

Alcohol, un demonio líquido - Faro de Vigo

- El consumo de **alcohol** daña gravemente la salud, aumenta el riesgo de padecer enfermedades crónicas y trastornos mentales, y provoca cada año millones de muertes que se podrían evitar. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año se registran 2,6 millones de defunciones en el mundo atribuibles al...



Un joven, en un botellón.

alcohol **consumo** **botellón** **adicciones** **drogas** **menores** **Asociación Alborada**

<https://www.farodevigo.es/sociedad/2024/11/13/alcohol-demonio-liquido-111634419.html>

Ágatha de Santos

Miércoles, 13 noviembre 2024

El consumo de **alcohol** daña gravemente la salud, aumenta el riesgo de padecer enfermedades crónicas y trastornos mentales, y provoca cada año millones de muertes que se podrían evitar. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), cada año se registran 2,6 millones de defunciones en el mundo atribuibles al consumo de **alcohol** (un 4,7% del total de decesos). Además, aumenta la probabilidad que se produzcan accidentes y traumatismos y tiene un fuerte impacto en las familias, según **Jesús Cancelo**, doctor en psicología, especialista en **adicciones** y director de la Asociación Ciudadana de Lucha contra la Droga Alborada de Vigo.

«El **alcohol** es una **sustancia inhibidora**, por lo que es más difícil controlar las conductas. Detrás de todos los actos de violencia, o de casi todos, está el **alcohol**, desde la violencia de género a las peleas juveniles y muchas de las agresiones sexuales», afirma con motivo del Día Mundial sin **Alcohol**, que se conmemora el viernes, 15 de noviembre.

El **alcohol** es la sustancia psicoactiva más consumida en España. «Se calcula que hay dos millones de alcohólicos. Pero hay 15 o 16 millones de personas que beben en el último mes», recuerda Cancelo, que recuerda que **el inicio en su consumo se da en la adolescencia** y cada vez a una edad más temprana.

En este sentido, la Encuesta sobre Uso de **Drogas** en Enseñanzas Secundarias en España (ESTUDES 2023), realizada a estudiantes de 14 a 18 años, indica que **la edad de inicio de consumo se sitúa en**

13,9 años (en hombres y en mujeres), además, el 73,6% de jóvenes de 14 a 18 años lo ha consumido en el último año (71,2% en hombres y 76,1% en mujeres). «Es casi una forma iniciática de pasar de la adolescencia a la adultez. Si no bebes, eres el raro del grupo. Además, suele hacerse junto con el consumo de otras sustancias», advierte.

La **adicción al alcohol** es un proceso gradual y muchas veces la persona no es consciente de su **dependencia** a pesar de las señales: un consumo excesivo y en cualquier ocasión; un deseo constante de beber; falta de límites al consumir, incluso en momentos inapropiados; alteración de la conducta; falta de interés por actividades que antes le gustaban; síndrome de abstinencia al dejar de beber, e imposibilidad de mantener la abstinencia, entre otras. «Un alcohólico no tiene por qué estar ebrio y puede ir resolviendo su necesidad de beber porque es fácil y barato acceder al **alcohol**. Hasta que salta el problema. Entonces es cuando busca ayuda», explica Canelo.

Además, **el adicto piensa que él es diferente**, que controla lo que consume y que puede dejarlo cuando se lo proponga. «El problema es que la mayoría de las veces, cuando toma medidas es ya demasiado tarde porque ha perdido mucho y ha hecho daño a muchas personas», afirma Canelo, que explica que la media antes de pedir ayuda es de 15 años.

El síndrome de abstinencia del **alcohol** es de los más graves que existen y **las recaídas forman parte del proceso de recuperación**, aunque en el caso del **alcohol**, estas son más habituales aún que en otras **adicciones**, al tratarse de una sustancia legal y aceptada por la mayor parte de la sociedad. El detonante puede ser cualquier cosa, desde una celebración a un hecho dramático. «Siempre hay un motivo para motivar una recaída», advierte el experto en drogadicciones.

Jesús Canelo asegura que la educación y la implementación de medidas que dificulten el acceso al **alcohol** a los menores son fundamentales para reducir su consumo. «En España, consumir **alcohol** es muy barato. Subamos el precio para que la gente beba menos. En otros países, donde beber cuesta el doble, las tasa de consumo se han reducido drásticamente. Sin embargo, son medidas antipáticas», afirma.

El psicólogo advierte, además, de que muchas veces «se mira hacia otro lado», como en el caso del botellón. «El pasado Halloween hubo más de dos docenas de ingresos de jóvenes en Vigo por ebriedad. Hay un doble rasero con el botellón: todo el mundo sabe donde se celebra, pero no se actúa, se hace la vista gorda», comentó el especialista, que advirtió de que muchos de los jóvenes que se inician hoy en el consumo de **alcohol** desarrollarán una dependencia.