

FICHA 1

ES UN PROGRAMA DE



FINANCIADO POR:



Alcohol y alcoholismo

El consumo abusivo de alcohol tiene consecuencias nefastas sobre la salud. Se estima que del 15 al 20% de las consultas recibidas por los médicos de cabecera son atribuibles al alcohol o a sus consecuencias; el abuso de esta sustancia puede originar serios problemas de salud, como la cirrosis (destrucción del hígado), demencia y daño a los músculos del corazón (cardiopatía).

El alcoholismo es una enfermedad crónica y se considera una de las adicciones más habituales, peligrosas y que afecta a más personas en el mundo. La enfermedad se caracteriza por el consumo incontrolado de bebidas alcohólicas, lo cual ocasiona problemas físicos, mentales, emocionales o sociales, entre otros. Los alcohólicos tienen mayor riesgo de accidentes, especialmente cuando están ebrios (borrachos). El alcoholismo afecta seriamente a la relación del alcohólico con su familia, limita las aspiraciones profesionales del individuo y, si no se recibe tratamiento a tiempo, finalmente ocasiona la muerte. Un detalle que se puede mencionar también de la ingesta desmedida de alcohol son los patrones de personalidad de la personas adicta a tales sustancias. Muchos alcohólicos llegan al alcoholismo por beber para salir de un estado de dificultad para socializar, o por problemas de baja autoestima. Una persona con un complejo de inferioridad, entre otros ejemplos, es más propensa a la poca resistencia al alcohol, pero no es una regla general.

No se ha identificado una causa específica que genere la dependencia al alcohol. Sin embargo, se han propuesto algunos factores que pueden contribuir a que ésta se genere como son: las amistades, algún familiar alcohólico, ansiedad, baja autoestima, estrés e infelicidad, entre otros. Los afectados de alcoholismo pueden presentar algunas de las siguientes características:

Beber alcohol dos o tres veces a la semana; beber solo o a escondidas; dejar pendientes compromisos o actividades para beber; necesidad de tomar alcohol para estar tranquilo; llegar con frecuencia a la embriaguez; tener problemas familiares, sociales o laborales debido a las consecuencias de beber; problemas sexuales en el hombre (problemas de erección); falta de menstruación; alteraciones en el

estómago (úlceras, sangrado); anemia (palidez); o desnutrición.

Alcoholismo en España

España es uno de los países desarrollados donde con mayor frecuencia y en mayor cantidad se consumen bebidas alcohólicas. Lo que diferencia el consumo de alcohol en España y otros países del sur de Europa, del resto de países desarrollados, es que el consumo de alcohol es una costumbre y un modo de relación social, y que existe hacia su consumo y los problemas que genera una enorme tolerancia social. Aquí mostramos algunos datos interesantes:

- El consumo de alcohol de manera habitual es del 53,2%.
- El consumo de alcohol es mayor entre los hombres (70,8%) que entre las mujeres (36,7%) y en edades comprendidas entre 36-45 años (80,1%).
- Se ha producido un aumento del consumo de alcohol los fines de semana y un aumento del consumo de cerveza.
- El 2,8% de los hombres y el 0,3% de las mujeres son bebedores de riesgo.
- El 5,4% de la población adulta tiene problemas relacionados con el alcohol.
- La mortalidad relacionada con el alcohol es del 6%.

Alcoholismo entre los jóvenes

El consumo de bebidas alcohólicas se ha popularizado rápidamente entre los adolescentes y cada vez son más jóvenes las personas que beben. Las causas que llevan a consumir alcohol a los jóvenes son múltiples y variadas. 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, aún consumido en pequeñas cantidades, estimula la corteza cerebral y vuelve a las personas más desenfadadas y ocurrentes. 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.

En España resulta evidente una iniciación cada vez más temprana que, según algunos estudios, se localiza sobre los 12 años, aunque es en torno a los 16 años cuando se produce una modificación de las pautas de consumo. Beben alcohol fundamentalmente los fines de semana, más concretamente los viernes y los sábados, y es en esos días cuando se bebe más intensamente de forma puntual. Especialmente entre los 15 y los 16 años se produce un incremento muy marcado, mientras que a partir de ese momento es más lento. A partir de los 18 años entre algunos jóvenes la frecuencia de embriagueces suele disminuir de forma progresiva, posiblemente porque se ha aprendido de la experiencia, y el individuo mantiene un mayor control sobre los efectos de la bebida. A este respecto un dato significativo: la incidencia del consumo de alcohol entre la población escolar aumentó en 10 puntos en tan sólo dos años y en el caso de los escolares de 14 años, el porcentaje de los que afirman que bebieron alcohol durante el último mes ha pasado de un 26,1% a un 38% en estos dos años (2006-2008).

Hasta hace algún tiempo, y no sin cierta condescendencia, el hábito de los jóvenes a la bebida fue considerada una moda temporal (los famosos botellones) que tarde o temprano terminaría por extinguirse. Esa actitud permisiva tuvo graves consecuencias: la afición por el alcohol se ha convertido en un hábito que tiene hondo enraizamiento en las franjas más jóvenes de la sociedad. ¿Cómo obtienen las bebidas a pesar de las reglamentaciones

vigentes? Éstas son reiteradamente infringidas porque nadie se preocupa por hacerlas respetar. A ello se suman otros dos factores: el cuidado desprecupado de los respectivos núcleos familiares y el desmedido afán de lucro de ciertos comerciantes a los cuales tiene sin cuidado el daño que provocan.

El alcohol representa una droga legal que además es barata, accesible y socialmente aceptada. 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.

El alcohol en el organismo

Una vez absorbido el alcohol se distribuye por la sangre y desde ahí alcanza todo el organismo. No obstante, el alcohol tiende a acumularse en la grasa; por ello las personas con mucha grasa toleran algo mejor el alcohol. La mayor parte del alcohol se metaboliza o destruye en el hígado a través de la enzima alcohol deshidrogenasa. El alcohol es una de las pocas sustancias que se metaboliza a una velocidad constante (8-12 ml por hora, 10 gr por término medio en una persona de 70 kg.), e independiente de la concentración de alcohol en sangre.

Entre el 2 y el 10% del etanol ingerido se elimina sin metabolizar, principalmente por orina, aire espirado y sudor. Debido a que existe una equivalencia conocida entre el alcohol en sangre y en aire espirado (la concentración de etanol en sangre se encuentra en equilibrio con la concentración en aire alveolar en una relación de 1:2000 a 1:2300), es posible estimar la concentración de alcohol en sangre a partir de la concentración alcohólica en aire, constituyendo la base de la utilización de los etilómetros (los que utiliza la policía de tráfico) como instrumento de cuantificación alcohólica.