

Bebió más de 5 litros de cerveza semanales durante un mes. Así cambió su cuerpo y su rostro

El Ciudadano · 7 de diciembre de 2017



Internet está lleno de sorpresas. Y últimamente son muchas las personas que quieren probar distintos desafíos a través de redes sociales, sobre todo los que tienen que ver con el cuerpo.

El caso que te mostraremos a continuación fue desarrollado por el editor de **Bright Side** quien quiso investigar de forma empírica **cómo cambia el cuerpo si se bebe cerveza constantemente**, pero para él este «constantemente» significaba tomar **un litro 5 a 6 veces por semana durante un mes**.

Desde un principio, este joven dejó claro que no tenía malos hábitos, se ejercitaba por las mañanas y bebía alcohol sólo en ocasiones especiales.

Así fue todo el cambio que experimentó durante 4 semanas:

Primera semana: Mucho dolor de cabeza

Luego de un par de días bebiendo frecuentemente, este chico empezó a sentir fuertes dolores de cabeza, lo que probablemente se debe a la deshidratación: *«Al comparar las fotos noté que mi rostro estaba un poco hinchado y que tenía ojeras bajo mis ojos»*, indicó.

Segunda semana: Dormir y levantarse por la mañana se tornó muy difícil para él

Antes del experimento a este joven no le costaba mucho quedarse dormido, sin embargo, ahora notó que le costaba por lo menos 40 minutos lograr quedarse dormido. Además, en las mañanas debía tener mucha fuerza de voluntad, pues se le hizo cada vez más difícil levantarse. *«Lo peor era que ahora me costaba cerca de una hora de esfuerzos (y una taza de café muy fuerte) lograr realmente despertar y comenzar mi día de trabajo»*, confesó.

Tercera semana: Su humor empeoró y su capacidad de concentración disminuyó

Antes de hacer su experimento, este joven trabajaba entre 3 a 4 horas sin interrupciones, no obstante, al comenzar a tomar cerveza todos los días se dio cuenta que no podía trabajar más de 2 horas sin desconcentrarse. *«Sentía la necesidad de relajarme al final de cada hora. No paraba de mirar mi reloj, esperando que el día de trabajo terminara»*.

Cuarta semana: Su estado físico empeoró y engordó considerablemente

Este chico se ejercitaba todas las mañanas y nunca dejó de hacerlo, a pesar de estar bebiendo toda esta cerveza. Antes del experimento, corría casi 6 kilómetros en 36 minutos, pero tras las 4 semanas de beber no lograba llegar a los 5 kilómetros en 33 minutos y su ritmo cardíaco había empeorado mucho.

Es por eso que ganó bastante peso, pues aunque se veía delgado, su musculatura desapareció:

El resultado de este experimento no es ninguna sorpresa, sin embargo, con estas imágenes queda plasmado el daño que puede causar el alcohol si se bebe en grandes cantidades.

¿Qué te parece el experimento?

Fuente: [El Ciudadano](#)