

# **Signos Vitales de los CDC**

## **Detección del consumo de alcohol y consejería (Alcohol Screening and Counseling)**

*Este programa es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.*

Al menos 38 millones de adultos en los Estados Unidos beben demasiado; la mayoría de ellos *no* son alcohólicos. Tomar mucho alcohol es una conducta peligrosa que causa cerca de 88 000 muertes cada año. También puede llevar a problemas de salud, tales como enfermedad cardíaca, cáncer de mama, enfermedades de transmisión sexual, choques automovilísticos, violencia y trastornos del espectro alcohólico fetal.

Si va a beber hágalo con moderación, es decir, no más de un trago al día en el caso de las mujeres y dos para los hombres. Si usted es menor de edad o está embarazada, decida no tomar alcohol.

Hable con un profesional de la salud acerca de su consumo de alcohol y cómo puede afectarle.

Los profesionales de la salud pueden ayudar. La detección del consumo de alcohol y la consejería pueden reducir en un 25 por ciento la cantidad que una persona bebe de una vez. Desafortunadamente, solo 1 de cada 6 adultos le ha dicho a un profesional de la salud cuánto y con qué frecuencia bebe.

Los profesionales de la salud deben preguntarles a todos sus pacientes adultos sobre su consumo de alcohol y aconsejar a los que toman mucho... que tomen menos.

*Para obtener la información de salud más precisa visite [www.cdc.gov/español](http://www.cdc.gov/español) o llame al 1-800-CDC-INFO, es decir, 1-800-232-4636.*