

ALCOHOL, ADOLESCENTES Y JÓVENES

Juan Madrid Gutiérrez. Médico. Coordinador del Programa del Adolescente. Ayuntamiento de Madrid

INTRODUCCIÓN

La utilización de las bebidas alcohólicas viene de muy antiguo. Las civilizaciones chinas, egipcias y la cultura mesopotámica ya usaban el vino aunque con un carácter ritual. Las bebidas alcohólicas han estado presentes en todas las culturas y civilizaciones del mundo.

La escalada de consumo en la mayoría de países ha sido notable. En los últimos treinta años el consumo mundial per cápita ha aumentado del 30 al 500 por 1000, según los países.

El consumo abusivo del alcohol representa hoy uno de los principales problemas de salud pública no solo en España sino en toda Europa. En 1977 la OMS propuso que se dejara de hablar de alcoholismo para hacerlo de “problemas relacionados con el alcohol”.

El consumo de alcohol es un hábito, forma parte de los llamados estilos de vida, y está 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.

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. 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.

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.

ALGUNAS CONSIDERACIONES DESDE EL CONTEXTO

Alrededor del alcohol existe uno de los principales sectores económicos del país. El Estado español ocupa el 7º lugar del mundo en el consumo de alcohol, con 10,4 litros de alcohol puro per cápita. Por otro lado España es el tercer país productor de vino, tras Italia y Francia, el 9º en bebidas destiladas y el duodécimo de cerveza. Existen 250.000 puntos de venta, 1 por cada 150 habitantes. 300.000 personas viven directamente de su producción y comercialización. Se

invierten miles de millones en publicidad. Vivimos en una cultura en la que tradicionalmente el alcohol forma parte de la estructura socioeconómica: producción, servicios, gastronomía, relaciones sociales.

Esta situación hace que se pierda la conciencia sobre que también es una droga. Sólo el 42% de los adolescentes perciben el consumo de alcohol como una actividad de riesgo para su salud. Cuesta considerar al alcohol como una droga pero es necesario reconocer que es la droga más usada, la de más usos problemáticos y la que, descontrolada, puede generar más problemas.

Por otro lado, aún vivimos la generalización al consumo de otras drogas de la alarma social generada en los 80 por el consumo de heroína y sus consecuencias para toda una generación "perdida". El discurso de las drogas legales y las ilegales, permitidas y prohibidas ha sido ya superado. El tabaco y el alcohol producen la misma o mayor dependencia, han aparecido otras drogas que se adaptan a los estilos de vida de cada momento: hachís, cocaína, drogas de síntesis. Hoy predomina el policonsumo y las drogas más consumidas son las que gozan de mayor permisividad. Se debería, por tanto, haber hecho una política globalizadora en la que el énfasis fuese el medio social. Esta situación es la que ha pillado por sorpresa ante el nuevo tipo de consumo juvenil dejando sin respuesta y creando alarma social.

La cultura del ocio y el tiempo libre se ha instaurado con fuerza en las sociedades opulentas en el último decenio. Las sociedades avanzadas reclaman como logros sociales, cada vez mayores cotas de tiempo libre en oposición al tiempo de trabajo. Hoy en día se trabaja para vivir, el trabajo es sólo un medio para obtener dinero y poder así desarrollar una vida placentera alejada de todo aquello que pueda suponer obligaciones o límites, normas y horarios que cumplir. Se produce la dualidad trabajo/obligación frente a tiempo libre/libertad.

El cumplimiento de una serie de obligaciones inevitables hace que el tiempo de trabajo o estudio sea un espacio común entre los jóvenes y sus padres. En cambio el tiempo de ocio para los jóvenes es su "tiempo", en el que marcan sus horarios y actividades fuera del control paterno y adulto. Es el espacio que consideran reservado a su propia iniciativa, lejos de las miradas del mundo adulto.

La obtención de mayores y mejores condiciones de vida ha ido introduciendo una disminución de las horas de trabajo. Esto queda reflejado en el Estatuto de los trabajadores del año 80, donde se establece la jornada laboral de 40 horas semanales, con lo que se elimina prácticamente la jornada del sábado. Dando lugar a una clara fractura entre el tiempo que transcurre de lunes a viernes y el tiempo entre el viernes tarde y el domingo noche, denominado fin de semana.

Así la noche, reservada para ocasiones especiales para los adultos, forma parte del espacio temporal único de los jóvenes. La calle, los bares y cualquier espacio lúdico está dominado, casi de forma exclusiva por los jóvenes. La noche es el espacio en el que los jóvenes se identifican con su generación, es espacio de los colegas, de los iguales, quizás en el único momento en el que se sienten rebeldes y dueños de sus decisiones y actos. Estamos ante la generación del conformismo ideológico y el bienestar económico.

Puede asegurarse que existe una clara relación entre el consumo de alcohol y la noche. En la encuesta "Euskadi y drogas" que se realizó en entre mayo y junio del 98 en el País Vasco se ve a través de dos variables: la frecuencia en salidas nocturnas durante los fines de semana y la hora de regreso a casa. El 80,9% de quienes beben alcohol de forma abusiva salen todos los fines de semana durante la noche, frente al 50,7% de los abstemios. Respecto a la segunda variable, a medida que aumenta el grado de consumo de alcohol la hora de llegada a casa es más tardía.

La diferencia de presión o incitación percibida entre quienes consumen y no consumen alcohol no es tan elevada como cabría esperar. Así, en la encuesta vasca, entre bebedores abusivos no se aprecia una gran presión grupal, como tampoco al revés. Esto puede señalar que en la decisión de consumir o no consumir alcohol, la presión grupal será importante para algunos jóvenes pero no para la mayoría de los mismos.

Se ha producido una generalización de las pautas de ocio juvenil durante los fines de semana. El tiempo de ocio es hoy mayor que el tiempo de trabajo. Lo que en un principio puede ser recuperar un espacio de libertad y una oportunidad de desarrollo, se está convirtiendo en una obligación y en un espacio para consumir.

Con este objetivo la publicidad se está centrando fundamentalmente en los jóvenes, en general, y en las mujeres en particular como grupo diana para fomentar el consumo de alcohol, de tabaco y de otros muchos productos de consumo.

Existe además una problematización de los adolescentes y jóvenes. No se les ve como personas en proceso sino como problema sobre el que no se sabe muy bien qué hacer.

EI ADOLESCENTE

Los comportamientos de los adolescentes hay que leerlos en clave adolescente. Teniendo en cuenta el momento evolutivo en el que están. El ensayo de identidades, la necesidad de vivir su libertad fuera de la familia, el predominio del grupo sobre su individualidad, la dependencia, sus fantasías sobre el consumo de sustancias, la búsqueda de sensaciones y de placer. En última instancia el deseo de transgredir lo establecido. Por eso mejor en la calle que en el bar; mejor en la noche que en el día; en litronas, no en vaso y combinados que se preparan ellos, más que bebidas estandar. Todo forma parte de su proceso de convertirse en persona.

¿Por qué beben? Para los adolescentes beber tiene que ver con la disidencia, la emancipación y la afirmación de su identidad.

EI ALCOHOL

El alcohol es una droga capaz de producir tolerancia y dependencia. El abuso de alcohol produce dependencia física y psíquica. No es este el espacio para extenderme en la descripción de los problemas relacionados con el alcohol, simplemente los describiré: Síndrome de dependencia alcohólica (existen 4 millones de alcohólicos); Cirrosis hepática (65-75%); Cáncer; Enfermedades cardiovasculares; Trastornos psíquicos y neurológicos; Accidentes; Tráfico (30-

50% de los muertos); Laborales (20-30%); Domésticos; Suicidios (25%); Violencia: Malos tratos, homicidios (50%); Síndrome alcohólico fetal y efectos del alcohol sobre el feto.

¿Qué de especial tiene el alcohol con respecto a las otras drogas?. Podemos analizarlo desde una visión de los riesgos:

- ✓ La rapidez con la que aparecen los efectos.

FISICOS	PSICOLOGICOS
Disminución del campo visual	Sentimiento de invulnerabilidad
Perturbación del sentido del equilibrio	Subestimación del riesgo
Perdida de precisión en movimientos	Sensación de ligereza del vehículo
Disminución de la resistencia física	Sentimientos de impaciencia y agresividad
Subida de la fatiga.	Disminución de la capacidad de atención
Obnubilación de la visión	

- ✓ En un primer momento tiene un efecto estimulante y desinhibidor, lo que facilita la comunicación y las relaciones interpersonales.
- ✓ La disponibilidad e incitación comercial a su consumo
- ✓ Valoración social en determinados ambientes
- ✓ Su valor funcional para comunicarse, para ligar
- ✓ Su presencia en los estilos de vida y circunstancias personales y vitales: fiestas, vida social.
- ✓ Grado y rapidez con la que genera tolerancia y dependencia.

La problemática derivada del consumo de alcohol en los jóvenes es diferente a la del adulto. En los jóvenes, las consecuencias negativas derivadas del consumo de alcohol suelen referirse a alteraciones de las relaciones con la familia, compañeros y maestros, bajo rendimiento escolar, agresiones, violencias, alteraciones del orden público y conductas de alto riesgo, como conducir tras haber bebido, así como actividades sexuales de riesgo que conllevan embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual.

Los accidentes de vehículos a motor constituyen la primera causa de muerte entre los hombres de 1-34 años y entre las mujeres de 1-24 años. Con independencia del grupo de edad, las tasas específicas son siempre más altas en hombres que en mujeres, registrándose en ambos casos un período de especial riesgo entre 15 y 24 años. Esta distribución, similar a la descrita en otros países, señala a los "veinteañeros", especialmente hombres, como el grupo de mayor riesgo de sufrir una lesión fatal por accidente de tráfico.

El consumo de alcohol puede ser el inicio de una secuencia de conductas adictivas. Secuencia que se inicia con las drogas legales y que puede terminar con las ilegales. Cualquiera de estas sustancias, alcohol, tabaco, marihuana, cocaína, puede funcionar como **puerta de entrada** al uso secuencial de otras.

ALGUNOS DATOS

INFLUENCIA DE LAS EDADES Y LOS HORARIOS EN EL CONSUMO DE ALCOHOL EN JÓVENES DE 14 A 18 AÑOS. ENCUESTA SOBRE DROGAS A POBLACIÓN ESCOLAR 2000.

Jóvenes de 14 años:

- 18% de los jóvenes de 14 años llega a casa después de las 12h. de la noche. Esto representa un total de 62.579 en toda España.
- Entre éstos se incrementa un 50% el riesgo de consumo habitual de alcohol en comparación con los jóvenes que regresan antes de media noche.
- De igual modo, los que regresan después de las 12h. duplican la posibilidad de emborracharse alguna vez e incrementan un 90% las borracheras habituales.

Jóvenes de 16 años:

- El 35 % de los jóvenes de 16 años regresa a casa después de las 12 h. de la noche, lo que representa aproximadamente unos 155.141.
- Entre éstos el consumo habitual es un 35% más elevado que entre los que regresan antes de las 12h.
- Igualmente el haberse emborrachado alguna vez se incrementa un 58% y las borracheras habituales lo hacen dos veces y media más.

Jóvenes de 18 años:

- Un 50 % de los jóvenes de 18 años regresa a casa después de las 12h. de la noche, lo que representa una estimación de 250.361.
- El consumo habitual se multiplica por dos veces y media entre los jóvenes que regresan después de las 12h. de la noche. También se multiplica por dos veces y media la probabilidad de haberse emborrachado alguna vez y crecen un 28% las borracheras habituales.

CONCLUSIONES:

1- Cabe concluir que la barrera de las 12h. de la noche marca un punto de inflexión en el que se disparan los riesgos de consumo habitual y las borracheras de los adolescentes.

2- Con el incremento de edad crece lógicamente el número de consumidores y de borracheras alguna vez en la vida, pero decrece el consumo compulsivo y las borracheras habituales. Por lo tanto, podemos afirmar que, a mayor madurez, más control. Y, del mismo modo, a edades más tempranas, mayor probabilidad de consumos problemáticos.

3- En torno a los 15 años se producen los mayores incrementos en el consumo de alcohol: así, entre los 14 y los 16 años se duplica el consumo habitual de alcohol (del 30% al 65%) y las borracheras habituales se multiplican por tres (del 8% al 24%).

4- Consecuentemente, se constata que al año y medio del primer contacto con el alcohol (situado en los 13,6 años) los riesgos se han multiplicado por más del doble. De aquí la importancia de retrasar las edades de inicio al consumo de alcohol.

La encuesta domiciliaria de drogas de 1997.

Realizada por el Plan Nacional de Drogas en la población de 15 a 65 años.

Desde comienzos de la década de los cincuenta viene produciéndose una reducción en la edad de inicio al consumo de alcohol

Se registra una importante incorporación de mujeres jóvenes al consumo de alcohol. Las nacidas entre 1981 y 1984 ("la generación del cambio"), tienen mayor probabilidad de consumo.

Existe todavía una actitud mayoritariamente tolerante frente al consumo de alcohol, el 53,3% de los ciudadanos encuestados considera que tomarse 5 ó 6 copas en el fin de semana no supone ningún problema. Se registra una asociación positiva entre las actitudes más tolerantes frente al consumo de alcohol y el abuso del mismo.

La frecuencia de consumo de los adultos es más del doble que la de los jóvenes.

La encuesta de consumo en escolares de 1998.

La mayor precocidad en el inicio al consumo de las distintas drogas y la creciente presencia femenina provocan una tendencia natural a la expansión de los consumos de drogas entre los escolares.

Tres de cada cuatro escolares se sienten perfectamente o suficientemente informados sobre las drogas y sus efectos, aunque sólo la mitad considera la información recibida muy o bastante útil. Que la más importante fuente de información sean los medios de comunicación explicaría en parte esta situación.

Las chicas registran mayores frecuencias de consumos que los chicos en los consumos de tabaco, alcohol (aunque cantidades menores) y tranquilizantes. Por el contrario, los consumos de drogas ilícitas son más elevados entre los chicos.

El alcohol es la sustancia más consumida entre los escolares, el 84,2% declara haber consumido alcohol alguna vez y un 43,9% lo hace con una frecuencia de al menos una vez a la semana.

El 41% se ha emborrachado alguna vez y el 23,6% en el último mes. Pese a ello, sólo el 12,8% de los escolares percibe que consume mucho o bastante alcohol, confirmándose la tendencia generalizada a infravalorar los consumos de alcohol.

La edad media de inicio al consumo de alcohol se sitúa en los 13.6 años, en tanto que la de inicio al consumo semanal se sitúa en 14.9 años.

1:4 escolares reconoce haber tenido algún problema en su vida, principalmente conflictos sociales, debido al consumo de bebidas alcohólicas: riñas (17,3%), las peleas o agresiones físicas (8,8%) y los accidentes que requirieron atención médica (7,1%).

Las principales razones esgrimidas por los escolares para no consumir alcohol (entre quienes no lo hacen habitualmente) son su potencialidad para producir accidentes, los efectos negativos sobre la salud y su capacidad de provocar delitos y violencia.

¿QUE HACER?

La respuesta es compleja y debe ser global teniendo en cuenta todos los factores que hemos mencionado anteriormente. Algunas líneas pueden ir por:

- Ayudarles a crecer en un mundo de drogas, sin que estas les destruyan como personas
- Retrasar la edad de inicio
- Educación para la Salud dirigido a las habilidades sociales. Educación para la gestión de los riesgos. Educación en valores.
- Búsqueda de alternativas para divertirse el fin de semana. Romper la relación entre alcohol y diversión. También durante la semana canalizar su ocio para descargar las ansias.
- Enriquecer su vida cotidiana.
- Dirigirse más a los adultos cercanos a los adolescentes.
- Los padres y madres: Mejorar la calidad de la comunicación con sus hijos.
- La asociación de la bebida con la diversión y la amistad.
- Consumir abusivamente alcohol.
- Informar de los efectos del alcohol y del alcoholismo.

CARTA EUROPEA SOBRE EL ALCOHOL

Conferencia Europea sobre Salud, Sociedad y Alcohol

París 12-14 Diciembre 1995. Oficina Regional para Europa de la OMS

Principios éticos y metas.

Como fomento del Plan de Acción Europeo sobre Alcohol, la Conferencia de París insta a todos los Estados Miembros a elaborar políticas globales sobre el alcohol y llevar a cabo programas que trasladen a la acción, dependiendo en cada caso de las diferentes culturas y entornos sociales, legales y económicos, los siguientes principios éticos y metas con el entendimiento que este documento no otorga derechos legales.

1. Todas las personas tienen derecho a que su familia, comunidad y vida laboral estén protegidas de accidentes, violencia u otras consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol.

2. Todas las personas tienen derecho a recibir una educación e información válida e imparcial desde la infancia acerca de las consecuencias del consumo de alcohol sobre la salud, la familia y la sociedad.

3. Todos los niños y adolescentes tienen derecho a crecer en un medio ambiente protegido de las consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol y, en la medida de lo posible, de la promoción de bebidas alcohólicas.

4. Todas las personas que consuman alcohol de forma peligrosa o dañina y los miembros de sus familias tienen derecho a tratamiento y asistencia.

5. Todas las personas que no quieren beber alcohol o que no pueden hacerlo por motivos de salud o de otro tipo, tienen derecho a ser protegidos frente a las presiones para consumir alcohol y a recibir apoyo en su decisión de no beber alcohol.

Bibliografía

1. Los adolescentes y las drogas. Funes Arteaga, J. El País Aguilar.
2. La cultura del alcohol de los jóvenes. Documento Técnico nº 9. Consejería de Salud de Madrid.
3. Alcohol y Juventud. Cuadernos de información nº 2. Coordinadora de ONGs que intervienen con drogas.
4. Alcohol y Salud Pública. Serie de Informes Técnicos nº 1. Ministerio de Sanidad y Consumo.
5. Estudio sobre Programas de Prevención de Alcohol en jóvenes. Coordinadora de ONGs que intervienen con Drogas.
6. Las culturas de las drogas en los jóvenes. Ritos y Fiestas. Gobierno Vasco. Elzo, J y otros.
7. Jóvenes y Fin de Semana. Revista de estudios y Juventud nº 37. INJUVE.
8. Los valores de la sociedad española y su relación con las drogas. Eusebio Mejías. Fundación la Caixa.
9. Factores de riesgo y protección de carácter social relacionados con el consumo de drogas. Plan Municipal contra las Drogas. Ayuntamiento de Madrid. 2000.
10. Contextos, sujetos y drogas: un manual sobre drogodependencias. Grupo Igja y colaboradores. FAD e Instituto Municipal de Salud Pública de Barcelona. 2000.
11. La percepción social de los problemas de drogas en España. Mejías, E y otros. FAD. 2000.
12. Ocio y tiempo libre: identidades y alternativas. Revista de estudios de Juventud. Nº50 INJUVE. Septiembre 2000.
13. Educación para la Salud y Juventud. Revista de estudios de Juventud. Nº55 INJUVE. Diciembre 2001.
14. El consumo de alcohol y otras drogas en el colectivo femenino. Instituto de la Mujer. Estudios 62. Madrid 2000
15. Salir de marcha y consumo de otras drogas. Plan Nacional sobre drogas. 2000.
16. Observatorio español sobre drogas. Informe nº 4 Marzo 2001