salud y límites de bajo riesgo del consumo promedio de alcohol	3
2. Estimación del riesgo en la salud y límites de bajo riesgo de los episodios de consumo intensivo de alcohol (binge drinking)	29
3. Tipo de bebidas alcohólicas y efectos diferenciados en la salud	61

## Límites de Consumo de Bajo Riesgo de Alcohol

Actualización del riesgo relacionado con los niveles de consumo de alcohol, el patrón de consumo y el tipo de bebida

Parte 1. Actualización de los límites de consumo de bajo riesgo de alcohol

INFORMES, ESTUDIOS E INVESTIGACION 2020  
MINISTERIO DE SANIDAD

## Límites de Consumo de Bajo Riesgo de Alcohol

Actualización del riesgo relacionado con los niveles de consumo de alcohol, el patrón de consumo y el tipo de bebida

Parte 2. Revisión de la evidencia científica

INFORMES, ESTUDIOS E INVESTIGACION 2020  
MINISTERIO DE SANIDAD

LÍMITES DE CONSUMO DE BAJO RIESGO DE ALCOHOL

SANIDAD 2020

**Grupo de Trabajo para la Actualización de los Límites de Consumo de Bajo Riesgo de Alcohol** (por orden alfabético según el primer apellido)

- Javier Álvarez González (Facultad de Medicina. Universidad de Valladolid)
- Marina Bosque Prous (Estudios de Ciencias de la Salud. Universitat Oberta de Catalunya)
- Begoña Brime Beteta (Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas)
- Francisco Camarelles Guillem (Centro de Salud Infanta Mercedes, Madrid)
- Olivia Castillo Soria (Subdirección General de Relaciones Institucionales. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Ministerio de Sanidad)
- Joan Colom i Farran (Subdirección General de Drogodependencias, Departamento de Salud, Generalitat de Cataluña)
- Rodrigo Córdoba García (Centro de Salud Universitario Delicias Sur, Zaragoza)
- Iñaki Galán Labaca (Centro Nacional de Epidemiología. Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades)
- Paloma González Yuste (Subdirección General de Información Sanitaria. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)
- Antoni Gual i Solé (Unidad de Conducta Adictiva. Departamento de Psiquiatría, ICN. Hospital Clínic, Barcelona)
- M.ª Vicenta Labrador Cañadas (Subdirección General de Promoción de la Salud y Vigilancia en Salud Pública. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)
- Marta Molina Olivas (Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas. Ministerio de Sanidad)
- Lidia Segura García (Subdirección General de Drogodependencias, Agencia de Salud Pública de Cataluña, Generalitat de Cataluña)
- Luis Sordo del Castillo (Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública. Universidad Complutense de Madrid)
- Mónica Suárez Cardona (Subdirección General de Información Sanitaria. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)
- Francisca Sureda Lluil (Epidemiología y Salud Pública, Facultad de Medicina. Universidad de Alcalá)
- José Valencia Martín (Servicio de Medicina Preventiva y Salud Pública. Hospital Universitario Ramón y Cajal. Madrid)

**Grupo Coordinador** (Área de Prevención. Subdirección General de Promoción de la Salud y Vigilancia en Salud Pública. Dirección General de Salud Pública, Calidad e Innovación. Ministerio de Sanidad)

- Carmen Tristán Antona
- Inés Zuza Santacilla
- Soledad Justo Gil
- Alicia Estirado Gómez\*
- Pilar Campos Esteban



MINISTERIO DE SANIDAD

# Materiales para difusión

## Límites para un consumo de alcohol de bajo riesgo

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

Reduce tu consumo  
Márcate al menos 2 días libres de alcohol por semana

**NO consumir alcohol**



Consulta fuentes oficiales para información: [www.madrid.gob.es](http://www.madrid.gob.es)

## Consumo de alcohol, sabías que...

Algunas cifras para España



Consecuencias



Falsos mitos

¿Es beneficioso el consumo de alcohol? **NO**. Consumir demasiado puede implicar un riesgo de salud importante en el consumo excesivo.

¿Algunas bebidas alcoholicas son mejores que otras? **NO**. Las bebidas alcoholicas contienen etanol, que es perjudicial para la salud. Por lo tanto, no se puede recomendar ninguna de ellas.

Consulta fuentes oficiales para información: [www.madrid.gob.es](http://www.madrid.gob.es)

## Como reducir tu consumo de alcohol

Si NO bebes. ¡Enhorabuena, sigue así! Si consumes alcohol, recuerda: **CUANTO MENOS ALCOHOL, ¡MEJOR!**

1. Conoce tu consumo: calcula cuánto bebes

¿Cuántos días bebes a la semana? ¿y al mes? ¿Cuánto alcohol bebes en cada ocasión?



2. ¿Cuántas calorías tiene el alcohol? **Quémalo con actividad**

3. Controla tu consumo

Márcate al menos 2 días libres de alcohol por semana

4. Reduce la cantidad que bebes

- Alterna una bebida alcohólica con otra sin alcohol o con agua
- Elige bebidas con menos graduación
- Bebe con áreas bebidas de alcohol
- Si tienes sed o hambre bebe agua que tu otra bebidas son alcohol, el alcohol deshidrata

Consulta fuentes oficiales para información: [www.madrid.gob.es](http://www.madrid.gob.es)

## Consumo intensivo de alcohol

¿Qué son los episodios de consumo intensivo? Es el consumo de grandes cantidades en un periodo corto de tiempo (unas 4-6 horas) por ejemplo el botellón



¿Cuáles son sus consecuencias?



¿Alguna cantidad de consumo intensivo es segura?

**NO**. Se desaconsejan los episodios de consumo intensivo

¿Si voy a consumir cuál es el límite?



Consulta fuentes oficiales para información: [www.madrid.gob.es](http://www.madrid.gob.es)

C I U D A D A N Í A

## Consumo de alcohol y equidad

Cómo abordarlo en la consulta

El consumo de alcohol es un determinante social de la salud



En la consulta

Identificar consumo: identificar el riesgo y límites de consumo de bajo riesgo. Ofrecer consejo a alta intensidad para que lo acepten y puedan no estar sujetos a la estigmatización.

Identificar actores y entornos implicados. Buscar mecanismos de coordinación.

Consulta fuentes oficiales para información: [www.madrid.gob.es](http://www.madrid.gob.es)

## Prevención del consumo de alcohol

Información para profesionales sanitarios

1. Límites de consumo de bajo riesgo

Es el consumo a partir del cual se produce un aumento significativo de mortalidad



2. Criterios de consumo de riesgo

Son los criterios a partir de los cuales actualmente se aconseja realizar una intervención en consumo

Consumo diario superior a 20g de alcohol

Consumo semanal superior a 100g de alcohol

Consumo mensual superior a 300g de alcohol

3. Consumo intensivo o binge drinking



Consulta fuentes oficiales para información: [www.madrid.gob.es](http://www.madrid.gob.es)

P R O F E S I O N A L E S

## Consumo de alcohol:

Proteger la salud como prioridad  
Prevención y reducción de los daños



Información para decisores políticos  
¿Qué pueden hacer las administraciones públicas?

Consulta fuentes oficiales para información: [www.madrid.gob.es](http://www.madrid.gob.es)

D E C I S O R E S

# Otras acciones de difusión

- **Monográfico Revista Española de Salud Pública**  
[https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos\\_propios/resp/revista\\_cdrom/Suplementos/MonograficoAlcohol.htm](https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdrom/Suplementos/MonograficoAlcohol.htm)
- **Próximamente:**
  - **Traducción a otras lenguas cooficiales** por parte de algunas CCAA (ej. Cataluña)
  - **Publicación del documento en inglés**
  - **Video divulgativo para Redes Sociales**

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/alcohol/Jornadas/WebinarLimitesAlcohol.htm>



# Estimación del riesgo en salud y límites de bajo riesgo del consumo promedio de alcohol

**Luis Sordo del Castillo**

Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública

Universidad Complutense de Madrid

GT: Luis Sordo, Rodrigo Córdoba, Xisca Sureda, Antoni Gual



# Estimación del riesgo en salud y límites de bajo riesgo de los episodios de consumo intensivo de alcohol (Binge Drinking)

**José Valencia Martín**

Servicio de Medicina Preventiva y Salud Pública

Hospital La Merced. Área de Gestión Sanitaria de Osuna. Sevilla

GT: José Valencia Martín; Iñaki Galán Labaca; Lidia Segura García; Francisco Camaralles Guillem; Mónica Suárez Cardona; Begoña Brime Beteta; Paloma González Yuste



MINISTERIO  
DE SANIDAD

# Tipo de bebidas alcohólicas y efectos diferenciados en salud

**Iñaki Galán Labaca**

Centro Nacional de Epidemiología

Instituto de Salud Carlos III. Ministerio de Ciencia e Innovación

GT: Iñaki Galán, Lidia Segura, Javier Álvarez, Marina Bosque-Prous



# Conferencia final: Construir el futuro a partir de este documento

**Fernando Rodríguez Artalejo**

Universidad Autónoma de Madrid y

Centro de Investigación Biomédica en Red de Epidemiología y Salud Pública  
(CiBERESP)



MINISTERIO  
DE SANIDAD

# Preguntas y debate





# Despedida y cierre

**Pilar Campos Esteban**

Subdirectora General de Promoción, Prevención y Calidad

Dirección General de Salud Pública

Ministerio de Sanidad



# Mensajes clave

Consumo de alcohol

- No existe un nivel de consumo seguro de alcohol.
- No consumir es lo único que evita sus efectos perjudiciales.
- Ningún profesional de la salud o institución debe recomendar su consumo para mejorar la salud

Límites del consumo promedio de bajo riesgo de alcohol

- Consumir alcohol por encima de estos límites conlleva una mayor mortalidad en comparación con no beber o beber a un nivel más bajo.
- Además, algunas de las guías internacionales recomiendan días libres de alcohol en la semana.
- Esta información se debe proporcionar a cualquier persona que consuma alcohol.

Episodios de consumo intenso de alcohol (*binge drinking*)

- No existe un nivel de consumo intenso de bajo riesgo.
- Estos episodios son perjudiciales.

Efectos diferenciales por tipo de bebida

- Recomendar el consumo de algunas bebidas alcohólicas, atribuyéndoles beneficios diferenciados, no está justificado con la evidencia científica disponible.

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

Reduce tu consumo  
Márcate al menos **2 días libres de alcohol** por semana



¿Qué son los episodios de consumo intenso?

Es el consumo de grandes cantidades en un periodo corto de tiempo (unas 4-6 horas) por ejemplo el botellón



¿Alguna cantidad de consumo intenso es segura?



**NO.** Se desaconsejan los episodios de consumo intenso

¿Algunas bebidas alcohólicas son mejores que otras?

**NO**

Los estudios científicos muestran que **no hay diferencias** entre los distintos tipos de bebidas alcohólicas. Por lo tanto no se puede recomendar ninguna de ellas



MINISTERIO DE SANIDAD

Consumir alcohol no es solo una decisión individual, sino que está influenciada por los **determinantes sociales de la salud**, por ello es necesario desarrollar **políticas públicas coherentes e intersectoriales**, que favorezcan entornos donde las decisiones más saludables sean las más sencillas de tomar.



## Consumo de alcohol y equidad

### Cómo abordarlo en la consulta

**El consumo de alcohol se asocia a desigualdades sociales y en salud**

Consumir alcohol no es solo una decisión individual, sino que está influenciada por las condiciones y circunstancias en las que la gente vive (determinantes sociales de la salud)

**IDENTIFICAR FACTORES PROTECTORES Y DE RIESGO**

#### Contexto socio-político

- POLÍTICAS
- LEGISLACIÓN
- CULTURA Y VALORES DE LA SOCIEDAD
- DESARROLLO SOCIO-ECONÓMICO

#### Entorno cercano

**Consumo de alcohol**

- PUBLICIDAD
- DIVERSIDAD FUNCIONAL
- VIVIENDA
- GÉNERO
- OCIO Y TIEMPO LIBRE
- TRABAJO
- NIVEL EDUCATIVO
- ETNIA
- COMERCIO
- PROFESIÓN
- CREENCIAS PROTOLOGÍAS
- ESCUELA
- INGRESOS
- EDAD
- SERVICIOS DE SALUD
- PAÍS DE ORIGEN

#### En la consulta

- Identificar consumo
- Informar sobre riesgos y límites de consumo de bajo riesgo
- Ofrecer consejo u otra intervención cuando sea preciso
- Tener en cuenta:
  - el entorno
  - necesidades específicas de determinados grupos de población
  - personas que lo necesitan y pueden no estar llegando a la consulta: **abordaje comunitario**
- Identificar actores y sectores implicados: buscar mecanismos de **coordinación**

Utilizar los **recursos de la comunidad y participación** de la comunidad  
**LOCALIZA salud**

Consulte fuentes oficiales para informarse  
<https://estilosdevidasaludable.sanidad.gob.es>  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)

ESTRATEGIA NACIONAL DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL SNS

GOBIERNO DE ESPAÑA MINISTERIO DE SANIDAD

# SAFER

Fortalecer las restricciones sobre la disponibilidad de alcohol*	Impulsar y hacer cumplir las medidas de lucha contra la conducción bajo los efectos del alcohol	Facilitar el acceso al cribado y las intervenciones breves, así como al tratamiento	Hacer cumplir las medidas de prohibición o restricción con respecto a la publicidad, el patrocinio y la promoción del alcohol*	Aumentar los precios del alcohol a través de impuestos al consumo y políticas de precios*
--	---	---	--	---



**ESTRATEGIA  
PROMOCIÓN DE LA SALUD  
Y PREVENCIÓN EN EL SNS**

[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/alcohol/Limites\\_Consumo\\_Bajo\\_Riesgo\\_Alcohol.htm](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/alcohol/Limites_Consumo_Bajo_Riesgo_Alcohol.htm)

**Gracias por su asistencia**



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE SANIDAD