

CAMBIOS EN LA CULTURA DEL OCIO ► Expertos analizan las causas del consumo abusivo de alcohol

la consulta

¿Qué efectos tiene en la salud el 'atracción' de alcohol?

Europa tiende a la homogeneización, especialmente la Europa de los jóvenes. La misma música, los mismos ídolos, la misma ropa, las mismas marcas... y las mismas bebidas. En España, el consumo de cerveza se ha multiplicado, mientras que se bebe menos de la mitad del vino que se bebía 20 años atrás. Y se bebe de forma distinta.

Los jóvenes españoles han adoptado nuevas pautas de consumo alcohólico que se alejan de las de sus progenitores. La forma en que beben los jóvenes españoles se parece mucho más a la de los jóvenes británicos o suecos que a la de sus propios padres. El

botellón es el ejemplo paradigmático de esta metamorfosis. Las nuevas pautas de consumo alcohólico comportan la desaparición de la forma de beber tradicional en las comidas, para dar paso a la concentración de consumo en el fin de semana, siempre ligado a los momentos de ocio, buscando los efectos psico-activos del alcohol y con una incorporación paritaria de la mujer.

La opinión pública se ha interesado por este fenómeno pero, desgraciadamente, más por su impacto en el orden público que por sus repercusiones en la salud de nuestra juventud. Los nuevos patrones de consumo se están generalizando y comportan relevantes problemas sociales y de salud. Más de un tercio de la población escolar de 14 a 18 años admite haberse emborrachado alguna vez en el curso del último año, según el Plan Nacional de Drogas.

Este fenómeno pasa factura. La intoxicación etílica aguda, la borrachera, comporta daño y muerte neuronal desde la primera vez. Pero además, los nuevos patrones de consumo modifican significativamente los riesgos para la salud. Mientras el consumo

regular de alcohol se asocia habitualmente a la presencia de enfermedades orgánicas, especialmente la cirrosis hepática y las polineuropatías, los consumos concentrados comportan riesgos muy superiores de accidentalidad, más conductas violentas, mayor promiscuidad, más embarazos no deseados y más trastornos psicológicos y psi-

La intoxicación etílica aguda comporta daño y muerte neuronal desde la primera vez

quiátricos, entre los que cabe destacar especialmente las crisis de ansiedad, la depresión y el suicidio.

Los patrones de consumo mediterráneos, donde el alcohol se consume en forma de vino y durante las comidas, tienen un cierto efecto protector que ha permitido mantener unos niveles de control social muy bajos sobre la accesibilidad al alcohol.

Los nuevos patrones de consumo son especialmente dañinos cuando se introducen en una sociedad como la nuestra, donde el alcohol es muy barato y de fácil acceso.

Quizás convenga recordar aquí que nuestras autoridades se han preocupado del problema, pero que las tentativas, tanto del PP como del PSOE, de legislar sobre el alcohol y los jóvenes han caído ya por dos veces en vía muerta y no superaron el trámite parlamentario. En ambos casos, los intereses de la industria alcohólica y de las agencias publicitarias prevalecieron. Cuando en la actualidad uno analiza los anuncios de bebidas alcohólicas, y no precisamente los de vino, no puede menos que preguntarse hasta qué punto dicha publicidad promueve estas nuevas pautas de consumo. Afortunadamente, en breve se publicarán datos relevantes sobre el impacto que la publicidad de bebidas alcohólicas tiene en los jóvenes europeos. El debate está servido.

ANTONI GUAL

Jefe Unitat Alcohologia de la Generalitat Servei de Psiquiatria. Institut de Neurociències. Hospital Clínic. Barcelona.

Viene de la página anterior

zando los efectos de este patrón de consumo, y vemos cómo el BD hace que aumenten los accidentes de tráfico o la violencia, algo que no se produce si se bebe alcohol de forma más espaciada en el tiempo", concluye Valencia Martín. El modo en el que se consume el alcohol es, por lo tanto, tan importante como la cantidad en sí. No es lo mismo tomar cuatro cubatas durante una semana que cuatro cubatas en tres horas.

La forma tradicional en que se analiza el consumo de alcohol ha quedado "obsoleta", advierten los investigadores. Del grupo de personas que consumen una cantidad de alcohol moderada -hasta 246 gramos de alcohol puro a la semana para los hombres y 165 gramos para las mujeres-, un 12,4% admite protagonizar episodios de BD. Por otra parte, un 53,7% de los que beben grandes cantidades de alcohol durante la semana también protagoniza ocasionalmente estos atracones.

"Por primera vez hemos detectado a un grupo de riesgo que antes no teníamos en cuenta, por-

La forma tradicional en que se analiza el consumo de alcohol ha quedado obsoleta, advierten los autores

que sólo calculábamos la media de alcohol que tomaban a la semana sin tener en cuenta el modo en que lo hacían", admiten en el estudio. De hecho, tres de cada cuatro personas incluidas en el grupo del BD consume alcohol en cantidades moderadas si se mira la media semanal.

Por lo general, en cada episodio de BD -los hombres suelen tener una media de 3,2 cada mes y las mujeres 2,6, sobre todo durante el fin de semana- se consumen unos 119 gramos de alcohol en el caso de los varones, el doble del tope, mientras que las mujeres ingieren unos 86 gramos. Ante este nuevo fenómeno que va en aumento, Villalbí hace una llamada a la concienciación social. "Se está convirtiendo en un problema de salud pública, con importantes efectos negativos tanto para los bebedores como para los que no los son, así que los gobiernos deben tomar cartas en el asunto y no dejarlo en manos de iniciativas privadas".

Cómo lograr que sea una moda pasajera

Los especialistas aconsejan informar a los jóvenes para que no se popularice el atracción de alcohol

MARICEL CHAVARRÍA
Barcelona

Tienen más poder adquisitivo, mayor laxitud horaria y un nivel de responsabilidades y exigencias muy distinto al de la juventud de hace unos años. Además, han integrado el consumo en la diversión y la diversión en el consumo. Qué menos que acaben por copiar de los anglosajones su *binge drinking*. No es una novedad generacional, siempre hubo carreras para ver quien es capaz de ingerir más *chupitos* y el fenómeno del consumo abusivo y puntual lleva años presente. Sin embargo, podría estar convirtiéndose en una moda global. En busca de un efecto más inmediato, la juventud abandona la cerveza y se tira a los destilados que, combinados con bebidas con gas, se absorben a mayor velocidad. ¿Significa eso que hay que alarmarse? No todavía, por favor.

"Las situaciones problemáticas son puntuales, pero si existen lugares de consumo habitual hay que tomar medidas. No es algo que se pueda normalizar", indica el doctor Jaime Serrano, psiquiatra y director del CAS Horta-Guinardo. Este Centre d'Atenció i Seguiment tiene en perspectiva ampliar su programa asistencial y atención a menores de edad. No en vano, al cumplir los 18, el 95% de los chicos y el 97% de las chicas ya han probado el alcohol y por lo que respecta a borracheras, uno de cada diez chavales de entre 12 y 14 años la ha experimentado, y uno de cada tres al acabar la ESO, es decir a los 16 años. Así se desprende de los últimos datos de la Agència de Salut Pública de Barcelona. No obstante, la tendencia a iniciarse a edades más precoces se ha detenido. Se ha puesto de relieve en el Congreso Nacional de Psiquiatría que se celebra esta semana en Santiago y en el que participa Serrano.

"Parece que las campañas preventivas están teniendo algún efecto, lo cual no significa que no haya núcleos que no hayan invertido la tónica. Especialmente en el caso del alcohol, hay que enseñar a los jóvenes a beber moderadamente. Los niños no saben que tienen muchos más riesgos a nivel metabólico, hepático, neurológico y sobre todo cerebral. Cuanto más precoz es el consumo, el abuso y las concentraciones de alcohol, mayor es el riesgo de daños sobre la memoria, la capacidad de concentración y aten-



XAVIER CERVERA / ARCHIVO

Los jóvenes escogen destilados para unos efectos más inmediatos

ción y el rendimiento muscular. Y más el riesgo de lesiones crónicas en el futuro".

Serrano constata que los adolescentes no tienen claro ni definido qué es consumo normal, consumo abusivo y dependencia. "Habría que hacer una labor desde el currículum escolar y el apoyo familiar. Como en este país el alcohol está integrado, hay una tolerancia elevada. Hay que lograr invertir en educación y prevención". En el congreso al que asistió ayer se dio a conocer que los hijos de alcohólicos tienen un riesgo

a generar dependencia entre un 20% y un 30% más elevado.

"La gente joven consume sobre todo alcohol, tabaco, cannabis y coca. La globalización logra que los patrones de consumo se transfieran: ahora hay que divertirse a tope porque no se prevé la fiesta de mañana sino la de hoy, y divertirse en la de hoy lleva a extremos de este tipo. Y si se inician a edades precoces tienen menos control", afirma Felisa Pérez de la asociación Associació Benestar i Desenvolupament (ABD).

Consumir sustancias ha formado siempre parte del ritual de transgresión de la adolescencia. Eso no ha variado, es uno de los ritos de paso tradicionales, pero tal vez el ocio nocturno se ha sumado a los lugares de socialización de los jóvenes, antes que los estudios o el trabajo. "Ese

Los adolescentes no tienen definido qué es consumo normal, consumo abusivo y dependencia

consumo precoz en una sociedad permisiva respecto al alcohol, y poco consciente de sus efectos nocivos se produce en un contexto generalizado de adicciones. Una característica de esta sociedad es la compulsión, la adicción a objetos, a psicotrópicos, a tranquilizantes... Viven en una sociedad en la que la adicción es el vínculo habitual", dice el psicoanalista José Ramón Ubieta.

A eso hay que sumar el hecho de que en los últimos años se ha producido una concentración del placer, el ocio y el desmadre durante los fines de semana. No hay más jóvenes de 13 a 18 que beban más ahora que hace 15 años, pero sí sucede que aumentan los que beben habitualmente en fin de semana, y además combinan alcohol con otras sustancias. Llegados a este punto, es importante distinguir entre lo que es un uso experimental y un uso habitual: la mayoría no beben de forma regular. Lo que buscan a esta edad es experimentar, tener sensaciones corporales. "El paso de uso experimental a habitual no tiene tanto que ver con la sustancia como con la integración del chaval y su capacidad de responder a esas sensaciones. Son necesarios programas preventivos que contrarresten el mensaje subliminal de *vive intensamente*, pues tiene unos efectos no deseados".