

TRIBUNA: ARTURO FERNÁNDEZ CRUZ

La eterna contradicción sobre el consumo de alcohol

La bebida es la única sustancia para la que se reconoce un consumo responsable

ARTURO FERNÁNDEZ CRUZ

El consumo de alcohol es objeto de numerosos estudios de carácter sociológico y sanitario. Estas investigaciones suelen llamar la atención sobre el abuso de alcohol. Pero, de otro lado, también evidencian los beneficios de un consumo moderado. Estas dos caras del alcohol llegan al debate social, y a la población en general, en muchas ocasiones, de forma sesgada y contradictoria. Situación que genera confusión e incluso alarma entre los consumidores.

Entre los casos más recientes que ilustran este clima de confusión, podemos remitirnos al estudio británico publicado por la revista científica *The Lancet* titulado *Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis*. Un controvertido estudio, cuya principal conclusión es que "el alcohol es peor que la heroína y el crack, siendo la droga más perjudicial para el individuo y la sociedad entre 20 sustancias analizadas." Sin entrar a analizar la metodología y fiabilidad del informe, esta afirmación nos lleva inmediatamente a una primera y preocupante reflexión: el consumidor puede banalizar los efectos del consumo de drogas como la heroína o el crack. Si sólo trasciende que las drogas son menos dañinas que el alcohol, y su consumo está generalizado y aceptado socialmente, ¿qué puede pensar un consumidor sobre las consecuencias del consumo de heroína? Y, ¿Cómo llega este mensaje a colectivos de riesgo como los menores de edad?

Este informe es sólo una muestra de las contradicciones existentes en el debate social sobre el consumo de alcohol, cuestión de permanente actualidad y creciente calado social.

Punto de partida

El punto de partida para clarificar este debate es diferenciar entre un consumo por parte de menores y el consumo adulto. Dentro de este último grupo, hay que

distinguir entre lo que es un consumo moderado y lo que supone un abuso o consumo indebido de bebidas alcohólicas. Cuando se trata de menores de edad, es necesario tener muy presente que cualquier consumo de bebidas con contenido alcohólico es un consumo indebido. En cambio, en personas adultas ha de diferenciarse entre un consumo moderado, prudente y responsable y un consumo indebido en colectivos de riesgo (conductores, embarazadas...) o abusivo.

De los beneficios a los perjuicios

Hecha esta salvedad, nos acercamos a dos posturas científicas perfectamente válidas que coexisten y no son excluyentes, pero que también generan cierto desconcierto en la población.

Por un lado, está más que demostrado que el consumo en exceso de alcohol es perjudicial para la salud. De hecho, un abuso del mismo puede causar, entre otras, enfermedades hepáticas, tumorales, neurológicas y cardiovasculares. Igualmente, está presente en graves problemas sociales como muertes por accidente de tráfico o violencia de género.

De otro lado, hay diversos trabajos que muestran los efectos beneficiosos de un consumo moderado de alcohol sobre la salud. Entre otros, disminuye el riesgo de padecer enfermedades coronarias; aumenta la capacidad de resistencia a los catarros o puede ayudar a retrasar la osteoporosis. Igualmente, desde el punto de vista social, un consumo responsable está ligado a nuestra cultura y forma de ocio.

Esta doble perspectiva se traduce en una confrontación a la hora de formular mensajes en torno al consumo de alcohol. La clave de esta aparente contradicción nos lleva de nuevo a la diferenciación entre un consumo abusivo y un consumo responsable. Son los hábitos lo que relacionan el consumo de alcohol con el beneficio o con el perjuicio. Por este motivo no se debe caer en la fácil discriminación y criminalización del producto en sí, sino que hay que educar en el consumo, entendiendo éste como moderado y responsable.

Consumo responsable

El alcohol, a diferencia de las drogas, admite un consumo responsable que no entraña riesgo para la salud. Su consumo responsable, sensato y moderado por adultos es perfectamente compatible con una vida saludable. Incluso, la comunidad científica ha corroborado que, consumido con moderación, tiene determinados efectos beneficiosos. Entre los más conocidos, los beneficios del

etanol o alcohol de origen agrícola, presente en todas las bebidas con contenido alcohólico, en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Este tipo de consumo, definido como responsable es mayoritario en nuestro país. Según la última Encuesta Domiciliaria Sobre Alcohol, sólo el 3,4% de los españoles realiza consumos de alcohol considerados de riesgo por la OMS, la cifra más baja desde 1997. Se concluye que el 96,6% de los españoles realiza un consumo considerado responsable y moderado. Con ello, España se sitúa en los tramos más bajos de la UE en cuanto a porcentaje de consumidores abusivos, siendo Irlanda el país con mayor número de consumidores abusivos y Bulgaria el del menor.

La generalización de un consumo responsable, se explica en gran medida por factores culturales como nuestra forma ocio compartido y el disfrute de las relaciones sociales. Así, el disfrute del ocio en general y en particular de las bebidas alcohólicas se distingue en España, mayoritariamente, por la moderación y el estilo mediterráneo en el consumo. Los españoles buscamos sobre todo la experiencia, el enriquecimiento de las amistades, la socialización, y no el consumo por el consumo. Esto explica que cerca del 70% de las bebidas espirituosas se consuman en establecimientos de hostelería, lo que proporciona unas pautas lúdicas, de sensatez, moderación y sociabilidad en el consumo que aleja a nuestro país de otras pautas mucho más abusivas.