

# CDC Vitalsigns Binge Drinking – Spanish



**CDC Vitalsigns™**  
January 2013

## Beber en Exceso

### Un problema serio y poco reconocido Entre las mujeres y las niñas

El consumo de alcohol en exceso es un comportamiento peligroso, pero no se reconoce ampliamente como un problema de salud de la mujer. Beber demasiado - incluyendo el consumo de alcohol compulsivo\* - resulta en alrededor de 23.000 muertes de mujeres y niñas cada año. El consumo excesivo de alcohol aumenta las posibilidades de cáncer de mama, enfermedades cardíacas, enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados y muchos otros problemas de salud. Beber durante el embarazo puede provocar el síndrome de muerte súbita del lactante y trastornos del espectro de alcoholismo fetal. Alrededor de 1 de cada 8 mujeres de 18 años o más y 1 de cada 5 chicas de secundaria beben en exceso. Las mujeres que se dan atracones de bebida lo hacen con frecuencia, unas 3 veces al mes - y tomar unos 6 tragos por cada borrachera. Hay acciones efectivas que las comunidades pueden tomar para reducir el consumo de alcohol en exceso.

- Beber en exceso para las mujeres se define como consumir 4 o más bebidas alcohólicas (cerveza, vino o licor) en una ocasión.

→ [Vea la página 4](#)

¿Quieres saber más? Visite  
<http://www.cdc.gov/vitalsigns>

**Centro Nacional de Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud**  
División de Salud de la Población

