

CON OTRA MIRADA



ADOLESCENCIA Y ALCOHOL: ROMPIENDO LAS CADENAS

JORGE SÁNCHEZ MEJORADA.

MÉDICO, ESPECIALISTA EN PSIQUIATRÍA, EN SALUD PÚBLICA Y EN PSICOTERAPIA DE ORIENTACIÓN HUMANISTA. INVESTIGADOR DE LA UNIVERSIDAD DE VERACRUZ. FUNDADOR Y DIRECTOR GENERAL DE LA FUNDACIÓN CASA NUEVA IAP EN XALAPA, MÉXICO.

“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”

Durante las últimas décadas, la atención de numerosos expertos y actores en el campo de las drogodependencias y de las políticas públicas pareció centrarse en el problema del consumo de las drogas ilícitas. Posteriormente el tabaco recibió atención, concretándose una serie de intervenciones que se reflejan en un descenso en su uso, particularmente en los países desarrollados. Los problemas relacionados con el abuso del alcohol, particularmente entre los jóvenes, recibe atención creciente, considerándose un problema de Salud Pública, frente al cual la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha tomado nuevamente postura comprometiendo a la acción a los países afiliados a través de la Estrategia Mundial para Reducir el Uso

Nocivo de Alcohol (EMRUNA) (1). Por Uso Nocivo la OMS comprende el que realizan: los menores de edad, las personas que manejan vehículos o maquinaria o que realizan tareas relacionadas con la salud y el cuidado de terceros, las mujeres embarazadas y las personas con alguna enfermedad crónica.

Si bien las bebidas alcohólicas han jugado un papel central en rituales y costumbres de la civilización occidental (vino y cerveza especialmente), nunca como ahora los jóvenes incorporaron a sus prácticas convivenciales el consumo explosivo de alcohol, como es el caso de los llamados “botellones”. Este fenómeno se ha dado en un contexto social facilitador y ante la mirada atónita de los adultos, quienes, por otro lado, no siempre están bien colocados para inducir una conducta de consumo responsable.

Pareciera que la última generación en Europa y en América, rompió una tradición milenaria, que reservaba el consumo fuerte de las bebidas alcohólicas a la población adulta y mayoritariamente masculina. Esta suerte de prohibición para los jóvenes era quizás el mecanismo utilizado por una sociedad que no podía permitirse el deterioro de este grupo indispensable

para el funcionamiento de la maquinaria social. Hoy es un imperativo ético romper la cadena de situaciones que facilitan el acceso de los jóvenes al alcohol para garantizar condiciones adecuadas para un desarrollo saludable. El presente artículo busca responder a las siguientes preguntas:

- ¿Qué características del adolescente entran en juego en relación con el consumo de alcohol?
- ¿Qué características particulares se relacionan con un riesgo mayor en los adolescentes?
- ¿A qué riesgos se ven expuestos los adolescentes que abusan del alcohol?
- ¿Qué tipos de intervenciones poseen mayor evidencia o sustento de ser eficientes para reducir los riesgos del uso nocivo del alcohol?
- ¿Tiene la comunidad terapéutica y sus variables algún papel frente a esta problemática?

LA ADOLESCENCIA: UN RIESGO PARA EL USO NOCIVO DE ALCOHOL

La adolescencia representa una etapa de la vida de transformaciones profundas en la biología y en el psiquismo. Entre el niño y el adulto media esta transición plagada de preguntas, de retos, de dudas, de intereses y de actitudes cambiantes. La programación genética-biológica adquiere una de sus manifestaciones más contundentes a partir del momento en que dicta el orden de producción de las hormonas sexuales y junto con ellas los cambios inherentes al proceso gradual y no poco doloroso de convertirse en adulto. Se dice fácil pero no debe olvidarse la perplejidad y el desconcierto ante la aparición de los caracteres sexuales secundarios, la menstruación, la eyaculación, la aparición de nuevos deseos y posibilidades, presiones y expectativas sociales y culturales.

Uno de los hallazgos científicos más reveladores de los últimos años, consiste en el conocimiento sobre la maduración paulatina del cerebro humano durante los primeros veinte años de la vida, siendo la adolescencia una etapa activa en este proceso. Esta "inmadurez" cerebral interesa particularmente por lo que se refiere al desarrollo neuronal del lóbulo prefrontal relacionado con las dos tareas cognitivas primarias de la adolescencia: la capacidad de integrar información de diversas fuentes relevantes para un objetivo y el desarrollo de reglas personales que guíen eficientemente la conducta hacia objetivos futuros(2). Otras tareas que se desarrollan en paralelo a la maduración neuronal son: la memoria integradora, la auto-regulación emocional y conductual y la capacidad de tomar decisiones juiciosas. Una persona cuyo lóbulo prefrontal

aún no funciona en plenitud, es mucho más vulnerable a los efectos recompensantes o gratificantes del alcohol y otras drogas.

HOY ES UN IMPERATIVO ÉTICO ROMPER LA CADENA DE SITUACIONES QUE FACILITAN EL ACCESO DE LOS JÓVENES AL ALCOHOL, PARA GARANTIZAR CONDICIONES ADECUADAS PARA UN DESARROLLO SALUDABLE

FACTORES DE RIESGO Y DE PROTECCIÓN EN EL ADOLESCENTE

Existe investigación que sustenta que los siguientes factores representan factores que incrementan el riesgo para el uso nocivo de alcohol (2):

- Historia familiar de alcoholismo.
- Problemas mentales pre-existentes (TDAH entre otros).
- Niveles bajos de auto-regulación.
- Víctimas de abuso físico o emocional.
- Familias desintegradas o padres ausente o distantes.
- Con creencias personales, culturales o de género que alientan el consumo excesivo de alcohol.
- Padres que modelan consumo excesivo.
- Pobre desempeño en funciones ejecutivas.

La contraparte incluye factores protectores que todo programa preventivo requiere fortalecer.

EL CONSUMO DE ALCOHOL COMO UN RIESGO

El uso fuerte de alcohol parece alterar el desarrollo neurológico de algunas áreas cerebrales. Se cree que el cerebro adolescente es más sensible al daño neurológico ocasionado por el alcohol que el cerebro adulto y que esto se traduce en déficits cognitivos. También parece un hecho que el antecedente de consumo disfuncional en la adolescencia es predictor de lo mismo en la edad adulta cuando no se ha atendido oportunamente. Estudios en Norteamérica muestran con claridad los altos índices de desarrollo de dependencia proporcional a la menor edad de inicio en el patrón disfuncional de uso (3).

Otras co-relaciones riesgosas entre el abuso de alcohol en la adolescencia se establecen con (3):

- Consumo de otras drogas.
- Conducción de automóviles y accidentes.

- Depresión y conductas suicidas.
- Conductas violentas, antisociales y delincuenciales.
- Enfermedades de transmisión sexual ligadas a conductas de riesgo.



SI BIEN LAS BEBIDAS ALCOHÓLICAS HAN JUGADO UN PAPEL CENTRAL EN RITUALES Y COSTUMBRES DE LA CIVILIZACIÓN OCCIDENTAL, NUNCA COMO AHORA LOS JÓVENES INCORPORARON A SUS PRÁCTICAS CONVIVENCIALES EL CONSUMO EXPLOSIVO DE ALCOHOL, COMO ES EL CASO DE LOS “BOTELLONES”

INTERVENCIONES BASADAS EN EVIDENCIA

El enfoque integral para disminuir el uso nocivo de alcohol incluye medidas desde los ámbitos de la prevención universal, selectiva e indicada, así como desde las medidas regulatorias.

A) Preventivas

Deben considerar los siguientes temas (4):

- Diseño específico para diferentes subgrupos étnicos, étnicos y culturales.
- Orientación para reducir los factores de riesgo y promover los factores protectores que retrasan cronológicamente el inicio del uso de alcohol.
- Intervenciones y políticas que operan a diferentes niveles incluyendo programas integrales comunitarios.
- Implementación de intervenciones con efectividad probada deben implementarse a gran escala.

Para lograr intervenciones preventivas basadas en evidencia debe buscarse que incluyan procedimientos de metodología y evaluación, tales como: grupos control, mediciones longitudinales antes, al término y tiempo después de la intervención, indicadores de resultados claros sobre consumo de alcohol y utilización de manuales idóneos, entre otros puntos.

B) Terapéuticas

Los abordajes más estudiados y validados son los siguientes (5):

- Intervenciones familiares y multi-sistémicas.
- Terapia motivacional.
- Terapia conductual.
- Terapia cognitivo-conductual.
- Farmacoterapia (para el tratamiento de la co-morbilidad).

Aunque con fines metodológicos suelen estudiarse por separado, estos enfoques deben considerarse complementarios más que sustitutivos.

Para aquellos adolescentes más perturbados en su conducta, que frecuentemente además del alcohol están seriamente apegados a otras drogas, hay que considerar la opción, ampliamente estudiada de la comunidad terapéutica (6) Problemas frecuentes que conforman el perfil del adolescente candidato a tratamiento en C.T. son: conductas delincuenciales, deserción escolar, TDAH, problemas de aprendizaje, problemas con las normas sociales y la autoridad. La C.T. utiliza un enfoque multidimensional que incluye las diferentes modalidades mencionadas anteriormente junto con el método comunitario propiamente dicho.

C) Restrictivas o regulatorias

En el ámbito de las medidas regulatorias se ha encontrado la utilidad de las siguientes para disminuir el consumo nocivo, aunadas a las intervenciones de prevención selectiva o indicada mencionadas anteriormente. En un estudio en México las medidas regulatorias con mayor impacto para disminuir el consumo son las siguientes (7):

- Incremento de impuestos (por si sola es la de mayor impacto).
- Reducción de la oferta a menores.
- Prohibición de la publicidad.
- Alcohólmetro para prevenir la asociación entre volante y alcohol.

En síntesis, las medidas preventivas y las medidas de regulación necesitan ser implementadas con vigor y compromiso para garantizar la protección a los menores sobre las consecuencias nocivas del alcohol. ■