

El alcohol y la COVID-19

Lo que debe saber:



Bajo ninguna circunstancia debe consumir ningún tipo de bebidas alcohólicas como una manera de prevenir o tratar la COVID-19

El consumo de alcohol NO le protegerá frente a la COVID-19.

Evite por completo el alcohol

Evite por completo el alcohol para no perjudicar su propio sistema inmunitario y su salud, **ni poner** en riesgo la salud de los demás.



No utilice el alcohol como una manera de enfrentar sus emociones y el estrés

ya que estar aislado y beber alcohol también puede incrementar el riesgo de suicidio. Si tiene pensamientos suicidas, llame a una línea telefónica de ayuda.



Busque ayuda

si cree que su consumo de alcohol o el de alguien cercano a usted está fuera de control.



Nunca mezcle el alcohol con medicamentos

incluso aunque se trate de remedios naturales o sin receta, ya que esto puede reducir su efectividad o incrementar su potencia a un nivel que puede ser tóxico y peligroso.



Evite que el alcohol le dé pie a fumar

y viceversa, ya que el consumo de alcohol está asociado con una progresión mayor y más peligrosa de la COVID-19



Hable con los niños, adolescentes y jóvenes sobre los problemas asociados con el consumo de alcohol y la COVID-19

como las violaciones a la cuarentena y el distanciamiento social, que pueden empeorar la pandemia.



Asegúrese de que los niños, adolescentes y jóvenes no tengan acceso al alcohol

y **no beba en su presencia**; sea un modelo para ellos. Controle el tiempo que sus hijos pasan ante la pantalla, ya que la televisión y otros medios están inundados de publicidad de alcohol y desinformación que pueden estimular un inicio temprano en el consumo.



World Health Organization

REGIONAL OFFICE FOR Europe



Organización Mundial de la Salud

OFFICE REGIONAL FOR Américas

OPS