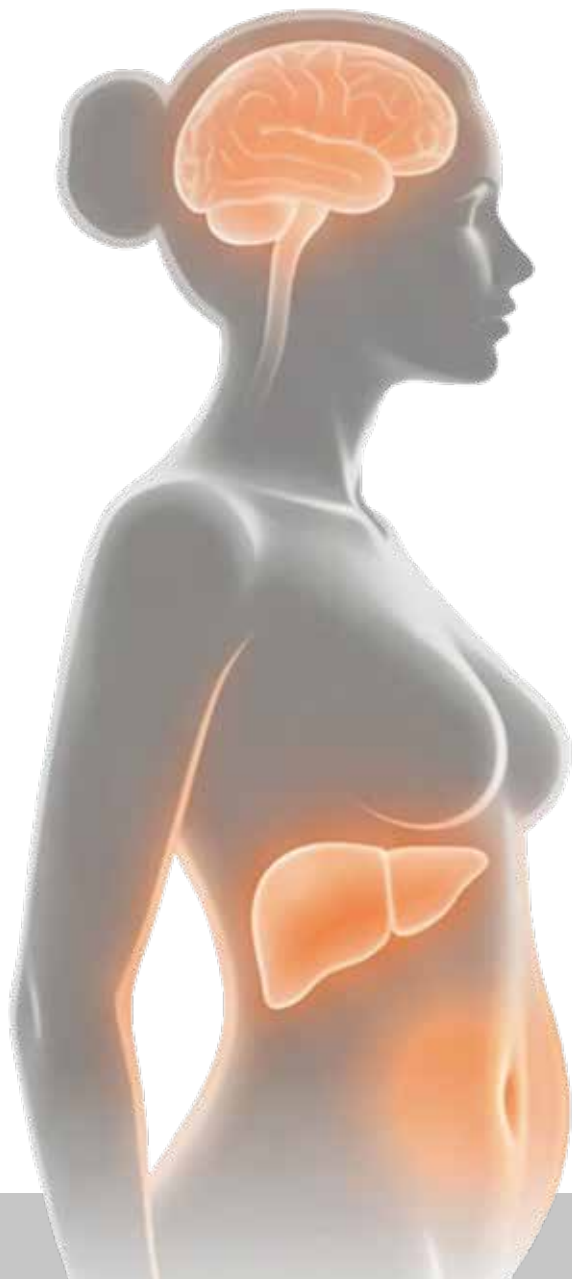


MUJERES Y CONSUMO DE BEBIDAS CON ALCOHOL



Características sexo biológicas

Las mujeres tienen:

- Mayor cantidad de células grasas
- Menor producción de enzima alcohol deshidrogenasa
- Menor cantidad de líquidos en donde diluirse

Efectos en el organismo

Lo que provoca:

- Mayor duración de los efectos en el organismo
- Mayor dificultad para eliminar el alcohol del cuerpo
- Mayor concentración de alcohol en sangre

Todo esto se traduce en una mayor vulnerabilidad a presentar daños a la salud

Evita consumir más de

1

Copa por día

3

Copas por excepción
(fiesta, festejo, celebración)

9

Copa por semana



No todas el mismo día



Una por hora siempre con alimentos