

Los hispanos son el mayor grupo étnico y el de más rápido crecimiento en Estados Unidos, el cual alcanza cerca del 17% de la población, o más de 50 millones de personas. Las investigaciones demuestran que los patrones de consumo de alcohol entre los hispanos son distintos a los patrones de los blancos no hispanos u otros grupos étnicos o raciales. Comprender estas diferencias puede contribuir a que los programas de prevención, intervención y tratamiento presten un mejor servicio a la comunidad hispana.



## ¿Cuánto beben los hispanos?

Globalmente, es menos probable que los hispanos consuman alcohol en comparación con los blancos no hispanos. De hecho, los hispanos tienen mayores índices de abstinencia del alcohol. Pero los hispanos que eligen consumir alcohol tienen mayor probabilidad de consumir grandes volúmenes de alcohol en comparación con los blancos no hispanos.

### Estadísticas seleccionadas de consumo de alcohol para mujeres y hombres: adultos mayores de 18 años en Estados Unidos

	Blancos no hispanos	Hispanos
» % que consumió al menos 1 bebida alcohólica el año anterior	70.3	54.5
» % que consumió al menos 1 bebida alcohólica en su vida, pero no durante el año anterior	13.9	13.2
» % que consumió al menos 1 bebida alcohólica en su vida	84.2	67.7
» % total de abstemios de por vida (ni siquiera 1 bebida alcohólica)	15.5	31.8
» % de bebedores durante el año anterior, por cantidad de bebidas alcohólicas consumidas en cada día en que bebieron:		
1	38.3	31.8
2	30.1	25.8
3+	31.6	42.4
» % de bebedores durante el año anterior que consumieron 4o más/5 o más bebidas alcohólicas:		
Al menos una vez durante el año anterior	36.8	41.9
Menos de una vez al mes (de 1 a 11 veces durante el año anterior, o menos de una vez al mes)	15.5	15.9
Mensualmente o más (12 o más veces en el	21.3	26.0

¿Qué es el “consumo excesivo y peligroso de alcohol”?

El consumo excesivo y peligroso de alcohol implica beber tanto en el plazo de 2 horas que los niveles de concentración de alcohol en la sangre (BAC, por sus siglas en inglés) alcanzan 0.08 g/dl. En el caso de las mujeres, esto generalmente ocurre después de 4 bebidas alcohólicas, y en los hombres, después de aproximadamente 5.

Beber de esta forma puede representar riesgos para la salud y la seguridad, como accidentes automovilísticos y lesiones.

A largo plazo, el consumo excesivo y peligroso de alcohol daña el hígado y otros órganos.

## ¿Qué factores predicen el comportamiento de consumo de alcohol en la comunidad hispana?

### Aculturación

La aculturación es el proceso de adaptación a las creencias, los valores y los comportamientos de una nueva cultura. Un factor crítico para predecir los patrones de consumo de alcohol en la comunidad hispana es el nivel de aculturación.

Vivir y trabajar en Estados Unidos, criar una familia aquí, hablar inglés y, sobre todo, recibir una educación estadounidense son factores que contribuyen a la adaptación a la cultura estadounidense. Pero, a medida que aumenten los niveles de aculturación, podría hacerlo también el consumo de alcohol. Las evidencias indican claramente que a medida que las mujeres se aculturán a la vida estadounidense, tienden a beber más alcohol. Existe evidencia contrapuesta respecto a este efecto en los hombres.

### Género

En la cultura hispana tradicional, las mujeres por lo general no beben alcohol, salvo en reuniones familiares u otros entornos privados. En el caso de los hispanos en Estados Unidos, en cambio, esta norma cultural está cambiando. Las evidencias recientes demuestran que las mujeres hispanas jóvenes beben tanto o más que los hombres hispanos jóvenes.

### Actitudes

Las investigaciones demuestran que los hombres hispanos jóvenes, nacidos en Estados Unidos y que no son protestantes, suelen tener una actitud más relajada respecto de la bebida. Aquellos que se sienten de esta manera tienen más probabilidad de beber, abusar del alcohol y, posiblemente, tener problemas relacionados con el consumo de alcohol. Dentro de la comunidad hispana, los puertorriqueños y los mexicano americanos suelen tener actitudes más relajadas sobre la bebida que los cubano americanos.



### ¿Cuánto es demasiado?

En Estados Unidos, una “bebida estándar” (que también se conoce como equivalente a una bebida alcohólica) es definida como cualquier bebida que contenga 0.6 onzas de líquido o 14 gramos de alcohol puro, que se encuentran en

- » 12 onzas de cerveza con 5% de contenido de alcohol
- » 5 onzas de vino con 12% de contenido de alcohol
- » 1.5 onzas de bebidas alcohólicas destiladas con un 40% de contenido de alcohol

Si bien conocer las medidas de las bebidas estándar (equivalente a una bebida alcohólica) es útil como referencia para seguir las pautas de la salud, puede ser que no reflejen las medidas que se suelen servir. Además, si bien las concentraciones de alcohol que se detallan arriba son las “típicas”, hay variaciones considerables en el contenido de alcohol de cada tipo de bebida.

De acuerdo con las *Guidelines for Americans, 2020–2025 (Pautas dietéticas para los estadounidenses, 2020–2025)*, los adultos en edad legal para beber pueden elegir no beber o beber con moderación al limitar la ingesta a 2 bebidas alcohólicas o menos al día en el caso de los hombres o a 1 bebida alcohólica o menos al día en el caso de las mujeres. Beber poco es mejor para la salud que beber en más cantidades. Algunas personas deberían evitar completamente el consumo de alcohol.

## Tendencias de consumo de alcohol según el país de origen

Las tendencias respecto del consumo de alcohol entre los hispanos varían según el país de origen. Entre los hombres, los puertorriqueños suelen ser los de mayor consumo y los cubanos los de menor consumo. Entre las mujeres, las puertorriqueñas suelen ser las de mayor consumo y las mexicanas las de menor consumo. A través de todos los grupos nacionales de hispanos, la cerveza es la bebida de preferencia, seguida del vino y el licor.

### Cantidad promedio de bebidas por semana (cerveza, vino, licor) por país/nación de origen

País/nación de origen	Cantidad promedio de bebidas/semana en hombres (independiente del tipo de bebida)	Cantidad promedio de bebidas/semana en mujeres (independiente del tipo de bebida)
» Puerto Rico	16.9 (±1.6)	9.5 (±2.3)
» México	15.9 (±1.7)	3.0 (±1.0)
» Sudamérica/América Central	8.9 (±0.8)	3.8 (±0.6)
» Cuba	8.4 (±0.9)	3.4 (±1.1)

### Porcentaje de personas que consumieron alcohol de forma excesiva y peligrosa durante el año anterior por país/nación de origen

País/nación de origen	% de hombres que consumieron alcohol de forma excesiva y peligrosa	% de mujeres que consumieron alcohol de forma excesiva y peligrosa
» Puerto Rico	48.6	51.1
» México	46.2	26.1
» Sudamérica/América Central	42.9	27.3
» Cuba	27.3	22.4

FUENTE: Ramisetty-Mikler, S.; Caetano, R.; and Rodriguez, L.A. The Hispanic Americans Baseline Alcohol Survey (HABLAS): Alcohol consumption and sociodemographic predictors across Hispanic national groups. *Journal of Substance Use* 15(6): 402–416, 2010.

## Consecuencias del abuso de alcohol

### Dependencia del alcohol

Cerca del 9.5% de los hispanos tendrán una dependencia del alcohol en algún momento de sus vidas, en comparación con cerca del 13.8% de los blancos no hispanos. Pero el 33% de los hispanos que se vuelven dependientes del alcohol tiene problemas recurrentes o persistentes, en comparación con el 22.8% de los blancos no hispanos.

### Dentro de la comunidad hispana, los índices de dependencia del alcohol varían por país o nación de origen

País/nación de origen	Índice de dependencia del alcohol (Porcentaje)
» Puerto Rico	5.5
» México	4.7
» Sudamérica/América Central	3.1
» Cuba	2.4

FUENTE: Chartier, K., and Caetano, R. Ethnicity and health disparities in alcohol research. *Alcohol Research & Health* 33(1 and 2):154, 2010.

## Conducción bajo los efectos del alcohol

Entre los hispanos que consumen alcohol, los hombres y mujeres mexicanoamericanos y los hombres sudamericanos y centroamericanos tienen una mayor probabilidad de recibir una citación por conducir bajo los efectos del alcohol. Las investigaciones demuestran que entre 1992 y 2002, hubo una disminución en la cantidad de hombres hispanos (de entre 18 y 29 años) que recibieron una infracción por conducir bajo los efectos del alcohol pero un aumento entre las mujeres hispanas (de entre 18 y 29 años) que recibieron esta citación.

## Enfermedad hepática

En general, los hombres hispanos tienen un mayor índice de enfermedad hepática. De hecho, los hombres hispanos blancos tienen los mayores índices de cirrosis relacionada con el alcohol, una enfermedad hepática grave, entre todos los grupos étnicos o raciales. Pero los hombres hispanos negros (p. ej., del Caribe, República Dominicana o Cuba) tienen los índices más bajos de cirrosis en comparación con los blancos no hispanos.

## ¿Los hispanos buscan tratamiento para los problemas de consumo de alcohol?

Cerca del 9.9% de los hispanos en Estados Unidos requirieron tratamiento para problemas relacionados con el alcohol durante el año anterior (datos obtenidos entre 2004 y 2011). De aquellos que requirieron ayuda, cerca del 9.3% recibieron tratamiento en una institución especializada.<sup>1</sup>

Investigaciones limitadas demuestran que el tratamiento puede ayudar a los hispanos que hablan inglés y que tienen alto nivel de aculturación a la vida estadounidense. Sin embargo, los hispanos que tienen problemas graves por consumo de alcohol tienen menor probabilidad que los blancos no hispanos de buscar el tratamiento que necesitan. Los hispanos también tienen menor probabilidad de unirse a Alcohólicos Anónimos (AA), aun cuando los grupos de AA están disponibles en español y son sin cargo.

### Dentro de la comunidad hispana, la necesidad de tratamiento varía según el país o la nación de origen

País/nación de origen	Necesidad de tratamiento para el consumo de alcohol (porcentaje)
» México	10.4
» Puerto Rico	10.1
» Sudamérica/ América Central	8.2
» Otros hispanos	9.1

FUENTE: Substance Abuse and Mental Health Services Administration.<sup>1</sup>

**Para obtener más información, visite [Rethinking Drinking](https://www.rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov) en: <https://www.rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov> (disponible en inglés)**

<sup>1</sup> Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). 2013 Hispanic Subgroups Differ in Rates of Substance Use Treatment Need and Receipt. *National Survey on Drug Use and Health (NSDUH) Report*, October 24, 2013. Disponible en: <http://www.samhsa.gov/data/sites/default/files/spot128-hispanic-treatment-2013/spot128-hispanic-treatment-2013.pdf>

