

¿POR QUE SIENTES MORIR DESPUES DE UNA GRAN FIESTA?

Para la mayoría de nosotros, la resaca o cruda es el precio que se debe de pagar por una noche de alcohol. Sin embargo, no sabemos aún cual es la causa exacta de esto. En este cartel, analizamos que pasa en tu cuerpo, y algunos de los principales compuestos que la provocan.



¿Qué pasa con el alcohol en tu cuerpo?

En el hígado, el etanol es degradado en acetaldehído por la enzima alcohol deshidrogenasa, posteriormente en acetato por la enzima aldehído deshidrogenasa. El acetato puede descomponerse en dióxido de carbono y agua, para después eliminarse del cuerpo. En promedio el hígado es capaz de procesar etanol a un ritmo de (8 gramos o 10 mililitros de etanol puro) por hora.

1 DESHIDRATACION

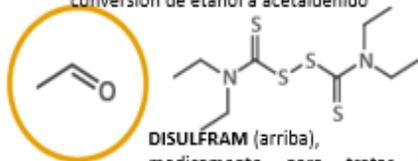


En una intoxicación por alcohol, disminuye el nivel de la hormona antidiurética "vasopresina" (ADH), lo que conduce a un aumento de la micción y la pérdida de agua.

El alcohol tiene un efecto diurético en el cuerpo, provocando un aumento de la micción y por lo tanto la pérdida de agua. A pesar de que la deshidratación es una causa de algunos de los síntomas de una resaca, la investigación sugiere que este no es el principal factor.

2 ACETALDEHÍDO

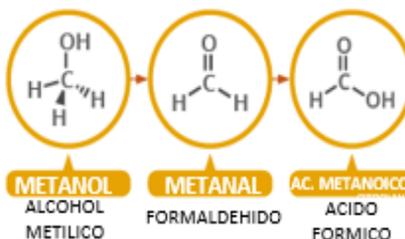
Acetaldehído es rápidamente convertido a acetato en el hígado, pero es más rápida la conversión de etanol a acetaldehído



El acetaldehído tiene efectos tóxicos causando síntomas como: sudoración, taquicardia, náuseas y dolor de cabeza, a pesar de esto, los estudios han encontrado que la concentración de acetaldehído en la sangre de los sujetos de prueba no mostró correlación significativa con la gravedad de la resaca.

3 CONGÉNERES

El metanol se ha encontrado en muy pequeñas cantidades, en bebidas alcohólicas



Los congéneres son otros compuestos de las bebidas además del etanol, estos incluyen alcoholes como el metanol el cual se descompone en formaldehído y ácido fórmico. Los congéneres pueden incrementar la gravedad de una resaca.

4 SISTEMA INMUNOLOGICO

Las citoquinas, son proteínas pequeñas producidas por las células y ayudan a controlar el sistema inmunológico y combatir enfermedades



CITOQUINAS SUBEN CON EL COSUMO DE ALCOHO

En particular los cambios en la concentración de IL-12 y IFN-γ, están relacionados con la gravedad de la resaca.

El alcohol causa desequilibrio en la concentración de las citocinas del sistema inmunológico, ya que aumenta sus niveles causando síntomas tales como dolor de cabeza, fatiga y pérdida de memoria, relacionando esto con síntomas de una resaca.

