

LIFESTYLE

El estrés propicia el consumo de alcohol en las mujeres

Las mujeres estresadas corren mayor riesgo de beber en exceso que los hombres. Lo dice un nuevo estudio.



P.V.

Actualizado Viernes, 21 enero 2022 - 14:39



La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reconocido el estrés como la enfermedad del siglo XXI, que afecta tanto física como mentalmente. Acarrea dolor de cabeza, trastornos del sueño, problemas intestinales, erupciones cutáneas... Y además repercute también en el aspecto, pues entre otros incentiva la aparición de canas.

Especialmente perjudicial es cuando se prolonga en el tiempo, puede desencadenar la temida ansiedad, que es "cuando los síntomas te impiden hacer una vida normal. Mucha gente nota ansiedad leve, pero sigue con su vida diaria, aunque con mucho estrés. Si es algo persistente, no se duerme bien, la tensión es muy grande y causa sufrimiento a ti y a los que tienes cerca es cuando hay que pedir ayuda", advierte la psiquiatra Inés López Ibor.

Por si todo lo anterior fuese poco, un reciente estudio publicado en Psychology of Addictive Behaviors ha demostrado que esta afección está muy vinculada con el alcoholismo, especialmente en mujeres.

EL VÍNCULO ENTRE ALCOHOL Y ESTRÉS

Aunque a menudo se recurre a él desde una perspectiva social y ociosa, el alcohol es una droga depresora del sistema nervioso central que inhibe las funciones cerebrales y es susceptible de causar adicción. Muchas personas lo consumen como una vía de escape en momentos de presión. Como ejemplo, la venta de cerveza se incrementó un 78 % en España durante el confinamiento. Pero el consumo de alcohol en exceso conlleva problemas muy graves de salud.

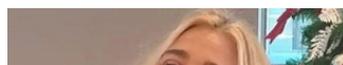
El estudio publicado en la publicación científica Psychology of Addictive Behaviors observó cómo exponer a situaciones de estrés a un grupo poblacional incrementaba el consumo de alcohol entre las mujeres, mientras que no afectaba a los hombres.

En el experimento, 105 mujeres y 105 hombres fueron concentrados en un bar simulado. Allí, algunos recibieron alcohol y otras bebidas no alcohólicas en la primera fase de la prueba. Después, todos ellos fueron sometidos a situaciones estresantes. Finalmente, se les dio a todos 90 minutos de barra libre de bebidas alcohólicas.

Los investigadores observaron las cantidades de alcohol consumidas por cada usuario analizando su contenido en sangre en el aliento (BAC). Los resultados mostraron que los hombres mantuvieron el mismo hábito de bebida con o sin estresores, mientras que para las

La última información en moda, belleza, actualidad y el poder femenino.

Recibir newsletter



mujeres resultó un **detonante** llevándoles a consumir **más alcohol** en la segunda fase de la investigación.

Como conclusión, subrayaron la necesidad de desarrollar **modelos específicos** para atajar este problema, ya que sufrir estrés juega un papel vital en los **trastornos de abuso de alcohol** en la población femenina.

En definitiva, el consumo de **alcohol** no debe tomarse a la ligera, ni tampoco sus **consecuencias**. No en vano, cada vez son más las **celebridades** que defienden las **virtudes de la abstinencia**.

Conforme a los criterios de  **The Trust Project** [Saber más](#)

lifestyle Consumo **alcohol**

Salud. *xxasdfsad fasdf ajsd faskdfasdfsad fasdfs*

Lifestyle. *Aspiradora sin cable, sí, pero ¿cuál elegir? ¿Vertical, robot o aspirador friegasuelos?*

Bienestar. *Fatiga virtual o cuando la sobrexposición a las pantallas afecta a nuestro estado*

Ver enlaces de interés ▾



Fresita, ganadora de GH 5: de la ruina y pedir dinero para comer a millonaria

Tiramillas

ROYALS

Se cumplen 20 años de un escote que conmocionó a España.

El 25 de agosto de 2001 todas las familias reales se reunieron en Oslo para asistir a la boda del heredero noruego, Haakon, con Mette-Marit Tjessem. La Reina y su hijo, el entonces príncipe Felipe, representaron a la casa real española. Pero no fue una boda más.



Eva Sannum en la boda de Haakon y mette-Marit, GTRES

CRISTINA ALDAZ

Actualizado Jueves, 26 agosto 2021 - 15:51



Entre las muchas imágenes del enlace real que se publicaron en todos los medios europeos, hubo una que captó la atención de los españoles e hizo correr ríos de tinta: en ella se ve al **príncipe Felipe con una joven noruega, Eva Sannum**, ataviada con un vestido de satén azul eléctrico.

[Inspírate en las asistentes a la boda de los Reyes hace 17 años para tus looks de invitada](#)

Hasta los pies, con la falda voluminosa y con guantes largos a juego, lo que más llamó la atención del vestido fue **su muy generoso y vertiginoso escote**, que dejaba ver parte de su pecho, y también dejaba la espalda al aire. Estaba firmado por la diseñadora Nora Farah.

Un look **poco apropiado según muchos** para la que era la novia del heredero al trono español. Eso, más la copa de balón que llevaba en la mano con un licor color coñac, fueron suficientes para que en España se la pusiera en la picota.

La última información en moda, belleza, actualidad y el poder femenino.

 [Recibir newsletter](#)



La imagen del príncipe Felipe y la modelo que hizo correr ríos de tinta en España.

Nada que ver con el recatado vestuario al que nos tenía acostumbrados la **Reina Sofía, que en esa ocasión lució un Valentino ricamente bordado** color piedra, con sobrefalda y escote a caja. Y nada que ver tampoco con la sobriedad habitual, sobre todo de un tiempo a esta parte, de la Reina Letizia, que se casaría con el Rey Felipe tres años más tarde, en 2004.

Ese fue **el principio del fin**. Meses después de la tan comentada foto, el 14 de diciembre de 2001, el príncipe Felipe comentó en un encuentro con periodistas el final de su romance con la noruega: "Por razones estrictamente personales y particulares, **cada uno seguirá su camino en la vida**". Y añadió, según recogió el diario 'El País': "Quiero dejar claro que la decisión la hemos tomado con libertad y desde la intimidad. La relación no ha prosperado, y punto".



La Reina Sofía, vestida de Valentino, y el príncipe Felipe llegan a la catedral de Oslo.

La vida posterior del entonces heredero al trono de España la conocemos de sobra. Se enamoró de Letizia Ortiz, fue proclamado rey el 19 de junio de 2014 y es padre de dos hijas:

Leonor, Princesa de Asturias, y Sofía.

VIDA NUEVA

Pero ¿qué ha sido de Eva Sannum? La entonces modelo se convirtió en una experta en despistar a los paparazzi, **comenzó a estudiar Publicidad** en la escuela privada Westerdals School of Communication, mantuvo un idilio breve con Stig Bjölbakk y luego se casó con el publicista **Torgeir Vierdal, con el que ha tenido dos hijos**.

Continúa viviendo en Oslo, donde es socia de la agencia de comunicación Sannum & Bergestuen, especializada en gestionar **crisis de reputación**, y copresenta Tut & Mediekjør, un podcast sobre periodismo en el que se analizan temas que tienen que ver con la imagen pública de los famosos, algo en lo que ella tiene sobrada experiencia.

Hace poco rompió su silencio de casi dos décadas y aseguró que no le habría gustado nada ser reina: "La gente probablemente piensa que me perdí una vida con yates y champán. Pero no se dan cuenta de que es agotador. **Es una vida llena de limitaciones**".

Conforme a los criterios de  **The Trust Project**

[Saber más](#)

[lifestyle](#) [Casa Real](#)

Navidad. [Cómo cocinar el roscón de Reyes light de la dieta Dukan, para 'pecar' sin engordar](#)

Lifestyle. [Judit Ayago, experta sumiller: "Por 40 euros puedes beber un buen champán"](#)

Gastronomía. [En alimentación, esta Navidad será premium o no será](#)

Ver enlaces de interés 