

Esto es lo que el alcohol puede ocasionar en tu cuerpo después de los 40 años



No es un secreto que el consumo de alcohol afecta a todos los sistemas del cuerpo. No obstante, varios especialistas concuerdan en que los efectos de las bebidas alcohólicas tienen más impacto para nuestro organismo después de los 40 años.

Con la edad, el proceso de metabolismo de nuestro organismo disminuye, el funcionamiento del hígado y estómago también es más lento. Esto ocasiona que el alcohol permanezca más tiempo en nuestro cuerpo.

Esto explica las largas resacas en personas mayores de 40 años, pues a medida que el ser humano envejece, el organismo

pierde menos líquido y **el alcohol logra penetrar en la sangre** logrando una mayor concentración que se drena lentamente.

Según varios especialistas consultados por el diario The Telegraph, estos son los órganos más afectados por el consumo de bebidas alcohólicas después de los 40 años:

Piel: el exceso de consumo de alcohol causa enrojecimiento de la piel debido a que los vasos sanguíneos son más grandes y fluye más sangre a través de ellos. Esto puede causar un crecimiento vascular crónico que requerirá de un tratamiento médico.

- El consumo de alcohol provoca la aparición de acné, además hace perder la humectación y líquidos en los tejidos, causando descamación o hinchazón debajo de los ojos. Según los especialistas, la cerveza y el vino dañan el ADN y el colágeno de la piel causando también un envejecimiento prematuro.
- **Cerebro:** el alcohol es capaz de penetrar la barrera hematoencefálica del cerebro y con el tiempo genera problemas de ansiedad, cambios repentinos de humor, pérdida de autocontrol e inclusive depresión. No obstante, estos problemas pueden desaparecer gradualmente después de seis meses de no consumir bebidas alcohólicas.
- **Hígado:** el beber tan solo un poco más de lo normal causa enfermedades hepáticas. El hígado comienza a acumular grasa gradualmente y si se continúa bebiendo después de los 40 años esta grasa junto a una inflamación crónica pueden conducir a una cirrosis u otras enfermedades hepáticas, por lo que los especialistas recomiendan no beber al menos tres días seguidos en la semana.
- **Estómago:** el alcohol contiene siete calorías por gramo, casi la misma cantidad que la grasa. Por esta razón el organismo percibe el alcohol como una toxina tratando de descomponer primero esta y solo entonces procesar los

nutrientes de los alimentos. Es así que cuando el organismo intenta digerir los alimentos, este ya no requiere calorías adicionales y todas se almacenan en forma de grasa. Además, el abuso de consumo de alcohol puede inhibir la producción de la hormona leptina que controla el apetito y también hace que la insulina se dispare en la sangre siendo el alcohol fuente de azúcar y a una edad promedio puede llevar la deposición de grasa alrededor del estómago generando la clásica barriga cervecera.

- **Corazón:** el consumo excesivo de bebidas alcohólicas causa un aumento de la presión y genera mayor riesgo de sufrir un ataque al corazón e incluso un derrame cerebral. El alcohol también afecta la capacidad para bombear sangre del corazón aumentando el riesgo de insuficiencia cardíaca.
- **Órganos reproductores:** se ha comprobado que las parejas sobrias pueden concebir más rápido en comparación con las parejas que beben alcohol. En los hombres, el consumo excesivo de alcohol provoca una disminución de los niveles de testosterona reduciendo la calidad y cantidad de los espermatozoides.

Por último, aunque no exista un nivel de consumo de alcohol que mida el riesgo de contraer cáncer, los especialistas aseguran que esta enfermedad está asociada con el abuso de alcohol y los casos más relacionados son: el cáncer esofágico, de garganta, de intestino y de mama. El etanol del alcohol se descompone en acetaldehído que daña el ADN y afecta directamente a las células que causan el cáncer.

Fuente: sputniknews.