

ALCOHOLISMO Y ADOLESCENCIA, TENDENCIAS ACTUALES.

PRESENT ALCOHOLISM AND ADOLESCENCE, TENDENCIES.

Dra. Iris Rodríguez Sánchez. (1)
Dr. Iván Castillo Ledo. (2)
Dra. Dinorah Janet Torres Lugo. (3)
Est. Yenier Jiménez Hernández. (4)
Est. Dayana Mariela Zurita Pacheco.(5)

1. Especialista en 1er Grado de Psiquiatría. Profesor Instructor.
2. Especialista en 1er Grado Medicina General Integral. Residente de 1er año de Psiquiatría Infanto-Juvenil. Profesor Instructor.
- 3 Especialista en 1er Grado Medicina General Integral. Residente de 1er año de Psiquiatría. Profesor Instructor.
- 4 Estudiante de 1er año Medicina.
- 5 Estudiante de 2do año Medicina.

Centro de Trabajo: Hospital Universitario “Dr. Gustavo Aldereguía Lima”

Población: Cienfuegos. Cuba.

Dirección a quién dirigir la información: Dr. Iván Castillo Ledo.

ledoivan@yahoo.es

ivanc@jagua.cfg.sld.cu

RESUMEN

Se hizo una revisión bibliográfica con el objetivo de dar a conocer de forma más actualizada la repercusión nociva del consumo del alcohol, el cual está tan extendido ampliamente en el mundo y de ello nace una enfermedad, el alcoholismo, cuyas consecuencias tienen una incidencia biológica, psicológica y social, constituye la toxicomanía de mayor relevancia a escala mundial por su prevalencia y repercusión. Actualmente se ha propuesto el término de "síndrome de dependencia del alcohol" por el de alcoholismo. El alcohol, además de los numerosos problemas médicos que produce, es también una fuente de problemas sociales. El peligro del alcoholismo está presente por igual en todas las personas. La adolescencia es considerada un factor de riesgo, donde se pueden favorecer las conductas de consumo de alcohol, ya sea por la reafirmación de la independencia, la virilidad, la libertad en la toma de decisiones, la creencia de determinados mitos o la imitación a los adultos. El estrés, los factores genéticos y ambientales influyen significativamente en el alcoholismo en general y en la recaída alcohólica.

Palabras Claves: Alcoholismo, Adolescencia

SUMMARY:

A bibliographical revision with the objective was made present form more updated the injurious repercussion of the consumption of the alcohol, which so is extended widely in the world and of it a disease is born, the alcoholism, whose consequences they have a biological incidence, psychological and social, constitutes the drug addiction of greater relevance on world-wide scale by its prevalence and repercussion. At the moment the term of "syndrome of dependency of the alcohol" by the one of alcoholism has seted out. The alcohol, in addition to the numerous medical problems that produce, is also a source of social problems. The danger of the alcoholism is present the same in all the people. The adolescence is considered a risk factor, where the conducts of alcohol consumption can be favored, or by the reaffirmation of independence, the virilidad, the freedom in the decision making, the myth belief certain or the imitation in the adults. Stress, the genetic and environmental factors influence significantly in the alcoholism in general and the alcoholic relapse.

Key words: Alcoholism, Adolescence

INTRODUCCIÓN:

El alcohol, del árabe alkuhi (esencia o espíritu) es la droga más consumida en el mundo. Su utilización por el hombre, en forma de brebaje, se supone que data de los albores de la humanidad. La ingestión inicial vinculada con actividades religiosas dio paso a su consumo colectivo. Desde entonces se distinguieron dos grandes categorías de consumidores, aquellos que beben dentro de las normas sociales de responsabilidad y los que, desafortunadamente pierden el control y se convierten en bebedores irresponsables.

Las definiciones empleadas en la actualidad bajo el término alcoholismo, no se apartan de la que hizo Magnus Huss en 1849. Una de las aceptadas internacionalmente es la propuesta por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1976, con el término "síndrome de dependencia del alcohol (SDA)" descrito como un trastorno de conducta crónico, manifestado por un estado psíquico y físico, que conduce compulsivamente a ingestas excesivas de alcohol con respecto a las normas sociales y dietéticas de la comunidad, de manera repetida, continua o periódica con objeto de experimentar efectos psíquicos y que acaban interfiriendo en la salud y en las funciones económicas y sociales del bebedor.¹

Esta concepción terminológica sirve de base, desde el punto de vista médico, a dos sistemas diagnósticos empleados casi en paralelos; en Europa son más aceptados los de la OMS (Décima Edición de la Clasificación Internacional de Enfermedades-CIE-10-1982) mientras que en Norteamérica los plasmados en el Manual de Diagnóstico y Estadística (DSM IV 1994). La CIE-10 define el sistema de dependencia alcohólica como un trastorno, no una enfermedad, mientras que el DSM IV plantea que la dependencia a sustancias psicoactivas, extensivo al alcohol, es un patrón desadaptativo de consumo que conlleva a un deterioro o malestar

clínicamente significativo. Los principales criterios empleados en ambas son: el excesivo consumo de alcohol, la repercusión física y psíquica que produce y los conflictos psicosociales, legales, laborales y familiares que crea. Más adelante se exponen algunos de los criterios más empleados en el manejo de esta enfermedad. Para el pesquisaje masivo y clasificación de los alcohólicos se utilizan cuestionarios establecidos mundialmente (Cuestionarios de Identificaciones Diagnósticas (CID), el CAGE, entre otros) cuyos resultados se aproximan con bastante exactitud a la realidad. Una regla de oro que no debe ser jamás olvidada es que una vez establecido el comportamiento ante consumo dañino o dependencia, el objetivo de la intervención médica es lograr la abstinencia total definitiva, ya que una vez alcohólico, siempre se es alcohólico.¹

Es una enfermedad que causa dependencia y que se puede adquirir por varias vías. Se ha sugerido que resultan factores de riesgo de alcoholismo la soltería, los trastornos nerviosos, la subescolarización y sobre todo los conflictos matrimoniales y en las relaciones sociales. Se ha señalado entre las principales motivaciones del alcoholismo en este medio la influencia de amistades y familiares, ambiente festivo y problemas de la pareja o del entorno, sobre todo en la actividad laboral. Se atribuyen a la habituación alcohólica causas relacionadas con el estrés, que provocan alteraciones en la relación social, familiar y económica de los sujetos expuestos a este riesgo, asociado con trastornos de la personalidad, rechazo al medio, evasión de conflictos, inmadurez emocional.¹

Por su gran importancia muchos países dedican cuantiosos recursos humanos y financieros al manejo de esta toxicomanía y en las investigaciones para dar solución a este mal. En Europa se estima su costo entre 2 y 3 % del producto nacional. En Estados Unidos se calcula que su significación económica está en los alrededores de los 100 billones de dólares anualmente. De un modo similar ocurre en España e Inglaterra.¹

Alcoholismo y sociedad en la actualidad

El consumo excesivo de alcohol es una de las causas más frecuentes de transgresiones sociales como violaciones y riñas, práctica de sexo sin medios de protección, abandono familiar y laboral. Se vincula mundialmente con el 50 % de las muertes ocurridas en accidentes de tránsito y el 30 % de los homicidios y arrestos policiales. Reduce de 10 a 15 años la expectativa de vida y determina el 30 % de las admisiones psiquiátricas y el 8 % de los ingresos por psicosis. También se ha responsabilizado con casi la mitad de los condenados por faltas y delitos tan graves como asesinatos. En este medio se relaciona con la tercera parte de los hechos delictivos y violentos y entre el 20 y el 25 % de las muertes por accidentes.¹

Los alcohólicos tienen, como grupo social, uno de los porcentajes más altos de separación matrimonial y de divorcio. Sin embargo, en estudios realizados en el país se ha encontrado que alrededor de la mitad de las personas que ingieren bebidas alcohólicas logran mantener vínculo marital por mucho tiempo.¹

Muchos autores han estudiado la dinámica familiar en el hogar de procedencia del alcohólico y señalan su coincidencia con la llamada "crisis familiares no transitorias" (divorcio, enfermedades crónicas o muerte en uno o ambos padres, hostilidad excesiva, violencia doméstica, pérdida de la estimación hacia el bebedor, descuido de los hijos, situaciones judiciales, actos deshonorosos, malas relaciones interpersonales, entre otras). Esta situación se considera que condiciona un trastorno del aprendizaje en una población específica de niños que se ha denominado "niños con incapacidad para aprender" con inteligencia normal, que no presentan el perfil característico de retraso mental y en los que se invocan un déficit cognoscitivo específico para el aprendizaje. Los resultados de otros autores muestran que no existen diferencias significativas entre los controles y los niños de alcohólicos severos y antisociales o de alcohólicos deprimidos o de familia con historia positiva de alcoholismo. Por esta razón, concluyen que el desarrollo mental global no está asociado con el alcoholismo en los padres. Esto eleva la posibilidad de que los problemas posteriores en estas áreas puedan reflejar procesos cognitivos más específicos o el impacto de problemas conductuales y familiares entre esos niños.¹

Salvo algunos países de cultura hindú o islámica donde el consumo de alcohol es menor como consecuencia de tradiciones o influencias religiosas, alrededor del 70 % de la población, por encima de los 15 años, ingiere alcohol en determinada cantidad, del 3 al 5 % son dependientes y, de ellos, el 10 % se convertirán en bebedores problemas en algún momento de su vida.¹

Actualmente España ocupa el 4to lugar mundial en el consumo de alcohol después de Francia, Luxemburgo y Alemania. Cada español consume por término medio 108 litros de alcohol al año, casi el 4 % de la población española (1 600 000 personas) consume diariamente más de 100 g. Se considera que existe un incremento de consumo de alcohol de alrededor del 30 % en los países desarrollados durante los últimos 20 años, índice muy superior al esperado por el aumento de la población en esta etapa.¹

La Fundación Alcohol y Sociedad está dirigida a alumnos, personal docente de los centros escolares y a las familias del alumnado de Andalucía, Baleares, Cataluña y Madrid, en España.¹

Los objetivos principales consisten en reducir el número de adolescentes que beben alcohol, retrasar la edad de inicio en el consumo y reducir la cantidad que consumen aquellos adolescentes que ya beben. Asimismo, también se trata de ofrecer información científica y veraz a todos los colectivos implicados, además de aportar herramientas suficientes para facilitar la toma de decisiones.¹

La familia, la escuela y los amigos configuran el espacio cotidiano en el que se interrelacionan los adolescentes, jugando cada uno de los agentes una función propia, no delegable ni sustituible. Por ello la oferta educativa que le ofrecemos trabaja en estos tres ámbitos de actuación, mediante los distintos programas:

El Programa Pedagógico "Adolescencia y Alcohol" está dirigido a alumnos de entre 12 y 18 años (Enseñanza Secundaria, Bachillerato y Módulos Profesionales), promueve la erradicación del consumo de alcohol entre los adolescentes. Para ello se plantea como objetivos, reducir el número de adolescentes que consumen alcohol, retrasar la edad de inicio en el consumo y reducir el consumo de aquellos adolescentes que ya beben.²

Los fines de semana, en cualquier ciudad de España, miles de adolescentes se reúnen en parques, calles y bares para beber alcohol hasta que llegue la hora de irse a sus casas. ¿Cuántas copas pueden ingerir en ese periodo de tiempo? Depende de la persona, pero la mayoría de ellos termina borracho sin saber la repercusión que tiene en su salud. Ahora, un reciente estudio ha demostrado que las borracheras habituales en la adolescencia producen una tolerancia al alcohol que puede perjudicar el crecimiento y alterar las funciones cerebrales.²

Muchos jóvenes tienen su primer contacto con el alcohol entre los 12 y los 17 años, una edad que se considera temprana. Un estudio sobre el abuso de drogas en el año 2000 revelaba que cerca del 20% de los adolescentes había consumido alcohol en los meses previos a la investigación y un 10% ingería cinco o más copas cada tarde-noche. Un nuevo estudio realizado con roedores demuestra que un consumo habitual de alcohol en la adolescencia, conocido como una exposición crónica intermitente al etanol, puede alterar la función cerebral y tener consecuencias y efectos negativos a largo plazo.²

"Hemos encontrado que una elevada ingesta de alcohol entre los adolescentes produce tolerancia al mismo, es decir, una disminución en la respuesta a esta droga debido a que el organismo se ha habituado a su consumo", explica Douglas B. Matthews, profesor de psicología en la Universidad de Memphis (Estados Unidos) y uno de los autores de la investigación con ratones, publicada en 'Alcoholism: Clinical & Experimental Research'. Así, Matthews señala que "un consumo exagerado de alcohol perjudica el crecimiento, generando un aumento de peso y altera el funcionamiento normal del hígado. Además se crea una tolerancia hipnótica y cognitiva a esta sustancia".²

Otro de los resultados del estudio es que la profunda tolerancia al alcohol que se produce en la pubertad, puede agravarse en la edad adulta. Las conclusiones de la investigación también revelan, como expresa Matthews, que "en la adolescencia, periodo en el que las personas se están desarrollando, beber en grandes cantidades puede producir cambios en algunas funciones biológicas que tienen implicaciones a largo plazo".²

"Numerosos estudios han demostrado que los sujetos que empiezan a beber a una edad temprana tienen más riesgo de sufrir problemas de alcoholismo cuando son adultos", afirma Linda Patia Spear, profesora del departamento de psicología y el Centro para el desarrollo de la psicobiología en la Universidad de Binghamton. Aunque reconoce que "todavía queda mucho que investigar sobre cómo influye el abuso de alcohol durante la adolescencia en la etapa adulta".³

En los EE. UU. un estudio reveló que el 58 por ciento de los entrevistados que se hicieron alcohólicos antes de los 18 años de edad se embriagaba por lo menos una vez a la semana durante episodios de dependencia como adultos,³ en comparación con el 19 por ciento de los que se volvieron alcohólicos a los 30 ó después.

"Esto nos dice que es muy importante tratar de retrasar el inicio de la bebida", afirmó el autor del estudio Ralph W. Hingson, director de la división de investigación sobre epidemiología y prevención del National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. "Eso no quiere decir que no haya algunos que se hagan dependientes durante su juventud y venzan el problema. Simplemente es más difícil".³

Se calcula que el 12.5 por ciento de los estadounidenses son alcohólicos o lo han sido durante sus vidas, según estadísticas federales. Además, estudios anteriores han relacionado beber durante la adolescencia con una variedad de males, desde fumar y usar drogas hasta pelear, tener accidentes automovilísticos y relaciones sexuales sin protección.⁴

El alcoholismo se encuentra entre las primeras causas de muerte en varios países como en España, en donde ocupa el tercer lugar. En los Estados Unidos ocupa el primer lugar de los fallecidos entre los 15 y 45 años de edad. El alcohol, en sus diversas presentaciones, ya sea de forma accidental o intencional, ocasiona una de las más importantes intoxicaciones actualmente, tanto por sus efectos como por el gran número de individuos afectados, ya sea en suicidios, consumidores esporádicos, alcohólicos crónicos o niños.¹

Los estudios realizados en Costa Rica en población de estudiantes de escuela primaria y secundaria indican que desde la década de los noventa existe una tendencia a disminuir la edad de inicio en el consumo de drogas y que tal como se ha expuesto en investigaciones en otras latitudes, son las drogas legales (tabaco y alcohol) las que inicialmente se utilizan por parte de niños y adolescentes.⁵

En Colombia es muy extraño encontrarse a alguien que no haya entrado al mundo del alcohol desde muy temprana edad; casi todos han tomado sorbos de cerveza y copas de vino en las reuniones familiares. Definitivamente, el alcohol hace parte de la vida social de este país. La cuestión es ¿en qué momento el inofensivo consumo de algunas copas puede conducir al alcoholismo? Varios de los jóvenes de la Fundación Quiero Vivir, contestan este interrogante.³

Las respuestas entre tímidas y con enojo, reflejan el oculto riesgo que corren cientos de adolescentes en un mundo social en el cual el aguardiente, el ron,⁵ la cerveza o cualquier otro licor, se convierte en un socializador o un "efectivo" quita-penas.

Para Adrián y Paula*, de 17 y 15 años respectivamente, ha sido un camino difícil, aceptar su problema con el alcohol: "Las razones que nos llevaron a consumir licor fueron el miedo a enfrentar la vida con sus retos y ciertas situaciones familiares."⁵

Según la Asociación para el Abuso de Drogas y Alcohol de Florida, en los Estados Unidos, el alcoholismo es visto como una enfermedad crónica ocasionada por factores genéticos, psicosociales y ambientales que influyen en su mismo desarrollo y manifestación. Como toda enfermedad conlleva consecuencias delicadas a nivel físico y psicológico; en su último boletín, la Asociación especifica: "Un enfermo por alcohol generalmente presenta daños de tipo gastrointestinal, problemas con el hígado, enfermedades cardíacas, y en el caso de la mujer, problemas futuros para quedar en embarazo".⁵

Como si lo anterior fuera poco, el alcohólico experimenta problemas intrafamiliares, depresión y falta de autocontrol. Por supuesto, los síntomas son aún más preocupantes si se tiene en cuenta que el consumidor está apenas en desarrollo, como es el caso de los adolescentes. "Este cuento me llevó a robar, a tener problemas serios con la justicia pues hacía parte de una pandilla", dice Adrián al recordar algunos de los problemas que ha tenido debido al licor.⁵

La Fundación Quiero Vivir, dedicada a la rehabilitación del alcoholismo y la drogadicción en Cartagena, Colombia, establece que el alcoholismo es una respuesta aprendida y la adicción que ocasiona es el resultado de la influencia de la sociedad. Los jóvenes generalmente se resisten a creer que pueden terminar siendo adictos al licor, después de todo "sólo beben los fines de semana", como opinaba hace seis meses Paula, ahora en vía de rehabilitación. Hoy en día piensa distinto: "La verdad yo empecé a beber alcohol sin darme cuenta; creí que nunca me pasaría a mí, que nunca sería alcohólica", cuenta. "Bebía constantemente los fines de semana en compañía de mis amigos, sin ser consciente se me hizo una costumbre. Ya no podía estar bien en la rumba si no bebía. Mi rollo con la droga se dio a través del licor. Ella es ahora mi peor pesadilla", agrega con tristeza.⁵

La mayoría llegan al alcohol empujados por problemas en sus casas o en sus relaciones con amigos. "Peleaba con mi mamá todo el día y ya no soportaba estar triste todo el tiempo. No podía estudiar, no podía disfrutar, no podía hacer nada."⁵

Entonces me di cuenta que cuando me emborrachaba ya no me daba cuenta de nada o no me importaba que me regañaran. Creí que había encontrado una solución y no me di cuenta que era todo lo contrario", comenta con amargura

Tania, de 15 años, al aceptar su problema de adicción. Además dice: "Todos en el colegio me decían que parara de tomar, que ya se me había salido de control. En el colegio me sacaban de clase por llegar borracha; mis compañeros de clase escribían graffitis en el tablero diciéndome 'alcohólica', 'borracha', etc. Todo esto me deprimía más y terminaba consumiendo más licor".⁵

El número de casos de adolescentes alcohólicos crece más y más. Como dice una psicóloga que ha trabajado con estos problemas: "El mayor inconveniente es que vivimos en una cultura permisiva con el alcohol. Las fiestas, los paseos o cualquier actividad de recreación están mediados por el licor; incluso los equipos deportivos son patrocinados por bebidas alcohólicas. Lo más grave es que se ha construido un mito alrededor del alcohol y es que sin él no se disfruta igual lo que se hace: una fiesta sin trago es aburrida, un paseo sin aguardiente no vale la pena, y así se perpetúa la falsa creencia de que el licor es el que nos permite disfrutar de la vida".⁶

Pese a la dificultad que implica realizar cualquier encuesta sobre adicciones, el Instituto Nacional de Estadística y Censos (Indec) de Argentina, publicó un estudio del que se desprende que más de un millón de argentinos consumió marihuana alguna vez y que el 32 por ciento de los jóvenes de 12 a 15 años bebe alcohol con regularidad. Los técnicos estiman que las cifras reales son mayores.⁶

Según datos de la misma muestra, 23.000 adolescentes argentinos, de entre 12 y 15 años, reconocieron usar algún tipo de estupefacientes.

Los autores de la investigación reconocen que estas cifras deben ser muchos mayores, dado que no todos los encuestados se animan a admitir su adicción, no sólo a las drogas sino también al alcohol.⁶

En el caso del alcohol, los técnicos señalaron que, dado el tipo de pregunta formulada, el consumo de muchos de estos chicos estaría cerca del hábito o la adicción. Es decir, quedan afuera del registro quienes consumen alcohol con escasa regularidad.⁶

El estudio también infiere, a partir de la encuesta, que en el país hay un millón de personas que probó marihuana alguna vez y otros 400.000 que han consumido cocaína.⁷

El abuso y la dependencia del alcohol, a la fecha constituyen un problema de salud pública en muchos países, siendo sus consecuencias más deletéreas los del tercer mundo (Smith R., 1982). Lo grave de este fenómeno es que se viene extendiendo en los adolescentes y la iniciación del consumo es a edades cada vez más tempranas (Perales A., 1995).⁷

En el Perú el alcoholismo constituye la primera dependencia a sustancias psicoactivas y sus efectos se manifiestan en el ámbito familiar, personal, social y comunitario (Saavedra-Castillo, A., 1994). Investigaciones realizadas con poblaciones de escolares reportan un consumo de bebidas alcohólicas que alcanzan cifras que fluctúan entre el 19 y el 94%. El inicio del consumo en esta población, en el Perú, oscila entre los 11 y 13 años de edad (León F., 1989, Perales, 1996); en América Latina oscila entre los 12 y 13 años de edad (Ferrando, 1992); mientras que, en Estados Unidos, la edad promedio del primer consumo es de 11.9 en varones y de 12.7 años en mujeres. (Kinney J. y col. 1997).⁷

Agrava más este problema, el hecho que la población adolescente muestra un crecimiento significativo. En América Latina, en 20 años, el número de jóvenes, se ha duplicado, variando de 38,5 millones (1960) a 73,3 millones (1980). En el Perú, en el área metropolitana de Lima, los adolescentes constituyen el 22% de la población total, según cifras del último censo nacional (INEIP, 1994).⁷

Los adolescentes tienen experiencia limitada en el desarrollo de habilidades de afrontamiento y están en una etapa de formación de un sistema de valores. (Morrison s. y col., 1995). Por tanto, los jóvenes son más susceptibles a realizar actos impulsivos e ilegales, conductas arriesgadas y a adquirir enfermedades de transmisión sexual. Además, son más vulnerables a presentar la enfermedad de adicción, porque en ellos la progresión desde abuso hasta dependencia está acelerada en comparación con los adultos. También hay estudios que han demostrado que los adolescentes tienen más probabilidad de consumir también otras drogas debido a que el alcohol es considerado como una droga de entrada (Grau A., 1992).⁷

Para comprender la vulnerabilidad de la adolescencia debemos también, definir lo que son conductas de riesgo. Según Silber la define como: "aquella potencialmente destructiva, dependientes de su inexperiencia y la incomprensión de las consecuencias inmediatas o de largo plazo de sus acciones" (Silber TJ. 1988). Paralelamente, se acepta la presencia de otros factores que neutralizan o impiden su acción, y se llaman factores de protección. Estos factores promueven la autoestima y la eficiencia mediante el desarrollo de relaciones interpersonales que dan seguridad, apoyo y crean oportunidades de desarrollo. El desequilibrio negativo entre estos dos tipos de factores aumentará el riesgo de consumo.⁷

Dado que el alcohol y el tabaco son productos de comercialización legal, tienen fácil disponibilidad y son socialmente aceptados, los adolescentes y los padres a menudo creen que el consumo de estas sustancias es menos peligroso que las drogas ilegales. De esta manera los progenitores no se percatan con rapidez del abuso del alcohol en sus hijos y tienden a juzgar de modo erróneo la magnitud del problema y a subestimarla (AMA, 1994).⁷

Por otra parte, se ha observado que existen retrasos en el diagnóstico de abuso de alcohol y de otras drogas, en ello participan varios factores. En primer lugar los indicadores físicos que se observan en los adultos a menudo no son identificables en adolescentes, y regularmente se cree que el alcoholismo es un problema propio de adultos. El abordaje médico es de gran importancia, sobretodo, al tratar adolescentes y siempre se debe considerar el consumo de alcohol como causa posible de problemas de salud general, o emocional (Moss AJ, 1992). Con

mayor frecuencia el abuso del consumo del alcohol u otra droga se diagnostica basándose en los cambios de conducta que muestra el adolescente.⁷

El término uso de sustancias psicoactivas, se refiere cuando esto es esporádico o experimental y que puede mantenerse bajo una aislada o breve temporada sin que llegue a causar propiamente daño o alteraciones psicofísicas a la economía corporal. El término abuso de alcohol catalogado por el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales y la Décima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades, dice que las características del abuso de sustancias, es un patrón desadaptativo de consumo de sustancias manifestado por consecuencias adversas significativas y recurrentes relacionadas al consumo repetido. La actividad escolar y laboral pueden verse afectados por los efectos de la bebida o de la intoxicación (ICD-10, 1992).⁷

Las investigaciones epidemiológicas mediante encuestas sobre el abuso de alcohol son pocas y a pesar de proporcionar datos aproximados, han contribuido a identificar los factores de vulnerabilidad y protección del sector escolar. Sobre esta base se elaboraron los primeros programas de prevención del consumo de sustancias psicoactivas.⁷

Ante el incremento de la drogadicción escolar se ha considerado necesario realizar un estudio previo del consumo de bebidas alcohólicas en esta población escolar. Para llevarla a cabo se ha tomado en cuenta paradigmas y lineamientos teóricos sobre el consumo de bebidas alcohólicas en adolescentes. El estudio tiene como objetivo la descripción del uso y abuso de esta sustancia tanto en el sexo masculino, como femenino adolescente y analizarla.⁷

La falta de un programa de prevención de consumo de alcohol en las escuelas peruanas deja a los adolescentes sin la orientación adecuada, lo cual contribuye a la permisividad ante la conducta de ingesta. En este estudio trataremos de elaborar conclusiones y recomendaciones para reorientar planes y estrategias tanto para el sector educación y de salud con la finalidad de disminuir el consumo en esta población. Finalmente es nuestro interés contrastar nuestros hallazgos con otras investigaciones que muestran al alcohol como una sustancia de alta prevalencia de consumo en el país.⁸

El alcoholismo es uno de los problemas sociales de la sociedad contemporánea que merece un análisis científico por los factores con que se relaciona, entiéndase factores que lo propician y consecuencias. El alcohol no es solo la drogadicción más generalizada, sino que además abre las puertas para el consumo de otras sustancias.⁸

En Cuba, desde tiempos remotos existía el hábito de consumir bebidas alcohólicas elaboradas a partir del azúcar de la caña. A pesar de ello, y de que el consumo siempre fue aceptado por la mayoría de la población, la enfermedad alcohólica y los problemas asociados con ella comienzan a incrementarse a partir de los años 70, tendencia que ha continuado aumentando en la última década, aunque en niveles inferiores comparados con reportes de otras latitudes.⁸

Más del 50 % de nuestra población consume bebidas alcohólicas, pero se observan patrones de consumo de alto riesgo y cierta tendencia a una actitud tolerante ante el uso indebido del alcohol.⁸

En nuestro país, el 45,2 % de la población mayor de 15 años consume bebidas alcohólicas, con un índice de prevalencia de alcoholismo entre el 7 y el 10 %, uno de lo más bajo en Latinoamérica, con predominio en edades comprendidas entre los 15 y 44 años. Se señala que en los últimos 15 años el consumo ha aumentado notablemente en nuestro país, que el 90,4 % de la población inicia la ingestión del tóxico antes de los 25 años y que la mayoría de los bebedores problema se encuentra entre 25 y 42 años. Se calcula que el alcoholismo puede incidir hasta en el 40 % en los ingresos de los servicios de urgencia y que el 2 % de los enfermos que ingresan en los servicios médicos hospitalarios sufren de una enfermedad causada o agravada por el abuso de alcohol.⁸

La problemática del alcohol cobra todavía mayor importancia si se desarrolla en la adolescencia. En Cuba son pocos los datos sobre adolescencia y alcoholismo, sin embargo, en un estudio realizado en el municipio Centro Habana se pudo corroborar que su consumo es anterior a los 15 años, y que la frecuencia de adolescentes con conducta anormal ante el alcohol es mayor que la de los que tenían conductas normales.⁸

En los adolescentes el consumo del alcohol se asocia muchas veces con la autodeterminación, la diversión, el ocio y la modernidad, constituyendo un elemento que da estatus en su grupo de pertenencia, lo que hace más difícil su eliminación a pesar de las consecuencias negativas derivadas del consumo excesivo.⁸

A su vez, la percepción social con respecto al hábito de beber de los adolescentes se ha centrado especialmente en los llamados daños agudos y no precisamente en los daños a largo plazo, ni en los procesos que conducen a estos, que en definitiva son los más importantes para protegerse de las adicciones. Según hemos identificado mediante nuestras evidencias empíricas y los datos encontrados en las historias clínicas familiares de múltiples consultorios, nuestra área de trabajo no está exenta de este fenómeno. Pretendemos, por ello, con este trabajo caracterizar el comportamiento ante el alcohol en las diferentes etapas de la adolescencia, pues este afecta nuestra comunidad y debe convertirse en una meta reducir su frecuencia y cantidad de consumo, a partir de un amplio plan multisectorial de lucha.⁹

El alcoholismo es un factor de riesgo de enorme importancia de intento o de suicidio consumado. En Cuba el suicidio se encuentra entre las 10 primeras causas de muerte. En diferentes publicaciones se plantea que en un porcentaje elevado (para algunos hasta el 80 %) de los alcohólicos presenta sintomatología depresiva. Se ha indicado tasas de suicidio 9,22 veces más altas entre los alcohólicos que en la población.¹

Alcoholismo, medio social, salud pública y desarrollo

Los problemas relacionados con el tratamiento del alcoholismo son complejos y difíciles, y rebasan el marco de nuestras pretensiones en este artículo, solo haremos una breve referencia a este importante aspecto. Los lineamientos generales de la lucha contra esta adicción están contemplados en el Programa Nacional de Prevención y Control del Alcoholismo y otras fármacodependencias vigentes en el país, en donde se enfatiza sobre la necesidad de desarrollar acciones de prevención y promoción encaminadas a reducir los patrones de consumo alcohólico excesivo y sus consecuencias sanitarias y sociales, conjuntamente con el manejo multidisciplinario de estos enfermos, con la participación de todos los niveles de salud a partir del médico de la familia. En estudios realizados en el país se ha demostrado un bajo nivel de información de la población sobre algunos efectos nocivos del consumo excesivo e irresponsable de alcohol. El sistema de creencias sobre el alcohol y el alcoholismo muestra la presencia de diversos mitos que requieren un adecuado abordaje educativo, válido para toda la población con independencia de sus pautas de consumo de alcohol. La recaída alcohólica es un gran problema en el tratamiento del abuso del alcohol y del alcoholismo. El estrés, los factores genéticos y ambientales influyen significativamente en el alcoholismo en general y en la recaída alcohólica. En su mecanismo se ha invocado una disfunción de la neurotransmisión dopaminérgica central en que estímulos neutrales previos se pueden convertir en señales condicionales que activan la liberación de dopamina, con deseos gratificantes de beber. La lucha contra el alcoholismo requiere que las instituciones públicas y privadas en sus diversos niveles, aporten una respuesta en varios frentes que abarca la atención a alcohólicos y drogodependientes, a la represión del tráfico de drogas y a la formación de profesionales.¹

Las investigaciones sobre el alcoholismo demandan grandes gastos. Sin embargo, en el país se realizan innumerables esfuerzos para el estudio y tratamiento de los pacientes alcohólicos. Es evidente la necesidad desarrollar acciones de prevención y promoción encaminadas a reducir los patrones de consumo alcohólico excesivo y sus consecuencias sanitarias y sociales, conjuntamente con el manejo multidisciplinario de estos enfermos, con la participación de todos los niveles de salud a partir del médico de la familia.¹

Algunos aspectos conceptuales sobre alcoholismo

A. Tolerancia: adaptación cerebral a la presencia de altas concentraciones de alcohol.

B. Dependencia física: síntomas de abstinencia que ocurren cuando disminuye o cesa el consumo de alcohol.

Que se sobrepase la norma de consumo habitual en un medio determinado. Es decir, que exista realmente un abuso del tóxico y que este abuso no sea transitorio, sino un patrón de comportamiento estable.¹

Que se hayan producido daños tanto orgánico como psíquico y social.¹

Que exista un nivel de esclavitud ante el tóxico que determine que el sujeto, a pesar de reconocer el efecto dañino por experiencia propia, no sea capaz de detener el consumo.¹

D. Etapas del alcoholismo

Consumo de riesgo

Cuando se cumple solamente el primer requisito, se dice que la persona presenta un consumo de riesgo (por el peligro de enfermar).¹

Consumo dañino.

Cuando se cumplen los requisitos primero y segundo.¹

Dependencia

Si están presentes los 3 requisitos se habla de dependencia, y es en estas 2 últimas modalidades (consumo dañino y dependencia) cuando realmente se trata de una enfermedad, mientras que el consumo de riesgo constituye una etapa de tránsito hacia la afección.¹

Principales complicaciones del alcoholismo

Afectaciones neurológicas

Neuropatía periférica distal, cefalea, temblores, convulsiones (sobre todo en personas predisuestas a la epilepsia), miopatía alcohólica aguda, degeneración cerebelosa, daño cortical difuso con demencia alcohólica, lesiones degenerativas del cerebro, médula espinal y nervios periféricos (en casos avanzados), falta de fuerza muscular, calambres y dolores en las piernas y los brazos, accidentes vasculares encefálicos. Intoxicación alcohólica aguda, síndrome de abstinencia, ambliopía alcohol-tabaco, pelagra, manifestaciones tóxico-metabólicas, enfermedad de Marchiafava-bignami, mielinosi central de la protuberancia.^{1, 10}

Efectos sobre el aparato digestivo y glándulas anexas

Glositis, esofagitis, gastritis, diarreas, úlcera gastro-duodenal; várices esofágicas; cáncer gástrico, de la boca y del esófago; hepatitis, hígado graso, cirrosis hepática, pancreatitis aguda hemorrágica y pancreatitis crónica.

Efectos sobre el aparato cardiovascular.

Aterosclerosis temprana, hipertensión arterial, infarto del miocardio, cardiomiopatías.^{1, 10}

Efectos sobre el aparato genitourinario

Disfunción sexual, reducción de hormonas masculinas por la acción de alcohol sobre el testículo y la hipófisis, reducción de la entrada de sangre en los cuerpos cavernosos debido a la aterosclerosis temprana, deformidades del niño al nacer y graves trastornos de la inteligencia o la conducta en los casos menos severos (feto alcohólico). Trastornos vesicales. Cáncer de vejiga.^{1, 10}

Trastornos psiquiátricos

Depresión con ideas y conducta suicidas, pesadillas, insomnio, celos enfermizos, alucinaciones auditivas y visuales, delirios de daño y persecución, alteraciones de conducta.¹

Otros efectos negativos sobre la salud

Tendencia a neoplasias, inmunosupresión de los alcohólicos sensible a la vitamina E, el síndrome alcohólico-fetal (retardo del crecimiento pre natal y postnatal, alteraciones del sistema nervioso central, fascies con característica y anomalía congénita diversa, trastorno del lenguaje y la conducta, labilidad emocional e impulsividad).^{1, 10}

En nuestra revisión abordaremos específicamente el consumo de alcohol en adolescentes, teniendo en cuenta que se refiere a la población comprendida entre las edades de 10 a 19 años. A favor de que a disminuido notablemente la edad de inicio del consumo del alcohol y la importancia de tomar medidas a tiempo por ser la adolescencia la etapa de la vida durante la cual el niño forja su individualidad.¹

Esta revisión bibliográfica constituye el marco teórico conceptual de un estudio que realizaremos en nuestro municipio acerca del comportamiento de esta adicción.¹

Objetivo General:

- ❖ Determinar las tendencias actuales del consumo de alcohol en adolescentes.

Desarrollo:

Desde la antigüedad se conocen los efectos nocivos del uso y abuso en el consumo de bebidas alcohólicas. El alcoholismo es una enfermedad crónica, progresiva y fatal, caracterizada por tolerancia y dependencia física y por cambios orgánicos patológicos. Existe predominio del sexo masculino de esta afección, aunque es cada vez mayor su adicción por el sexo femenino y en jóvenes en general, se observa en más del 16 % de las personas mayores de 65 años y se reporta una alarmante incidencia mundial.¹

El alcoholismo es aceptado universalmente como uno de los principales problemas de la salud pública en todo el mundo y representa una grave amenaza al bienestar y a la vida de la humanidad. Por esta razón, en la actualidad, muchos países dedican cuantiosos recursos financieros a su investigación. En la lucha contra esta adicción las instituciones estatales de salud, entre otras, y la población en general, cumplen una importante función para prevenir y controlar esta enfermedad. Por su importancia se consideró útil realizar una puesta al día sobre este tema para conocer las tendencias más actuales en su manejo y las cuestiones principales que atrae más la atención de los investigadores en estos años.¹

Para iniciar el estudio de esta patología es necesario tener presente las siguientes definiciones:

1.- Definición de alcoholismo

El alcoholismo es una enfermedad crónica y progresiva que deriva de la ingestión excesiva y no controlada de alcohol, el cual se encuentra en todas las bebidas alcohólicas en mayor o menor grado. El alcoholismo es un problema que tiene poco que ver con el tipo de alcohol que se consume, cuanto tiempo se ha estado bebiendo, o la cantidad exacta de alcohol que se consume. Sin embargo, el alcoholismo tiene mucho que ver con la necesidad incontrolable de beber de la persona. Poco a poco, el alcohol se convierte en una droga para la persona que bebe, que sirve para cambiar el estado de ánimo, más que una bebida que se toma como parte de una costumbre social, ya que se suele empezar a consumir con otras personas. En un principio, la persona muestra mucha tolerancia al alcohol, en algunas ocasiones parece que no le afectara. Pero luego el bebedor empieza a tomar a pesar de sí mismo, y el embriagarse se vuelve lo más importante, hasta que la persona pierde el control sobre la bebida y no sabe cuánto va a tomar. Es aquí donde el alcohol es ya una adicción y la persona siente que no puede dejar de beber, esta adicción es el alcoholismo.¹¹

2.- Definición de adolescencia

La adolescencia es una época de la vida que marca la transición entre la infancia y el estado adulto. Por lo general, se considera que comienza alrededor de los 12 o 13 años y finaliza hacia los 19 o 20 años. Durante este periodo, se producen grandes cambios y el adolescente verá como se desarrollan en él aspectos como el físico, el intelectual, el social, etc. ¹¹

La adolescencia es el momento de nuestras vidas en que realmente comenzamos a aprender sobre el mundo que nos rodea y a encontrar nuestro lugar en él. Este aprendizaje implica el intentar nuevas experiencias, algunas de las cuales pueden resultar arriesgadas o incluso peligrosas. Los jóvenes a esta edad anhelan la excitación en una forma que la mayoría de los adultos encuentran difícil de comprender, sobre todo las actividades excitantes que pueden resultar peligrosas. Afortunadamente, la mayoría de los jóvenes buscan estas sensaciones en la música, el deporte u otras actividades que precisan de gran cantidad de energía pero que conllevan un escaso riesgo físico real. ¹¹

Consideraciones Generales. ¿Por que beben lo adolescentes?

En el ámbito global, es importante tener en cuenta que ha habido un cambio considerable en las costumbres sociales que favorecen de alguna manera el consumo de alcohol. Por un lado, se tiende hacia las Macrosociedades, donde cada vez se da más una pérdida de valores, y por otro los/as adolescentes tienen hoy una mayor independencia económica en líneas generales, que les permite entrar de lleno en la Sociedad de consumo. En definitiva, podríamos decir que tanto el alcohol como otras drogas, están en nuestra Sociedad porque cumplen determinadas funciones, entre las que están, la de servir de elemento de integración para unos/as jóvenes y de evasión para otros/as. ¹¹

Esta situación se da debido a una serie de variables, como crisis de valores, violencia intrafamiliar, además de una serie de cambios que vive el adolescente como crisis de identidad, conformación de grupos, cuestionamiento de la autoridad, desarraigo de los padres y búsqueda de ideales, entre otros, los cuales conducen al adolescente a actuar inadecuadamente, apropiándose de modelos que lo perjudican, por lo cual, se presentan altibajos por el estado de confusión que viven, conduciéndolos al alcohol, como medio de evasión de sus problemas, pensando que con este se encuentra la solución, sin darse cuenta que se esta convirtiendo en un adicto. ¹¹

Según la O.M.S. cada año crece el número de adolescentes que consumen bebidas alcohólicas en el mundo entero. ¹¹

Para los adolescentes el alcohol es como una quitapenas que permitirían esquivar los límites que la realidad impone y acceder a un mundo que ofrecería mejores condiciones y sensaciones. A partir de aquí podríamos constatar que la mayoría de los/as adolescentes no solo beben por placer, sino, por otras múltiples razones que se podrían agrupar en dos procesos:

1. La búsqueda de efectos agradables. El encontrarse a gusto, búsqueda de una mayor capacidad de relación, etc.
2. Elementos de presión social, el bombardeo de la publicidad y la oferta, etc.

Para cada uno de estos procesos existen una serie de factores que podríamos diferenciar en: ¹¹

❖ De tipo Social

La dificultad de asumir algunas realidades cotidianas.- La adolescencia es un momento particularmente vulnerable en la vida de una persona, por ser el momento de transición entre la pérdida de los padres como educadores principales y la búsqueda o el encuentro de otras nuevas figuras, deseos y sensaciones. A todo esto se suma enfrentamiento con un mundo que cada vez se les va haciendo más complejo. ¹¹

El papel que hace del alcohol compañía habitual en las relaciones sociales. Las evidencias sugieren que el hecho de que los compañeros de un adolescente consuman alcohol es un sólido indicador de que él o ella beberán alcohol. ¹⁹

La publicidad, dirigida de una manera especialmente agresiva a los jóvenes.-

La aceleración del ritmo de vida. ¹¹

❖ De tipo Familiar

El consumo de alcohol dentro de la familia es siempre referencia para los/as adolescentes y afecta sobre todo en el adelanto de la edad del consumo por parte de estos. ¹¹

Los adolescentes beben menos y tienen menos problemas relacionados con el alcohol cuando los padres aplican una disciplina uniforme y expresan sus expectativas claramente. Los hijos de padres alcohólicos tienen más probabilidades de empezar a tomar durante su adolescencia y a desarrollar desórdenes de uso de alcohol. ¹¹

Las investigaciones más recientes sugieren que hay menos probabilidades de que los niños beban alcohol si los padres forman parte de sus vidas y participan en sus actividades y cuando tanto los niños como los padres indican que tienen una relación estrecha. Los jóvenes cuyas familias tienen ya un historial de abuso de alcohol, están en "mayor riesgo" que otros para desarrollar problemas relacionados con el alcohol puesto que al ver a sus padres y/o demás familiares, se acostumbran y creen que el consumir bebidas embriagantes es un buen hábito característico de los adultos. ¹¹

❖ De tipo Grupal

Normalmente se bebe en grupo para divertirse y ser aceptado, y en alguna medida para mantener una relación grupal. ¹¹

❖ De tipo Individual

Problemas de socialización.

Dependencia afectiva. ·

Problemas de personalidad. ·

Iniciación sexual: es posible que en nuestra cultura actual el alcohol juega algún papel en este sentido para los adolescentes en tanto se es grande por estar tomando alcohol o por estar borracho. Por otra parte el alcohol suelta la lengua y da ánimos para encarar el juego de seducción inicial. ¹¹

Otras veces se acude al alcohol por curiosidad, por el afán de experimentar, de conocer aquello de lo que se habla y que tan peligroso parece. También para facilitar el contacto y la comunicación en las relaciones sexuales, pero por el contrario, esto no solo no lo facilita, sino que lo dificulta y aporta efectos contrarios a los buscados. Otra de las formas de acercarse al alcohol por parte de los adolescentes es para participar de la sociedad de los adultos, cuyas actitudes se toman como referencia en numerosas situaciones cotidianas. ¹²

Otras literaturas plantean que en el caso de la adolescencia, muchas veces se niega sufrir alcoholismo puesto que no se bebe entre semana, sin embargo, sobrepasarse todos los fines de semana y comenzar a depender de ese hábito conlleva también un tipo de alcoholismo, ya que crea dependencia y adicción hacia ese tipo de bebida. ¹²

Generalmente, las personas que acaban dependiendo, poco a poco empiezan a beber también entre semana, y sin ningún motivo aparente o buscando los motivos donde no los hay. ¹²

Muchas veces inciden los problemas familiares (malas relaciones dentro de la familia), sociales (necesidad de pertenecer a un grupo de iguales), escolares (problemas en la escuela que me llevan a beber para olvidar)... en la existencia del alcoholismo. ¹³

Los adolescentes beben alcohol para tener una excusa para involucrarse en conductas no aceptadas socialmente y poder echarle la culpa al alcohol, así por ejemplo, si alguno hace algo

que pueda ser percibido como infantil, agresivo o peligroso y que pudiera tener una respuesta negativa de sus compañeros, tiene un pretexto, algo a que atribuir la conducta inaceptable. En estos casos, el alcohol es usado como una carta abierta para hacer lo que a uno le plazca.¹³

Generalmente, el adolescente tiene dificultades en saber cual es su límite, y pocas veces tiene conciencia de cuando tiene que parar de beber. Con el tiempo, la forma de beber de los adolescentes ha cambiado considerablemente. Los jóvenes consumen alcohol intermitentemente y sin apenas diferencia en los sexos, la mujer ha alcanzado al varón. Se bebe mas los fines de semana y las bebidas preferidas por los adolescentes son la cerveza, las bebidas destiladas y los combinados. Se busca una rápida intoxicación y se ocupa casi la totalidad del tiempo libre en beber. Incluso el alcohol está presente en otro tipo de actividades que podrían ser susceptibles de ser en cierto modo alternativas al consumo, como por ejemplo en excursiones y acampadas, celebraciones deportivas, etc. El consumo se da en todas las capas de la sociedad.¹³

La accesibilidad de los jóvenes a las bebidas alcohólicas es cada vez mayor, a pesar de las prohibiciones impuestas de su venta a menores. La edad media de inicio en el consumo de alcohol entre los escolares, según los datos de la Encuesta sobre Drogas a la Población Escolar 1998 (Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas), es de 13.6 años, y la edad media de inicio de consumo semanal se sitúa en los 14.9 años, según esta fuente las chicas registran mayor prevalencia de consumo de alcohol, aunque en cantidades menores. El 84.2% de los escolares ha consumido alcohol en alguna ocasión y el 43.9% consume al menos una vez a la semana. En cuanto a los episodios de embriaguez el 41% de los escolares se han emborrachado en alguna ocasión y el 23.6% en el último mes.¹

Un 80% de las muertes registradas entre adolescentes se deben a causas violentas y dentro de ellas las relacionadas con drogas o alcohol representan el 50%, existiendo un mayor porcentaje de suicidios en los adictos a estas sustancias.¹

La creencia más compartida entre los diferentes grupos de adolescentes y jóvenes, tiene que ver con la asociación, según su opinión, entre el consumo de alcohol y las "consecuencias positivas" que este proporciona. Entre estas destacan, según ellos indican, una potenciación de la actividad psico-física (alegría, euforia, superación de la timidez y retraimiento, mejoría del estado de ánimo, etc.), posibilidad de diversión e integración dentro del grupo de amigos donde la mayoría consumen.¹

La juventud, como regla general, no asocia el consumo de alcohol con los problemas que de él pueden derivarse, ellos esperan del alcohol cambios positivos globales (facilitador de expresividad emocional, desinhibidor y potenciador de las relaciones sociales, etc.), y a la vez no creen que dicha sustancia tenga consecuencias negativas, influyendo considerablemente en un mayor consumo durante el fin de semana, donde las relaciones interpersonales se intensifican. Por eso anticipar los "efectos positivos" y no las verdaderas consecuencias negativas, conlleva a que se produzca un mayor consumo social.¹

Progresivo descenso de la edad de inicio de consumo de bebidas alcohólicas, que según algunos estudios, se localiza sobre los 12 años, aunque es en torno a los 16 años donde se produce una modificación de las pautas de consumo.

La cerveza (entre semana) y las bebidas de alta graduación "combinados" (los fines de semana) encabezan el ranking de bebidas preferidas entre los jóvenes.¹

En el entorno adolescente y juvenil el consumo de alcohol se suele producir fuera de casa y en espacios donde se producen las relaciones sociales de los jóvenes. Así mientras el consumo se produce en lugares donde hay relaciones entre iguales, hay una ausencia de consumo en el contexto familiar.¹

Es importante no considerar de forma aislada a los jóvenes del contexto social en que se desenvuelven, sino a ambos conjuntamente, para tener siempre presente los respectivos

elementos del sistema: jóvenes, familia, escuela, y barrio o municipio y actuar conjuntamente sobre todos ellos.¹

Así podíamos considerar diferentes actitudes o pautas de actuación frente al problema, entre los que destacarían:

1. Diseñar programas de educación, en los que se incida no sobre los efectos negativos del consumo alcohólico, sino sobre los efectos positivos del no consumo, este pequeño matiz, haría que las medidas tuvieran una mejor acogida general y una mayor eficacia.¹
2. Orientar las actuaciones en el nivel educativo cuestionando y delimitando los efectos positivos del alcohol, que es el conjunto de creencias más desarrollado. Se debe partir de una información realista, que stúe en su término más justo los "efectos reforzantes" del alcohol, pero que también muestre sus límites. Además existen una serie de creencias erróneas respecto al alcohol (aumento de la potencia sexual, modo de combatir el frío, o como utilidad terapéutica), transmitidas de generación en generación que necesitan ser desmontadas.¹
3. Desarrollar programas de entrenamiento en habilidades sociales, para actuar principalmente en la preadolescencia, antes de que se instaure el consumo habitual de alcohol, para ayudar a esta población a hacer frente a la enorme presión que el grupo ejerce sobre aquellos que no beben. Para ello se debe formar a profesores del sistema educativo, educadores de calle, animadores sociales, etc.¹

Hay que utilizar medidas eficaces que no tienen porque ser las más costosas. Hacer más baratas las bebidas no alcohólicas, ya que actualmente es más barato consumir una bebida alcohólica que un refresco, así como potenciar bebidas exóticas con menor o nulo contenido alcohólico pero "que entren por los ojos" a los jóvenes.¹

Actuar sobre los espacios físicos por donde se mueve la juventud, revisando su diseño. Así podemos:

- ❖ Ceder lugares donde creemos espacios lo más parecidos a los bares y ponerlos en manos de grupos o entidades no controlados por la Administración, que les dé más libertad.¹
- ❖ Estimular programas que comporten la presencia de educadores en lugares que ellos frecuentan.¹
- ❖ Obligar a los bares a crear espacios alejados de la barra y con un volumen de música reducido que permita la comunicación y la organización de actividades atractivas que concentren el tiempo de ocio y diversión.¹
- ❖ Incidir en la importancia de la familia como factor regulador del consumo y como medio de información.¹
- ❖ Estimular el debate entre las diversas fuerzas políticas para la creación de diversos programas juveniles de control y prevención de las adicciones.¹⁴

Prácticamente todos sabemos que, en los Estados Unidos, de acuerdo con la legislación vigente, es necesario ser mayor de 21 años para beber alcohol. Pero el norteamericano medio toma su primera bebida alcohólica aproximadamente a los 14 años. Según datos del National Center of Addictions and Substance Abuse (Centro Nacional para la Adicción y el Abuso de Sustancias), casi el 80% de los estudiantes de nivel secundario ha probado el alcohol.¹⁴

Beber o no alcohol es una decisión personal que, más tarde o más temprano, todos debemos tomar. Este artículo proporciona información sobre el alcohol, incluyendo la manera en que afecta tu cuerpo, para que puedas tomar una decisión con fundamentos.¹⁴

¿Qué es el alcohol?

El alcohol se obtiene por medio de la fermentación de cereales, frutas o vegetales. La fermentación es un proceso que utiliza levadura o bacterias para modificar el azúcar de los alimentos y transformarla en alcohol. La fermentación se utiliza para elaborar muchos productos necesarios: desde queso hasta medicamentos. El alcohol adopta distintas formas y se puede utilizar como limpiador, antiséptico o sedante.¹⁴

Por lo tanto, si el alcohol es un producto natural, ¿por qué los adolescentes deben tener cuidado cuando lo beben? Cuando las personas beben alcohol, éste ingresa en el torrente sanguíneo. Desde allí, afecta el sistema nervioso central (el cerebro y la columna vertebral), que controla prácticamente todas las funciones del cuerpo.¹⁴

¿De qué manera afecta al cuerpo?

El alcohol es un depresivo. Esto significa que hace más lento el funcionamiento del sistema nervioso central. El alcohol, en realidad, bloquea algunos de los mensajes que intentan llegar al cerebro. Esto altera las percepciones, las emociones, los movimientos, la vista y el oído de una persona.¹⁴

En cantidades muy pequeñas, el alcohol puede ayudar a que una persona se sienta más relajada o menos ansiosa. Una mayor cantidad de alcohol provoca cambios más grandes en el cerebro y produce una intoxicación. La gente que bebe cantidades excesivas de alcohol suele tambalearse, pierde la coordinación y tiene dificultad al hablar. Es probable que estas personas se sientan confundidas y desorientadas. Dependiendo del individuo, la intoxicación puede hacer que una persona se muestre simpática y conversadora o agresiva y enojada. Los tiempos de reacción se vuelven mucho más lentos; por eso es que se aconseja no conducir cuando uno bebe. Las personas intoxicadas llegan a pensar que se están moviendo correctamente cuando, en realidad, sucede todo lo contrario. Es posible que actúen de una manera completamente diferente de la habitual.¹⁴

Si se toman grandes cantidades de alcohol en un lapso de tiempo breve, puede haber envenenamiento por alcohol. El envenenamiento por alcohol es exactamente lo que estás pensando: el cuerpo está envenenado o intoxicado con grandes cantidades de alcohol. El primer síntoma del envenenamiento por alcohol son los vómitos violentos, porque el cuerpo intenta deshacerse del alcohol. Otras consecuencias son la soñolencia excesiva, la pérdida de la conciencia, dificultades para respirar, una peligrosa baja del azúcar en sangre, convulsiones o incluso la muerte.¹⁴

¿Por qué no debo beber alcohol?

Si bien en los Estados Unidos es ilegal beber alcohol antes de cumplir 21 años, la mayoría de los adolescentes tiene acceso a las bebidas alcohólicas. Por lo tanto, eres tú quien tiene que tomar una decisión respecto de las bebidas. Además de la posibilidad de convertirte en adicto, beber alcohol conlleva algunas desventajas:¹⁴

El castigo es severo. Los adolescentes que beben alcohol corren el riesgo de tener problemas obvios con la ley (es ilegal y podrían arrestarte). Los adolescentes que beben alcohol también tienen más probabilidades de involucrarse en peleas y de cometer delitos que quienes no beben.¹⁴

Las personas que beben en forma regular suelen tener problemas en la escuela: la bebida puede afectar la capacidad para estudiar y sacarse buenas notas, además de afectar el desempeño deportivo (por la falta de coordinación).¹⁴

Puedes parecer realmente tonto. La impresión es que la bebida te hace más atractivo, pero los cambios que ocasiona el alcohol en el sistema nervioso pueden llevar a que una persona haga

tonterías o cosas vergonzantes, como vomitar o hacerse pis encima. La bebida también produce mal aliento, y a nadie le gusta tener una resaca.¹⁴

Los adolescentes que beben también tienen más probabilidades de engordar o padecer problemas de salud. Un estudio realizado por la Universidad de Washington reveló que las personas que consumían normalmente cinco o más bebidas alcohólicas, una detrás de la otra, desde los 13 años, eran más propensas al sobrepeso o a la hipertensión a la edad de 24 años que aquellas que no bebían alcohol. Las personas que continúan bebiendo mucho alcohol durante la edad adulta corren el riesgo de dañar órganos tales como el hígado, el corazón o el cerebro.¹⁴

¿Cómo puedo evitar el consumo de alcohol?

Si todos tus amigos beben alcohol y no deseas hacer lo mismo, puede resultar difícil decir "no, gracias". Nadie quiere arriesgarse a sentirse rechazado o dejado de lado. Cada persona debe encontrar su estrategia para rechazar el consumo de alcohol. Algunas descubren que les es más fácil decir que no sin dar ninguna explicación; otras sienten que es mejor si expresan sus motivos (por ejemplo, "yo no consumo alcohol", "tengo un partido mañana" o "mi tío murió a causa del alcohol").¹⁴

Si rechazar el alcohol te hace sentir incómodo ante las personas que conoces, échale la culpa a tus padres o a otra persona adulta. Si dices "mis padres me vendrán a buscar muy pronto", "ya me metí en serios problemas por beber alcohol, no puedo volver a hacerlo" o "el entrenador me mataría", tal vez te resulte más fácil rehusarte a beber alcohol.¹⁴

Quienes poseen una autoestima elevada tienen menos posibilidades de convertirse en bebedores con problemas que quienes poseen baja autoestima.¹⁴

¿Qué puedo hacer si me preocupa el consumo de alcohol de otra persona?

Muchas personas viven en hogares en los que un padre u otro miembro de la familia beben demasiado alcohol. Esto puede hacerte enojar, sentir miedo y deprimirte. Muchas personas no pueden controlar su adicción al alcohol sin ayuda. Esto no significa que te quieran menos o se preocupen menos por ti. El alcoholismo es una enfermedad y debe ser tratada igual que otras enfermedades.¹⁴

Las personas alcohólicas no pueden dejar de beber hasta que no están preparadas para admitir que tienen un problema y reciben ayuda. Esto puede hacer que los miembros de la familia y los seres queridos se sientan inútiles. La buena noticia es que puedes conseguir ayuda en muchos lugares: un adulto comprensivo, como un consejero, o un pariente o hermano mayor comprenderá por lo que estás pasando. También existen organizaciones profesionales, como Alateen, que pueden ayudarte. (Haz clic en la ficha Recursos ubicada a la derecha de este artículo para ver una lista parcial de recursos útiles).¹⁴

Todos decidimos si bebemos y cuánto; incluso los adultos. Puedes disfrutar de una fiesta o de otro evento con la misma intensidad, o más intensamente, si no consumes alcohol. Y como tu sistema nervioso central estará trabajando como debe, ¡recordarás mejor lo bien que lo pasaste!¹⁵

Crecer no es fácil, y los adolescentes necesitan mentes claras para llegar a ser adultos psicológicamente sanos. Por eso beber en grandes cantidades puede tener efectos graves, tanto más si el organismo del bebedor se encuentra en desarrollo. Debido a que son psicológicamente inmaduros, tienen dificultades para manejar las emociones producidas por el alcohol.¹⁵

Consideramos que los adolescentes no tienen noción de este hecho, y eso fue nuestro incentivo para la realización de este trabajo. El propósito de la adolescencia no es borrar el pasado sino inmortalizar lo que este tiene de valioso, y despedirse de aquellos aspectos que

obstaculizan la plena realización de las potencialidades. Es por esto que es común que los jóvenes realicen sus actividades hasta los extremos.¹⁵

El libro de Kaplan (1986) aconseja una serie de tesis que resumen bien los rasgos típicamente atribuidos a la adolescencia: "los adolescentes, esas criaturas patéticamente susceptibles y vulnerables, apasionadas e impulsivas, totalmente sexuales y monstruosamente egocéntricos, son en realidad, ávidos buscadores de autenticidad moral".¹⁵

Para ampliar nuestros conocimientos vimos necesario comenzar con un rastreo de la información a través de la consulta bibliográfica y fuentes confiables de Internet. Para conocer como se refleja esta problemática en nuestra ciudad, realizamos entrevistas a especialistas con respecto a campos relacionados con los temas que trataremos.¹⁵

En un plano general, podemos decir que el alcohol produce sobre el organismo un efecto toxico directo, y un efecto sedante, más conocido como "embriagarse"; además su ingesta excesiva durante períodos prolongados conduce a mal nutrición.¹⁵

Existe también la posibilidad de que la persona desarrolle una adicción a su consumo, siendo victima del alcoholismo. Esta es una enfermedad crónica y habitualmente progresiva, producida por la ingesta excesiva y prolongada del alcohol etílico. La OMS (Organización Mundial de Salud) la define como la ingestión diaria de alcohol superior a 50gr. en la mujer y 70gr. en el hombre, producida por la combinación de diversos factores psicológicos, genéticos y fisiológicos que producen daño cerebral progresivo, y finalmente la muerte.¹⁵

El alcoholismo es una enfermedad crónica, progresiva y a menudo mortal que se caracteriza por una dependencia emocional y a veces orgánica del alcohol. Es producida por la ingestión excesiva de alcohol etílico, bien en forma de bebidas alcohólicas o como constituyente de otras sustancias. La OMS define el alcoholismo como la ingestión diaria de alcohol superior a 50 gramos en la mujer y 70 gramos en el hombre (una copa de licor o un combinado tiene aproximadamente 40 gramos de alcohol, un cuarto de litro de vino 30 gramos y un cuarto de litro de cerveza 15 gramos). El alcoholismo parece ser producido por la combinación de diversos factores fisiológicos, psicológicos y genéticos.¹⁵

Es un trastorno primario y no un síntoma de otras enfermedades o problemas emocionales. La química del alcohol le permite afectar casi todo tipo de célula en el cuerpo, incluyendo las que se encuentran en el sistema nervioso central. En el cerebro, el alcohol interactúa con centros responsables del placer y otras sensaciones deseables; después de la exposición prolongada al alcohol, el cerebro se adapta a los cambios producidos por el alcohol y se vuelve dependiente a ellos.¹⁵

Una persona que sufre de alcoholismo no puede mantener su forma de beber bajo control, aunque le haga daño a su salud, a su empleo, a su mente y familia.¹⁵

El alcohólico se caracteriza por depender del alcohol, tanto física como psíquicamente, y la incapacidad de detenerse o abstenerse. La falta de la bebida provoca síntomas de abstinencia.¹⁵

Al principio el alcohólico puede aparentar una alta tolerancia al alcohol, consumiendo más y mostrando menos efectos nocivos que la población normal. Más adelante, sin embargo, el alcohol empieza a cobrar cada vez mayor importancia, en las relaciones personales, el trabajo, la reputación, e incluso la salud física.¹⁵

El consumo de bebidas alcohólicas ha sido siempre fuente de graves problemas, pero en la época actual sus efectos negativos se han agravado por circunstancias nuevas. Una de ellas es que las bebidas alcohólicas se han popularizado rápidamente entre los adolescentes y cada vez son más jóvenes las personas que beben. Las causas que llevan a consumir alcohol a la juventud son múltiples y variadas.¹⁵

Para algunos, significa el falso atractivo de entrar en el mundo de los adultos y romper con las pautas que marcan el universo de la niñez. Para muchos más, en cambio, no hay verdadera diversión sin alcohol de por medio, y ello porque el alcohol, aun consumido en pequeñas cantidades, estimula la corteza cerebral y vuelve a las personas más desenfadadas y ocurentes. El problema es que tras esos primeros efectos de euforia aparece una pérdida de autocontrol y las personas asumen conductas que sin el catalizador etílico no serían capaces de adoptar.¹⁵

Hasta hace algún tiempo, y no sin cierta condescendencia, esta nociva costumbre fue considerada una moda temporaria que más tarde o más temprano -como tantas otras-, terminaría por extinguirse. Esa actitud permisiva tuvo graves consecuencias: la afición por el alcohol se ha convertido en un hábito que tiene hondo enrasamiento en las franjas más jóvenes de la sociedad.¹⁵

Las cifras del consumo juvenil comienzan a ser preocupantes por su progresivo asentamiento y, sobre todo, por las pocas barreras capaces de contrarrestar su incidencia.¹⁵

El alcohol representa una droga "lícita" con la cual se inician los jóvenes en el vicio adictivo porque es barato, accesible y socialmente aceptado. El exceso en el consumo de alcohol suele ser el primer paso antes de probar la marihuana o la cocaína. El alcohol es, en muchos casos, el camino a la droga y muchísimos jóvenes han comenzado a transitarlo.¹⁵

En 1977 la OMS propuso que se dejara de hablar de alcoholismo para hacerlo de "problemas relacionados con el alcohol". No es que sean menos importantes las consecuencias físicas del consumo de alcohol, sino que hay otras consecuencias paralelas de igual importancia como por ejemplo los accidentes de tráfico, domésticos y laborales; la violencia intrafamiliar o juvenil; el síndrome alcohólico fetal, etc.¹⁵

El consumo de alcohol es un hábito, forma parte de los llamados estilos de vida, estando ampliamente extendido y culturalmente aceptado en la mayoría de los países occidentales. Por tanto, no es solo un comportamiento individual, sino que se encuentra fuertemente influenciado por normas sociales y por el contexto socioeconómico y cultural en el que vivimos. Cambios en estos contextos se acompañan de cambios en el uso / abuso de alcohol.¹⁵

Uno de esos cambios está siendo la incorporación generalizada de los adolescentes y jóvenes al consumo de alcohol. El consumo juvenil del alcohol presenta hoy unas características propias que han generado una "cultura del consumo de alcohol" diferenciada del consumo tradicional.¹⁵

Progresivamente se va consolidando un patrón juvenil de consumo de alcohol, caracterizado por ser en el fin de semana y por su papel fundamental como articulador del ocio y de las relaciones sociales de los adolescentes y jóvenes.¹⁵

El problema, por tanto, no es que beban sino que sus formas de beber están más lejos del modelo tradicional y tienen que ver con sus estilos de vida y su manera de divertirse, con su manera de estar y de proyectarse en el mundo. Para analizar esta situación debemos hacerlo desde una triple dimensión: desde el adolescente, desde la sustancia, en este caso el alcohol, y desde el contexto actual: los valores de nuestra sociedad, el sistema productivo, la publicidad, el papel de la familia, de la escuela, de los grupos de iguales, etc.¹⁶

El alcohol es una droga socialmente aceptada, como ya hemos dicho en otros puntos, y esta droga daría, desde la consideración de los jóvenes, la fuerza y el valor necesarios para los primeros encuentros sexuales tan deseados y tan temidos. Entonces, se arman de un escenario: la discoteca, el monte o en cualquier parque o lugar donde hacer el denominado botellón, en el cual beber para así poder, a través de este acto, estar en un estado de embriaguez o borrachera, sentirse grandes y pensar que están haciendo cosas de personas adultas.¹³

Las bebidas alcohólicas en los jóvenes resulta un problema mas grave que en el caso de las personas de más edad; se trata de problemas nuevos que van de mal en peor; y dado que los jóvenes representan el futuro y que las pautas de comportamiento se establecen en las primeras etapas de la vida, hay que tomar medidas. De lo contrario, esos problemas contribuirán a un deterioro general de las normas de comportamiento entre los adultos del mañana. Una solución para quienes no quieran caer en el hábito de la " bebida ", es el saber rechazar y convencerse de que esto en vez de traer beneficios trae muchos riesgos a corto, mediano y largo plazo. Para los que definitivamente, no pueden evitarlo deben concientizarse para reducir los riesgos de accidentes, violencia y delitos que ocurren en estado de embriaguez.¹³

El problema de que los jóvenes consuman alcohol no radica en que algunas veces lo hagan; sino que esto se vuelva un acto repetitivo hasta el punto de depender de él para todo y no poderlo después manejar. Y también que lo hagan cuando realmente deba ser, sin adelantarse al momento. Los jóvenes aún no se han concientizado de los riesgos que trae el consumo excesivo de bebidas alcohólicas, ellos piensan que esto es algo normal y no una enfermedad que se puede presentar en el transcurso de la vida lo cual acarrea funestas consecuencias.¹³

Además el consumo constante de licor hace parte de la cultura de nuestro país, por lo que los menores de edad tienen fácil acceso a él y beben incluso bajo el consentimiento de sus padres. Sin embargo no se puede generalizar en cuanto a que todos los jóvenes presenten o puedan presentar tendencia al alcoholismo, no importa ni raza, ni sexo, ni edad; este es un problema que aqueja a cualquier persona pero está en cada cual asumir una actitud responsable hacia la bebida.¹

La ingesta de alcohol, independiente de los aspectos legislativos, comienzan en forma regular entre los 14 y 17 años y es en este período cuando, generalmente, el medio social tolera mejor un comportamiento excesivo del sujeto con respecto al alcohol ocurrido en forma esporádica. La mayoría de los trabajos que han estudiado la adquisición de la conducta de ingesta de alcohol se han centrado en el papel fundamental de los dos agentes socializantes básicos: La familia y el grupo de iguales. Un investigador llamado Kandel sugirió que el consumo de drogas en la adolescencia mantiene la siguiente secuencia acumulativa de desarrollo:

- * Consumo de vino, cerveza o ambos.
- * Consumo de bebidas destiladas, tabaco o ambos.
- * Consumo de marihuana.
- * Consumo de drogas ilícitas.

La adolescencia es un momento particularmente vulnerable en la vida de un sujeto, debido a todo el proceso de duelo por las figuras parentales de la infancia, por ser un momento de "transición" entre la pérdida de estas figuras de identificación y la búsqueda o el encuentro de otras nuevas.¹⁷

Existe además un verdadero "bombardeo" de la publicidad dirigido hacia este grupo etario, apetecible para el mercado; basta ver por ejemplo, al respecto, las publicidades de cerveza destinadas a jóvenes y el "encuentro" entre ellos si se la consume juntos.¹⁷

En diferentes pueblos y culturas, encontramos ceremonias y rituales de iniciación como forma de marcar en lo simbólico este pasaje de la niñez al "mundo adulto", en muchos casos como marcas en lo real y en todos poniendo en juego lo real del cuerpo expuesto al sufrimiento y a la muerte.¹⁷

Es posible que en nuestra cultura actual, el alcohol juegue algún papel en este sentido para los adolescentes en tanto "se es grande" por estar "tomando alcohol" o por estar "borracho". Por

otra parte, el alcohol "suelta la lengua" y "da ánimos" para "encarar" a un partenaire en el juego de la seducción inicial.¹⁷

El alcohol, una droga socialmente aceptada, daría, desde la consideración de los jóvenes, la fuerza y el valor necesarios para los primeros encuentros sexuales tan deseados y tan temidos. Entonces, se arman de un escenario: la discoteca, como subrogado del altar, el monte o el lugar de exhibición de juegos públicos, en el cual mostrar algún emblema (por ejemplo: la lata de cerveza), para así poder, a través de un acto: el beber, y su consecuencia, la borrachera, sentirse grandes y pensar que están haciendo cosas de grandes.¹⁸

Efectos del alcoholismo en el adolescente.

La adolescencia es una etapa de la vida durante la cual el niño forja su individualidad, crea un sistema de valores adultos y empieza a independizarse de sus padres. El uso de drogas constituye un obstáculo serio al desarrollo intelectual y social de los jóvenes, que impide su evolución natural hacia la edad adulta, madura, al prolongar la dependencia y la inmadurez.¹⁸

Para los adolescentes, entre quienes la droga más popular es el alcohol, éste constituye sin duda una droga peligrosa con consecuencias que pueden poner en peligro la vida.¹⁸

Muchas veces las primeras experiencias con el alcohol ocurren dentro de la familia, la cual influye en el proceso de socialización durante el principio y mediado de la infancia, mientras que la influencia de los compañeros es más importante durante la adolescencia.¹⁸

El nivel socioeconómico y los medios masivos de comunicación también desempeñan un papel importante en el proceso de socialización del adolescente y, por tanto, influyen en las actitudes y creencias acerca del uso del alcohol.¹⁸

La imagen tradicional del alcohólico como vagabundo desamparado de mediana edad que duerme en los portales o que empina una botella de vino, no es aplicable al adicto adolescente, ya que éste ha bebido durante mucho menos tiempo que el alcohólico adulto y por esto raramente presentará los signos físicos positivos del uso del alcohol.¹⁸

La gravedad del alcoholismo toma un carisma bochornoso cuando lo vemos como vicio que se encuentra cada vez más entre los adolescentes y aun en algunos casos que comienza en la niñez.¹⁸

La provincia de Santiago de Cuba, según datos aportados por el Comité Estatal de Estadística, ha experimentado un incremento de consumo per cápita de alcohol en la población mayor de 14 años, desde 1980 hasta 1995. 5 En este estudio de pilotaje realizado en 1996 se evidenció que 43 % de la población encuestada eran bebedores problemáticos y 3 % sugestivos de alcoholismo, 82,6 % de los cuales presentaban estas alteraciones desde antes de los 20 años.¹⁸

Al valorar las líneas nacionales de investigación de nuestro Sistema Nacional de Salud, decidimos estudiar algunos aspectos relativos al hábito de consumo de alcohol en su medio natural de convivencia en una etapa tan importante de la vida como es la adolescencia, considerando que esto nos permitirá la realización de un diagnóstico de salud más adecuado y así desarrollar intervenciones posteriores en este grupo poblacional, con la finalidad de prevenir el desarrollo ulterior de esta toxicomanía en la adultez.¹⁹

Según un estudio, el consumo "social" de bebidas alcohólicas por parte de los adolescentes también podría impactar negativamente en las funciones sexuales.¹⁹

Hasta ahora, las investigaciones científicas habían comprobado que consumir alcohol de forma crónica durante la juventud podía aumentar los riesgos de contraer problemas hepáticos, gástricos, en el sistema inmunológico y hasta daño cerebral.¹⁹

Pero las amenazas del abuso de la bebida durante la edad de maduración sexual podrían extenderse mucho más allá. En el mediano plazo, los adolescentes que hoy consumen alcohol de forma crónica o "social" estarían expuestos a severas alteraciones en la conducta sexual, disminución de la libido y el deseo, cambios en la producción de testosterona y hasta hipogonadismo.¹⁹

La alarmante predicción se desprende de las conclusiones de un estudio que realizan investigadores españoles sobre los efectos en el sistema endocrino del consumo de alcohol en los organismos durante la etapa de maduración sexual. El trabajo -que se desarrolla en el departamento de Biología de la Universidad Complutense de Madrid- fue presentado esta semana a científicos platenses en el Instituto de Biología Celular de la CIC y el CONICET.¹⁹

El consumo sostenido de alcohol (es decir, en varios días de la semana) y "social" (una importante cantidad pero en pocos días de la semana) repercute negativamente en la función gonadal de producción de hormonas sexuales. Y podría afectar, a futuro, en el aspecto reproductivo.²⁰

La adolescencia es una etapa de la vida en la cual suceden sistemáticamente cambios relacionados con las actividades asumidas por los jóvenes en los aspectos psicológicos, socioculturales y biológicos. En los adolescentes hay tanta ambivalencia que a veces actúan como niños y otras se comportan como adultos "muy especiales" que no desean escuchar consejos ni orientaciones. Gustan además de experimentar, probar por sí mismos, resultando más fácil que puedan cometer errores.²⁰

Un adolescente sin proyecto de vida, que no le interesa nada, queda indefenso o expuesto a ser captado por grupos disociales y caer en el consumo. Es tarea del Médico de la familia prevenir el uso de sustancias químicas, esto es, desarrollando estrategias que contribuyan a un mayor conocimiento de sus efectos, como ampliar redes de apoyo para su control y fomentar la participación de todos los factores implicados a nivel individual, familiar y social.²⁰

La promoción de salud es la modalidad rectora para atacar no solo la toxicomanía, sino los demás problemas de salud de los adolescentes. Este es el objetivo más importante de la atención comunitaria en el mundo actual.²¹

También puede predecir problemas por décadas, pues aparentemente contribuye a niveles mayores de alcoholismo y renuencia a buscar ayuda, según encuentra un nuevo estudio federal.²¹

En el estudio reciente, los investigadores examinaron los resultados de una encuesta de 2001-2002 del National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism en la que participaron 43,093 personas mayores de 18 años. Los investigadores se concentraron en las entrevistas personales de 4,778 personas que parecían haber sido alcohólicas en algún momento de sus vidas.²¹

De todas las personas que fueron alguna vez alcohólicas, el 15 por ciento parecía haberse vuelto dependiente antes de los 18, mientras que 47 por ciento era dependiente antes de los 21.²¹

"Probablemente, lo más sorprendente para la población general es que estos problemas comienzan tan pronto", afirmó Hingson. "La imagen convencional es que las personas alcohólicas o dependientes del alcohol son de mediana edad. Pero no es así. El problema comienza mucho antes en la vida".²⁰

Los hallazgos del estudio aparecen publicados en la edición de septiembre de Pediatrics.²⁰

Los investigadores hallaron que los bebedores que se volvieron alcohólicos antes de los 18 eran más propensos a mostrar síntomas de alcoholismo más adelante en sus vidas, pues el 44 por ciento mostró de seis a siete síntomas, en comparación con 33 por ciento de los que se volvieron dependientes al alcohol después de los 30.²⁰

Los investigadores ajustaron las cifras para tomar en cuenta otras influencias posibles, como la raza, el sexo y antecedentes familiares de alcoholismo.²⁰

En comparación con los bebedores que se hicieron adictos después de los 30, los alcohólicos precoces también eran más propensos a seguir bebiendo (26 por ciento frente a 16 por ciento en el grupo de mayor edad), pensaban que no necesitaban ayuda (44 por ciento frente a 30 por ciento) y no sabían dónde buscar ayuda (14 por ciento frente a 3 por ciento).^{20,23}

No está claro por qué las personas que beben mucho antes tienen un mayor riesgo más adelante en sus vidas, pero podría tener algo que ver con cambios biológicos en el cerebro debido al consumo de alcohol, especuló Hingson.^{20,23}

El estudio tiene debilidades. No sugiere definitivamente una relación de causa y efecto entre el alcoholismo en la adolescencia y la dependencia al alcohol más adelante en la vida. Además, depende de los recuerdos de las personas sobre un tema espinoso, el alcoholismo.^{20,23}

Aún así, en el estudio participaron un gran número de personas y el formato de preguntas que fue usado en la encuesta no significa que los significados son inválidos, afirmó el Dr. J.C. Garbutt, profesor de psiquiatría en la Universidad de Carolina del Norte en Chapel Hill.^{20,23}

En estudios realizados en Costa Rica, las prevalencias de vida de consumo de alcohol en diferentes estudios en colegiales de séptimo, octavo y noveno año nos indican que más del 55% de los adolescentes se inician en el consumo antes de cumplir los 15 años, situación que es preocupante por las consecuencias de ese consumo, sobre todo si recordamos que la ley de licores prohíbe la venta a personas menores de edad. Las prevalencias de consumo activo o de mes también son altas y reflejan al igual que las anteriores una tendencia al aumento en los últimos diez años. El patrón o forma de beber de las personas menores de edad se asemeja al de los adultos, tomando alcohol en forma episódica, en grandes cantidades, en busca de los síntomas físicos y conductuales que produce el alcohol. En este sentido las investigaciones nos hablan de que casi el 20%⁵ de los y las adolescentes refieren presentar cuadros de embriaguez al menos una vez al mes.

Esto puede ser normal, pues el que un adolescente tome bebidas alcohólicas son caracteres típicos de su edad, al igual que lo son los conflictos generacionales, la confrontación de ideas y actitudes y todo lo típico de esa edad.⁵

Pero cuando el joven lo hace con frecuencia y sin medida, y su vida se ve afectada en términos de su desempeño y calidad, entonces el muchacho ya es un alcohólico.⁵

Las características de un alcohólico adolescente, además de todas las comunes a todas las personas, son:

Repetidamente se levanta y llega tarde al colegio, a clase, a algún entrenamiento, etcétera.

Falta a clase o se escapa del salón con frecuencia.

Su rendimiento académico se deteriora.

Presenta problemas de retención y de juicio

Inicia pleitos frecuentes con sus amigos y discute constantemente.

Descuida su apariencia, muestra desaliño inusual.

Es hostil con los que le rodean.

Se aísla de la familia, tiene cambios bruscos de humor.

Se ve involucrado en peleas, robos.

Cambia muy seguido de amigos.

Tiene dificultad para conciliar el sueño.

Presenta nerviosismo, irritabilidad. Se irrita de manera descontrolada por situaciones relativamente sencillas.

Constante manipulación.

Llega a casa con aliento alcohólico o masticando chicle o pastillas de menta.

Constantemente encuentra excusas para quedarse en casa de algún amigo.

Persiste en sentirse deprimido.

No encuentra gusto en las diversiones y actividades propias de su edad.

Baja de peso considerablemente.

Falta de apetito, no le encuentra sabor a los alimentos o come en exceso, especialmente alimentos dulces.

Presenta problemas de falta de concentración.

Desorientación en el tiempo, espacio o en relación a las personas.

Deterioro general de su estado físico.

Irregularidades en la menstruación.

Tos crónica, fatiga, falta de vitalidad.

Desinterés o apatía por lo que antes le entusiasmaba, como practicar algún deporte.

Protege exageradamente su habitación y sus cosas personales o parece esconderse.

Se niega constantemente a decir con quién va o a dónde va.

Utiliza lentes de sol inadecuadamente, se cubre demasiado aun cuando el clima sea caluroso.

Continuamente solicita dinero, su mensualidad repentinamente empieza a ser insuficiente sin que existan mayores gastos.

Su lenguaje incluye el uso de la jerga relacionada con las drogas.

Entre sus pertenencias se encuentran objetos relacionados con el uso de droga como pipas, varas de incienso, papeles para cigarros.

Desaparición de botellas de alcohol o disminución del contenido en las mismas.

Incidencia de accidentes y daño a su persona.

La lista podría ser interminable, por lo que es recomendable que los padres estén alerta y agreguen mucho sentido común y suspicacia para saber detectar un comportamiento anormal de una rebeldía juvenil.¹²

El alcoholismo, a diferencia del simple consumo excesivo o irresponsable de alcohol, ha sido considerado en el pasado un síntoma de estrés social o psicológico, o un comportamiento inadecuado. El alcoholismo ha pasado a ser definido recientemente, y quizá de forma más acertada, como una enfermedad compleja, con todas sus consecuencias. Se desarrolla a lo largo de años, los primeros síntomas, muy sutiles, incluyen la preocupación por la disponibilidad de alcohol, lo que influye poderosamente en la elección por parte del enfermo de sus amistades o actividades. El alcohol se está considerando cada vez más como una droga que modifica el estado de ánimo, y menos como una parte de la alimentación, una costumbre social o un rito religioso. Se caracteriza por una dependencia emocional y a veces orgánica del alcohol, y produce un daño cerebral progresivo y finalmente la muerte. Según la OMS "son alcohólicos aquellos que beben en exceso y cuya dependencia ha alcanzado un grado tal, que determina la aparición de visibles perturbaciones interpersonales, físicas y del inadecuado funcionamiento social y económico. El alcohólico se caracteriza por depender del alcohol, tanto física como psíquicamente, y la incapacidad de detenerse o abstenerse."¹²

Es importante diferenciar entre una intoxicación aguda (embriaguez) y el alcoholismo como dependencia del alcohol. Un período aislado de embriaguez no hace a un sujeto alcohólico.^{12,24}

Ordinariamente, el consumidor fuerte de alcohol "aguanta más" (tolera) que la persona que no acostumbra a beber. En ésta aparecerá más rápida y fácilmente la borrachera. Pero también se da el caso de alcohólicos en grados avanzados que con una cantidad reducida de alcohol manifiestan signos de embriaguez.^{12,24}

A pesar de que el alcoholismo afecta mayormente a los adultos, su consumo en los adolescentes es cada vez más preocupante.²²

Conclusiones:

Los hombres no heredan sus hábitos y creencias, sus capacidades y conocimientos sino que los adquieren a lo largo de su vida.

La adolescencia es una etapa del desarrollo humano, de crecimiento, podríamos ubicarla entre los 10 y 19 años, en la que el joven intenta insertarse en el mundo adulto, para lo cual debe abandonar la infancia y enfrentarse a un mundo que le es desconocido. En esta etapa de la adolescencia, la familia juega un rol importante, pues los elementos centrales de la personalidad son adquiridos en el seno de la familia y a lo largo de toda su vida los hombres continúan necesitando el afecto y la seguridad que han experimentado de niños dentro de su hogar, afecto que no puede ser sustituido, desde lo económico, en la creencia que el poder brinda seguridad, porque eso es lo que sienten los padres, pero no es así frente a la persona que está en formación y que está ajeno a las necesidades materiales.

La detección temprana de un problema de alcoholismo es la clave para ofrecer al adolescente la oportunidad de aceptar ayuda y evitar que se vea envuelto en una espiral de deterioro personal y familiar. Detectar la existencia de una dependencia en sus inicios puede ayudar a prevenir la progresividad de la enfermedad. El conocimiento de lo que esta etapa del desarrollo envuelve puede facilitar la comprensión de la conducta de los jóvenes y evitar el riesgo de poner etiquetas a los adolescentes.

BIBLIOGRAFÍA

1. García Gutiérrez E, Lima Mompó G, Aldana Vilas L, Casanova Carrillo, Feliciano Álvarez V. Alcoholismo y sociedad, tendencias actuales. Rev. Cubana Med. Militar [en línea]. 2004; [Fecha de acceso: 17 de Marzo de 2007]; vol 3. URL disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/mil/vol33_3_04/mil07304.htm
2. Juventud y alcohol. Oferta educativa de la Fundación Alcohol y sociedad. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: <http://www.alcoholysociedad.org/esp/pedagogico.htm>
3. El abuso de alcohol en la adolescencia daña al cerebro. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: http://www.elmundo.es/elmundosalud/2003/10/14/salud_personal/1066155582.html
4. Dotinga R. El alcoholismo en adolescentes puede tener efectos para toda la vida. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 19]. URL disponible en: <http://www.healthfinder.gov/news/newsstory.asp?docID=534854>
5. Amador Muñoz G. La prevención del consumo de drogas en la niñez y. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 19]. URL disponible en: <http://ripred.org/dpna/resources/tendencias/crprevencion.htm>
6. Castro A. Alcohol. Mentira, rollo y licor: alcoholismo en la. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: http://www.alcoholinformato.org.mx/portal_jovenes/home.cfm?alcohol=58&pag=alcohol
7. Argentina: adolescencia y alcoholismo. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 19]. URL disponible en: <http://www.ripred.org/dpna/noticias/01-15-05.htm>

8. Blanco M, Bellocq M, Canavessi I J, Bertossi G L, Arilla G. Influencia del alcohol en los adolescentes menores. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: <http://http://www.monografias.com/trabajos29/alcohol-adolescentes/alcohol-adolescentes.shtml>
9. Guibert Reyes W, Gutiérrez Díaz I, Martínez Gómez C. Comportamiento ante el alcohol de los estudiantes en las etapas de la adolescencia. Revista Cubana de Medicina General Integral [en línea]. 2005; [Fecha de acceso: 19 de Marzo de 2007]; vol 21. URL disponible en: http://http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252005000100006&lng=es&nrm=iso
10. Hernández Triana M. Alteraciones metabólicas en el alcoholismo... [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 21]. URL disponible en: http://http://bvs.sld.cu/revistas/ali/vol10_1_96/ali09196.htm
11. Aparicio J. Uso y abuso de alcohol en escolares de nivel secundario. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: <http://http://www.minsa.gob.pe/hhv/revista/2002/usoabusoooh.htm>
12. Alcoholismo en la Adolescencia... [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 17]. URL disponible en: <http://http://html.rincondelvago.com/alcoholismo-en-la-adolescencia.html>
13. Alcoholismo en la adolescencia... [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 19]. URL disponible en: <http://http://www.centro-psicologia.com/es/alcoholismo-adolescente.html>
14. Valderrama Zurian J C. Alcohol y drogas. Alcohol y jóvenes. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: http://http://www.saludalia.com/Saludalia/web_saludalia/vivir_sano/doc/alcohol_y_drogas/doc/alcohol_jovenes.htm
15. Eugene Shatz M D. El Alcohol... [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: http://http://www.kidshealth.org/teen/en_espanol/drogas/alcohol_esp.html
16. El alcohol y la sociedad. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 19]. URL disponible en: <http://http://www.misionrg.com.ar/alcohol.htm#!%20alcoholismo%20en%20la%20adolescencia>
17. Alcohol. Sobre el consumo de alcohol en la adolescencia. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: <http://http://alfinal.com/monografias/alcoholyadolescencia.shtml>
18. Sánchez Massó A, Acosta Sánchez L. Modalidades de conducta ante el alcohol en adolescentes. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 19]. URL disponible en: http://http://bvs.sld.cu/revistas/san/vol2_3_98/san03398.htm
19. del Sol Padrón L G, Álvarez Fernández O M, Rivero Berovides J D. Consumo de alcohol... El ABC. En el manejo de algunas enfermedades no transmisibles y sus principales factores de riesgo. 2005; vol 10: 61-65
20. Echagarrua Pérez Y, Torrente González L, Morffi Águila M. Alcoholismo y adolescencia. Prevalencia y factores socioculturales asociados. Psicología Científica. [En línea]. 2006; [Fecha de acceso: 19 de Marzo de 2007]; vol 12. URL disponible en: <http://http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-45-1-alcoholismo-y-adolescencia-prevalencia-y-factores-sociocultu.html>
21. Schaffer C, Arizaga V, Albarenque M, Haseitel B. Alcoholismo en la adolescencia.. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 19]. URL disponible en: <http://http://med.unne.edu.ar/revista/revista139/alcohol.pdf>

22. Alcohol y adolescencia: nuevos retos sobre las graves secuelas físicas. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 20]. URL disponible en: <http://http://soydondenopienso.wordpress.com/2006/04/17/alcohol-y-adolescencia/>

23. Bolet Astoviza M, Socarrás Suárez M. El alcoholismo, consecuencias y prevención. [Monografía en Internet]. [Consultado 2007 Marzo 21]. URL disponible en: http://http://bvs.sld.cu/revistas/ibi/vol22_1_03/ibi04103.htm

24. Rodríguez Santos O, Baldó Soria R, Cardoso Cristia S. Consumo del alcohol. Alcoholismo y rasgos psicológicos de la personalidad. Rev. Cubana de Med. General Integral. 2000; vol 16: 255-259.
