

**INSTITUCION EDUCATIVA SUPERIOR IDEMA**

**ESCUELA DE ENFERMERÍA**



**Tema: El alcoholismo**

**Título de la monografía: EL ALCOHOLISMO: UNA ENFERMEDAD  
DEVASTADORA**

**Curso: Bioquímica**

**Docente: Raúl Herrera**

**Autora: Rita Miranda Sánchez**

**Majes, 2023**

## Índice

Introducción.....	3
Marco teórico.....	4
Definición y concepto de alcoholismo.....	5
2.1. El alcoholismo y cómo se define.....	5
2.2. Criterios de diagnóstico utilizados para identificar el alcoholismo.....	5
2.2.1. Criterios de abuso de alcohol: .....	5
2.2.2. Criterios de dependencia del alcohol: .....	6
Causas y factores de riesgo .....	7
3.1. Factores biológicos, psicológicos y sociales.....	7
3.1.1. Factores biológicos: .....	7
3.1.2. Factores psicológicos:.....	7
3.1.3. Factores sociales: .....	7
3.2. Factores de riesgo .....	7
Efectos del alcoholismo.....	9
4.1. Efectos físicos, psicológicos y sociales del alcoholismo .....	9
4.1.1. Efectos físicos: .....	9
4.1.2. Efectos psicológicos:.....	9
4.1.3. Efectos sociales: .....	10
4.2. Las repercusiones económicas y legales.....	11
4.2.1. Repercusiones económicas: .....	11
4.2.2. Repercusiones legales: .....	12
Diagnóstico y tratamiento.....	13
5.1. Métodos utilizados para diagnosticar el alcoholismo.....	13
5.2. Opciones de tratamiento disponibles.....	13
Prevención y medidas de intervención: .....	15
6.1. Análisis de las estrategias de prevención .....	15
6.2. Propuesta de medidas de intervención.....	15
6.2.1. Educación y sensibilización en la población: .....	15
6.2.2. Regulación del marketing y la publicidad de bebidas alcohólicas: .....	16
6.2.3. Limitación del acceso y el consumo:.....	16
Conclusiones: .....	17
Bibliografía .....	18

## Introducción

La problemática del alcoholismo es un tema de gran importancia y relevancia en nuestra sociedad actual. El consumo excesivo y crónico de alcohol no solo afecta la salud física y mental de las personas, sino que también tiene repercusiones significativas en su entorno social, económico y legal.

En esta monografía, exploraremos los efectos físicos, psicológicos y sociales del alcoholismo en la persona afectada y en su entorno. Analizaremos en detalle las consecuencias negativas que el abuso de alcohol puede tener en la salud, tanto a corto como a largo plazo. Además, examinaremos los problemas emocionales y cognitivos que pueden surgir como resultado del consumo excesivo de alcohol.

No solo nos enfocaremos en el individuo afectado, sino que también examinaremos cómo el alcoholismo puede impactar negativamente a nivel social. Discutiremos las dinámicas familiares y las relaciones interpersonales que se ven afectadas por el alcoholismo, así como las implicaciones económicas y legales que surgen como resultado de este problema de salud pública.

Además, analizaremos los métodos utilizados para diagnosticar el alcoholismo, destacando las herramientas y criterios clínicos utilizados por los profesionales de la salud para identificar y evaluar esta enfermedad. Comprenderemos la importancia de un diagnóstico temprano y preciso para brindar el tratamiento adecuado y apoyar a las personas que luchan contra el alcoholismo.

El objetivo de esta monografía es busca profundizar en los efectos físicos, psicológicos y sociales del alcoholismo, así como en las repercusiones económicas y legales asociadas. A través de un análisis exhaustivo, esperamos generar conciencia sobre este problema y promover una comprensión más profunda de sus consecuencias, con el objetivo último de contribuir a la prevención y el tratamiento efectivo del alcoholismo.

## Marco teórico

El marco teórico de esta monografía se basa en diferentes teorías y conceptos relacionados con el alcoholismo y sus repercusiones. A continuación, se presentan algunas de las principales teorías que se utilizarán como base para analizar y comprender este fenómeno:

- **Teoría del aprendizaje social:** Esta teoría postula que el comportamiento humano, incluido el consumo de alcohol, se aprende a través de la observación e imitación de modelos sociales. Se explorará cómo las actitudes y comportamientos relacionados con el consumo de alcohol pueden ser influenciados por el entorno social y los modelos a seguir.
- **Modelo bio-psico-social:** Este enfoque integrador considera que el alcoholismo es el resultado de la interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales. Se examinarán las bases genéticas y neurobiológicas del alcoholismo, así como los factores psicológicos y sociales que pueden predisponer a las personas al consumo problemático de alcohol.
- **Teoría del estrés y la autorregulación:** Esta teoría sostiene que el consumo de alcohol puede ser una forma de afrontar el estrés y regular las emociones. Se explorará cómo el estrés crónico y las dificultades para regular las emociones pueden contribuir al desarrollo y mantenimiento del alcoholismo.
- **Modelo de enfermedad:** Esta perspectiva considera el alcoholismo como una enfermedad crónica y progresiva. Se analizarán los criterios diagnósticos y las características clínicas del alcoholismo, así como las implicaciones para el tratamiento y la recuperación.
- **Teoría de la influencia social:** Esta teoría se centra en cómo las normas sociales y la presión de grupo pueden influir en el consumo de alcohol. Se investigará cómo las actitudes y expectativas sociales pueden afectar las decisiones individuales en relación al consumo de alcohol.

## **Definición y concepto de alcoholismo**

### **2.1. El alcoholismo y cómo se define.**

El alcoholismo se define como cualquier deterioro en el funcionamiento físico., mental o social de una persona, cuya naturaleza permite inferir razonablemente que el alcohol es una parte del nexo causal que provoca dicho trastorno. Según la OMS, el alcoholismo está relacionado con el 40-50% de los accidentes de tráfico, el 15-20% de los accidentes laborales, el 50% de los homicidios, entre otros. Es importante destacar que el alcoholismo no es un vicio, sino una enfermedad que afecta a cualquier persona sin importar su sexo, edad o clase social. La dependencia del alcohol genera una fuerte necesidad y ansiedad por consumir bebidas alcohólicas, lo que puede llevar a un deterioro en la salud física y mental de la persona afectada.<sup>1</sup> Los síntomas del alcoholismo pueden manifestarse a través de cambios notorios en el comportamiento de la persona, tanto en el ámbito laboral como familiar. La prevención del alcoholismo debe comenzar desde edades tempranas, con una educación basada en la abstinencia y acciones que fomenten la autoestima y habilidades sociales. Es importante recordar que el alcoholismo es una enfermedad crónica y recurrente, asociada con el consumo compulsivo de alcohol y la pérdida del control sobre su ingesta.<sup>2</sup>

### **2.2. Criterios de diagnóstico utilizados para identificar el alcoholismo.**

El diagnóstico del alcoholismo se basa en la evaluación de varios criterios. A continuación, se describen los criterios de diagnóstico utilizados para identificar el alcoholismo:

#### **2.2.1. Criterios de abuso de alcohol:**

- Interferencia en el cuidado del hogar, la familia, el trabajo o la escuela debido al consumo de alcohol.
- Participación en situaciones de riesgo mientras se está bajo la influencia del alcohol., como conducir, nadar o tener relaciones sexuales sin protección.

---

<sup>1</sup> IMSS. (2015). Alcoholismo. Salud En Línea. <https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/alcoholismo>

<sup>2</sup> PLA VIDAL, J. (2020). Alcoholismo. Clínica Universidad de Navarra. <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/alcoholismo>

- Problemas legales relacionados con el consumo de alcohol, como arrestos o detenciones.
- Consumo continuo de alcohol a pesar de los problemas que causan en las relaciones personales.

### **2.2.2. Criterios de dependencia del alcohol:**

- Tolerancia al alcohol, lo que significa que se necesita consumir cantidades cada vez mayores para lograr el mismo efecto.
- Síntomas de abstinencia cuando se reduce o se suspende el consumo de alcohol.
- Deseo persistente o esfuerzos infructuosos por controlar o reducir el consumo de alcohol.
- Tiempo dedicado a obtener alcohol, consumirlo o recuperarse de sus efectos.
- Abandono o reducción de actividades sociales, laborales o recreativas debido al consumo de alcohol.
- Consumo continuo de alcohol a pesar de los problemas físicos o psicológicos que causan.

## Causas y factores de riesgo

### 3.1. Factores biológicos, psicológicos y sociales

Existen varios factores que pueden contribuir al desarrollo del alcoholismo.

#### 3.1.1. Factores biológicos:

- **Genética:** Los estudios muestran que las personas con familiares con alcoholismo tienen mayor riesgo de desarrollar un trastorno por consumo de alcohol.
- **Problemas de salud:** Condiciones médicas como la ansiedad, depresión y trastornos del sueño pueden llevar a personas a consumir alcohol.

#### 3.1.2. Factores psicológicos:

- Baja autoestima
- Traumas psicológicos en la infancia
- Trastornos mentales como la depresión y la ansiedad.

#### 3.1.3. Factores sociales:

- Ambiente familiar: El consumo excesivo de alcohol en la familia incrementa el riesgo.
- Presión de los pares: El consumo de alcohol se asocia culturalmente con la diversión y la sociabilidad.
- Acceso al alcohol

Todos estos factores interactúan y se influyen mutuamente, contribuyendo al desarrollo y mantenimiento del alcoholismo. El tratamiento exitoso involucra abordar tanto los factores biológicos, psicológicos como sociales.

### 3.2. Factores de riesgo

El desarrollo del alcoholismo puede estar influenciado por diversos factores de riesgo, como antecedentes familiares, estrés e influencias culturales. Veamos cada uno de ellos:

- **Antecedentes familiares:** Tener familiares con problemas de alcoholismo aumenta el riesgo de desarrollar esta enfermedad. La genética juega un papel importante en la predisposición al alcoholismo.

- **Estrés:** El estrés crónico puede ser un factor desencadenante del consumo excesivo de alcohol. Las personas pueden recurrir al alcohol como una forma de escapar o para hacer frente a situaciones difíciles.
- **Influencias culturales:** La cultura y el entorno social en el que se encuentra una persona pueden influir en su relación con el alcohol. Por ejemplo, en algunas culturas, el consumo de alcohol se considera parte de las celebraciones y eventos sociales, lo que puede normalizar su consumo excesivo. Es importante tener en cuenta que estos factores de riesgo no determinan necesariamente el desarrollo del alcoholismo, pero pueden aumentar las probabilidades. El alcoholismo es una enfermedad compleja y multifactorial, y cada individuo puede verse afectado de manera diferente.

El tratamiento y la prevención del alcoholismo deben abordar estos factores de riesgo, así como proporcionar apoyo emocional, educación sobre el consumo responsable de alcohol y promover estilos de vida saludables.

## **Efectos del alcoholismo**

### **4.1. Efectos físicos, psicológicos y sociales del alcoholismo**

El alcoholismo tiene efectos significativos en la persona afectada y en su entorno, tanto a nivel físico, psicológico como social.

#### **4.1.1. Efectos físicos:**

- Consumo excesivo de alcohol: Las personas con trastornos por consumo de alcohol tienden a tomar en exceso, poniendo en peligro sus vidas y las de los demás. Esto puede resultar en accidentes automovilísticos, lesiones y enfermedades relacionadas con el consumo de alcohol.<sup>3</sup>
- Daño al hígado: El consumo crónico de alcohol puede causar enfermedades hepáticas, como la cirrosis hepática, que puede llevar a la insuficiencia hepática.
- Problemas cardiovasculares: El consumo excesivo de alcohol puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, como la hipertensión arterial, enfermedad Cardiovascular y accidente cerebrovascular.
- Daño al sistema nervioso: El alcohol puede afectar el funcionamiento del sistema nervioso central, lo que puede resultar en problemas de coordinación, dificultad para hablar y deterioro cognitivo.

#### **4.1.2. Efectos psicológicos:**

- Dependencia y adicción: El consumo crónico de alcohol puede llevar a la dependencia física y psicológica, lo que dificulta dejar de beber sin experimentar síntomas de abstinencia.<sup>4</sup>
- Problemas de salud mental: El alcoholismo puede empeorar o desencadenar trastornos de salud mental, como la depresión y la ansiedad. Además, el consumo excesivo de alcohol puede afectar el estado de ánimo y la estabilidad emocional.<sup>5</sup>

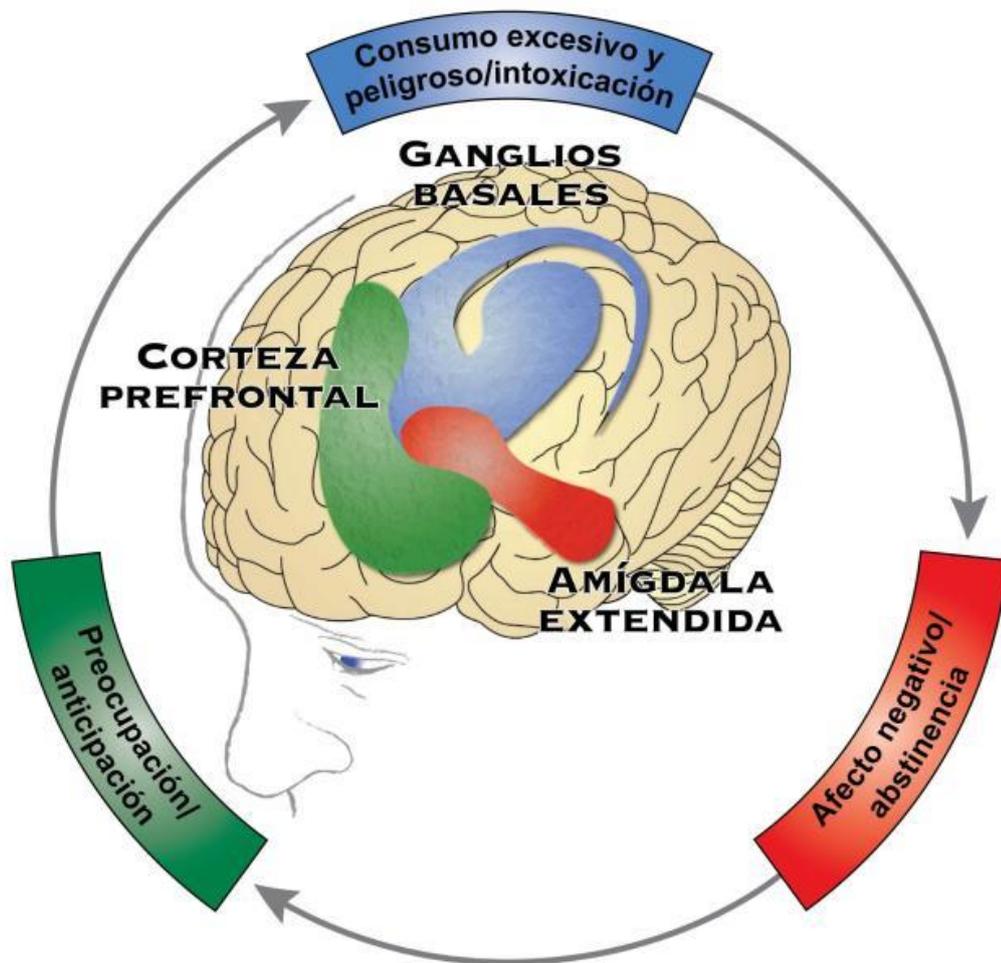
---

<sup>3</sup> Arciniega, J. (2005): La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo, Revista de Psicodidáctica ISSN: 1136-1034 revista-psicodidactica@ehu.es Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea, España Uriarte. <https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>

<sup>4</sup> El ciclo de la adicción al alcohol | National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA). (2017). Nih.gov. <https://www.niaaa.nih.gov/publications/el-ciclo-de-la-adiccion-al-alcohol>

<sup>5</sup> Organización Mundial de la Salud. (2018). Depresión. Organización Panamericana de La Salud. <https://www.paho.org/es/temas/depresion>

Imagen 1: El ciclo de la adicción al alcohol.



Fuente: National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA). (2017).

#### 4.1.3. Efectos sociales:

- Relaciones interpersonales afectadas: El alcoholismo puede causar conflictos y problemas en las relaciones familiares, amistades y relaciones románticas. El comportamiento impulsivo y agresivo asociado con el consumo excesivo de alcohol puede dañar las relaciones personales.

- Problemas laborales y económicos: El alcoholismo puede afectar negativamente el rendimiento laboral, la estabilidad laboral y la capacidad para mantener un empleo. Además, el gasto excesivo en alcohol puede llevar a problemas financieros.
- Estigma social: El alcoholismo a menudo está estigmatizado en la sociedad, lo que puede llevar a la discriminación y al aislamiento social de la persona afectada. Es importante destacar que los efectos del alcoholismo pueden variar de una persona a otra, y el impacto en el entorno también puede ser diferente en cada caso. El tratamiento y el apoyo adecuados son fundamentales para abordar los efectos negativos del alcoholismo en la persona afectada y en su entorno.<sup>6</sup>

## **4.2. Las repercusiones económicas y legales**

El alcoholismo tiene importantes repercusiones económicas y legales para el individuo y la sociedad:

### **4.2.1. Repercusiones económicas:**

- Gastos directos en alcohol: Una persona con alcoholismo gasta una parte significativa de su presupuesto en alcohol, afectando su situación financiera.
- Pérdida de productividad: El rendimiento laboral de una persona con alcoholismo suele verse afectado, lo que puede llevar a una pérdida de productividad en el trabajo.
- Ausencias laborales: Las ausencias recurrentes al trabajo relacionadas con el alcoholismo también tienen un impacto económico negativo.
- Gastos médicos y tratamiento: El tratamiento y los problemas de salud relacionados con el alcoholismo generan importantes gastos económicos.
- Pérdida de patrimonio: El alcoholismo puede llevar a una persona a hipotecar o perder bienes y activos valiosos.

---

<sup>6</sup> Organización Mundial de la Salud. (2018). Depresión. Organización Panamericana de La Salud. <https://www.paho.org/es/temas/depresion>

#### **4.2.2. Repercusiones legales:**

- **Delitos relacionados:** Las personas con alcoholismo tienen un mayor riesgo de cometer delitos como disturbios públicos, desorden, delitos contra la propiedad y violencia doméstica.
- **Accidentes de tráfico:** El alcoholismo aumenta el riesgo de conducir bajo los efectos del alcohol y verse implicado en accidentes de tráfico.
- **Pérdida de la custodia de los hijos:** En casos graves, las autoridades pueden retirar la custodia de los hijos a los padres con alcoholismo.
- **Democratización de los derechos:** La capacidad legal de una persona puede verse comprometida debido al alcoholismo, lo que puede llevar a una tutela legal. Como se puede ver, el alcoholismo tiene un gran impacto económico y legal más allá del sufrimiento humano que causa, haciendo necesarios esfuerzos de prevención y tratamiento eficaces.

## Diagnóstico y tratamiento

### 5.1. Métodos utilizados para diagnosticar el alcoholismo.

Existen varios métodos para diagnosticar el alcoholismo, incluyendo:

- **Análisis de sangre:** Se pueden medir los niveles de enzimas hepáticas y otras sustancias para determinar si hay daño hepático causado por el alcohol. Exámenes como la prueba de alcohol en la sangre también indican el consumo reciente<sup>1</sup>.
- **Análisis de orina:** Las pruebas de orina pueden detectar metabolitos del alcohol y otros marcadores de consumo excesivo.
- **Entrevistas clínicas:** Los médicos suelen realizar preguntas sobre los hábitos de bebida, síntomas y problemas asociados para evaluar el posible alcoholismo.
- **Cuestionarios:** Hay diversas encuestas validadas que miden los factores de riesgo y patrones de uso para ayudar con el diagnóstico.
- **Pruebas psicológicas:** Exámenes como el Inventario de Situaciones de Bebida (I--DES) ayudan a identificar desencadenantes y factores protectores frente al alcohol.<sup>7</sup>

### 5.2. Opciones de tratamiento disponibles

Las opciones de tratamiento disponibles para el alcoholismo incluyen:

- **Desintoxicación:** Es el primer paso en el tratamiento del alcoholismo y se centra en eliminar el alcohol del cuerpo de manera segura. Puede llevarse a cabo de forma ambulatoria o en un entorno hospitalario, dependiendo de la gravedad de la adicción.
- **Terapia cognitivo-conductual (TCC):** Es una forma de terapia que se enfoca en identificar y cambiar los patrones de pensamiento y comportamiento negativos asociados con el consumo de alcohol. Ayuda a las personas a desarrollar habilidades para resistir la tentación de beber ya manejar el estrés y las situaciones desencadenantes.
- **Grupos de apoyo:** Los grupos de apoyo, como Alcohólicos Anónimos (AA), ofrecen un entorno de apoyo donde las personas pueden compartir

---

<sup>7</sup> Koob, GF, Powell, P. y White, A. La adicción como respuesta de afrontamiento: Hyperkatifeia, muertes por desesperación y COVID-19. *The American Journal of Psychiatry* 177(11):1031–1037, 2020. PMID: 33135468

sus experiencias y recibir apoyo de otros que están pasando por situaciones similares. Estos grupos pueden ser una parte importante del proceso de recuperación.

- Medicamentos: En algunos casos, se pueden recetar medicamentos para ayudar a reducir los antojos de alcohol y los síntomas de abstinencia. Estos medicamentos pueden ser utilizados en combinación con la terapia y el apoyo de grupos.
- Terapia familiar: La participación de la familia en el proceso de tratamiento puede ser beneficiosa, ya que el alcoholismo afecta a todo el sistema familiar. La terapia familiar puede ayudar a mejorar la comunicación, abordar problemas subyacentes y fortalecer el apoyo mutuo.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Wardell, JD; Kempe, T., Rapinda, KK; et al. Beber para afrontar la pandemia de COVID-19: el papel de los factores externos e internos en las vías motivadas para afrontar el consumo de alcohol, el consumo de alcohol en solitario y el alcohol Alcoholismo, investigación clínica y experimental 44(10):2073–2083, 2020. PMID: 32870516

## **Prevención y medidas de intervención:**

### **6.1. Análisis de las estrategias de prevención**

- **Educación:** La educación sobre los riesgos y consecuencias del consumo de alcohol es fundamental en la prevención del alcoholismo. Esto puede incluir programas educativos en escuelas y comunidades que brinden información sobre los efectos del alcohol en el cuerpo, las consecuencias sociales y los riesgos para la salud.
- **Regulación de la publicidad:** La regulación de la publicidad de bebidas alcohólicas puede ayudar a reducir la exposición de las personas, especialmente los jóvenes, a mensajes promocionales que pueden fomentar el consumo excesivo de alcohol. Restringir la publicidad dirigida a menores de edad y limitar la publicidad en lugares donde se congregan jóvenes son medidas comunes.
- **Políticas de precios y acceso:** Establecer políticas que aumenten los precios del alcohol y restrinjan su disponibilidad puede ayudar a reducir el consumo excesivo. Esto puede incluir impuestos más altos sobre el alcohol y limitaciones en la venta y distribución.
- **Programas de intervención temprana:** Identificar y abordar el consumo problemático de alcohol en etapas tempranas puede prevenir la progresión hacia el alcoholismo. Los programas de intervención temprana pueden incluir evaluaciones de detección, asesoramiento y derivación a servicios de tratamiento adecuados.
- **Apoyo comunitario:** Fomentar la participación comunitaria y el apoyo mutuo puede ser efectivo en la prevención del alcoholismo. Esto puede incluir la creación de grupos de apoyo locales, actividades recreativas alternativas y la promoción de estilos de vida saludables.

### **6.2. Propuesta de medidas de intervención**

Para abordar el problema del alcoholismo en la sociedad se pueden proponer las siguientes medidas de intervención:

#### **6.2.1. Educación y sensibilización en la población:**

- Campañas de información públicas para concienciar sobre los daños del alcoholismo y la importancia de un consumo moderado.

- Programas educativos en colegios y universidades sobre los riesgos asociados al alcohol.
- Talleres comunitarios y sesiones de concienciación para grupos de riesgo y familias vulnerables.

#### **6.2.2. Regulación del marketing y la publicidad de bebidas alcohólicas:**

- Prohibición de la publicidad de alcohol dirigida a menores de edad.
- Restricción del patrocinio de eventos deportivos o culturales por parte de empresas vinculadas a las bebidas alcohólicas.
- Controles sobre el contenido y la cantidad de publicidad de bebidas alcohólicas 2, especialmente en medios dirigidos a público joven.

#### **6.2.3. Limitación del acceso y el consumo:**

- Aumento de impuestos y precios de bebidas alcohólicas.
- Restricción de venta en estancos y locales autorizados exclusivamente.
- Prohibición de venta en máquinas expendedoras y en locales de comida rápida y restauración.
- Límites estrictos para la venta de alcohol por horas.

## **Conclusiones:**

En conclusión, se ha demostrado claramente que el alcoholismo tiene profundas repercusiones físicas, psicológicas y sociales. A nivel individual, puede conducir a problemas de salud graves, trastornos emocionales y deterioro cognitivo. A nivel social, puede afectar la dinámica familiar, las relaciones interpersonales, la productividad laboral, así como la estabilidad económica del alcoholista y su entorno.

Legalmente, el alcoholismo conlleva mayores riesgos de conflictos, divorcios, pérdida de empleo, accidentes de tránsito y delitos relacionados con el consumo de alcohol. En la medida en que el alcoholismo se ha convertido en un problema de salud pública creciente, existen mayores esfuerzos socio-sanitarios para comprenderlo, prevenirlo y tratarlo eficazmente.

No obstante, todavía queda camino por recorrer para reducir la estigmatización social que rodea al alcoholismo, lo que frecuentemente impide que las personas busquen ayuda profesional y accedan a tratamientos efectivos. La educación, la información basada en evidencia y un mayor compromiso de todos los sectores de la sociedad resultan esenciales para abordar esta problemática compleja pero también prevenible y tratable.

Se concluye que, la evidencia analizada en esta monografía resalta la necesidad de conceptualizar el alcoholismo como una enfermedad que requiere empatía, asistencia profesional y nuevos enfrentamientos más integrales. Sólo de esta manera podremos mitigar sus profundas repercusiones e impactar positivamente en la salud y bienestar de nuestra sociedad.

## Bibliografía

1. Bizkaia. (2019). TECNICAS de TRASLADO, MOVILIZACIÓN Y DEAMBULACIÓN.  
<https://www.bizkaia.eus/home2/archivos/DPTO3/Temas/Zaintza%20eskola%202020/Formaci%C3%B3n%20b%C3%A1sica/3.%20T%C3%A9cnicas%20de%20traslado>
2. PLA VIDAL, J. (2020). Alcoholismo. Clínica Universidad de Navarra.  
<https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/alcoholismo>
3. IMSS. (2015). Alcoholismo. Salud En Línea.  
<https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/alcoholismo>
4. Arciniega, J. (2005): La resiliencia. Una nueva perspectiva en psicopatología del desarrollo, Revista de Psicodidáctica ISSN: 1136-1034 [revista-psicodidactica@ehu.es](mailto:revista-psicodidactica@ehu.es) Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea, España Uriarte.  
<https://www.redalyc.org/pdf/175/17510206.pdf>
5. Organización Mundial de la Salud. (2018). Depresión. Organización Panamericana de La Salud. <https://www.paho.org/es/temas/depresion>
6. S. Departamento de Salud y Servicios Humanos. Enfrentando la adicción en Estados Unidos: Informe del Cirujano General sobre el alcohol, las drogas y la salud.  
<https://addiction.surgeongeneral.gov/sites/default/files/surgeon-generals-report.pdf>. Visitado el 8 de diciembre de 2021.
7. El ciclo de la adicción al alcohol | National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA). (2017). Nih.gov.  
<https://www.niaaa.nih.gov/publications/el-ciclo-de-la-adiccion-al-alcohol>
8. Wardell, JD; Kempe, T., Rapinda, KK; et al. Beber para afrontar la pandemia de COVID-19: el papel de los factores externos e internos en las vías motivadas para afrontar el consumo de alcohol, el consumo de alcohol en solitario y el alcohol Alcoholismo, investigación clínica y experimental 44(10):2073–2083, 2020. PMID: 32870516