

Alcohol | Pedir un Cacaolat en una cita y que internet se eche a reír: el estigma de ser abstemio

- El especialista en Salud Pública Daniel Orts lamenta que el alcohol esté tan normalizado y sea sinónimo de celebración



Botellón, tras la apertura de las discotecas, en el Born de Barcelona.

TikTok vídeos virales Internet virales alcohol

<https://www.levante-emv.com/sociedad/2023/03/25/pedir-cacaolat-cita-internet-eche-85174340.html>

Marina León

Sábado, 25 marzo 2023

“Un día quedé con un ‘pavo’ y se pidió un Cacaolat, yo una cerveza. Dije: ‘¿Pero, tú, chaval de dónde has salido, del chiquipark?’. La frase -elevada esta semana al altar de los vídeos virales bajo el epígrafe de ‘¿Cuál ha sido la peor cita que has tenido?’- ha hecho aflorar -además de unas cuantas risas- un hecho invisibilizado pero incontestable: que a menudo ser abstemio se vive con la incompreensión del entorno, cuando no como un estigma.

Para la chica del vídeo, no beber es estar “cucú de la cabeza”. Sin embargo, su alocado diagnóstico no es una excepción en redes. Días atrás, también Piqué le reprochaba al ‘streamer’ Ibai Llanos que no salga por las noches ni beba alcohol. “Tienes que salir de fiesta, es obligatorio, al que no sale de fiesta míralo mal, hay algo oscuro”, afirmaba el exfutbolista, quien aconsejaba a Ibai irse “a tomar un whisky”.

El alcohol siempre se presupone

Quienes son abstemios ya saben de qué va la cosa. El alcohol, como la heterosexualidad, siempre se presupone. La psicóloga y poeta escénica Jacarandá Serrano explica para 'Píkara Magazine' que “ser abstemio es salir de otro armario”. A los abstemios, les suelen hacer preguntas del estilo: “¿Desde cuándo eres abstemio?” o “¿Nunca has probado el alcohol? ¿Pero ni con esta mezcla?”.

La psicóloga apunta que todas estas preguntas son síntoma de que el **alcohol** está en el centro de todo . Por tanto, no lo consumen se sitúan, de alguna manera, en los márgenes. Lugar en el que en muchas ocasiones el periodista João França, abstemio de toda la vida, se encuentra encasillado. A França siempre se le ha cuestionado su decisión y la pregunta de “¿por qué eres abstemio?” es habitual cuando lo ven tomando un refresco en una terraza de bar.

“ La cultura del **alcohol** es muy internacional ”, aunque, para los que somos del Mediterráneo, “es mucho más común que el **alcohol** se convierta en el eje de todas las celebraciones”, explica Daniel Orts, médico de conductas adictivas y especialista en salud pública. Para el experto, tenemos tan normalizado el **alcohol** porque actúa de “ lubricante social ”, es una manera popular de reunión que se transmite “de generación en generación” y que “nadie cuestiona”. França está de acuerdo: “En nuestra cultura se asocia el **alcohol** a cualquier forma de sociabilidad”, por eso, como consecuencia, “el no beber supone ser aburrido y asocial”.

Presión social

No es nada extraño que, como Piqué, muchos relacionen el ocio nocturno con el **alcohol**. Para Orts, el problema de vincular la fiesta con su consumo es la normalización, algo que supone “el primer paso hacia el alcoholismo”. Y aunque no hay que demonizar este consumo porque normalmente suele ser algo “ocasional”, admite el especialista, es importante prestar atención si se usa como “ansiolítico o antidepresivo”.

Lo más preocupante para el médico es la media de edad a la que se empieza a consumir. “Se sitúa entre los 12 y los 13 años si hablamos del primer contacto. La edad a la que se inicia el hábito de salir y beber suele ser entre los 14 y 15”, explica. En estos casos, el factor principal es la presión social, por eso “ser abstemio y presentarse como el ‘outsider’ (en los márgenes) del grupo” es complicado.

“A la gente la cuesta imaginar que no haya tomado **alcohol** nunca”, explica el periodista, que cree que no le afectó la presión social porque era “un poco friki”: “De adolescente no era el más popular ni el que más salía de fiesta, esto me hizo más sencillo el no dejarme arrastrar por las dinámicas del grupo”. Y aunque cada vez haya más gente que se desvincula del binomio noche-bebida, entiende que “los adolescentes ven el **alcohol** como imprescindible cuando se trata de salir”: “No podemos pedirles que disfruten del ocio sin beber cuando los adultos no son capaces de hacerlo”.

Abstemio=aburrido y peligroso

Para França, ser abstemio conlleva incompreensión por parte de los otros, más aún si no has probado el **alcohol** nunca y tu sobriedad no es consecuencia de una mala experiencia, de un problema de alcoholismo o de tus creencias religiosas. “Mucha gente me dice que dejó el **alcohol** porque le sentaba mal, en mi caso es que, directamente, no empecé nunca a

tomarlo”, algo que suele descolocar a los consumidores, lo mismos que cuando estudiaba en la universidad solían decirle: “Ya te daremos a probar”.

En general, el periodista cree que “no suele sentar mal que no beba, simplemente no cuadra con sus esquemas”, aunque lamenta que “te miren con cara rara cuando pides un zumo en una discoteca”. A parte, en ocasiones se les percibe como personas en las que desconfiar. Tal como demuestra la joven del viral TikTok, hoy día no beber puede ser una

'red flag' (bandera roja, señal de peligro). França lo ve así: “Existe el tópico de no te fíes de alguien que no tiene vicios, es como que la decisión de no beber puede tener un trasfondo sospechoso”. “En un ambiente de gente ebria, al sobrio se nos ve como el peligroso porque no estamos sufriendo esa pérdida de control que el resto sí”. Cuenta que muchas veces sus amigos han bromeado con ello: “Eres peligroso, tú mañana te acordarás de lo que está pasando”.

Movimiento #sobercurious

Por suerte, el médico detecta mucha más conciencia sobre la salud mental en la Generación Z. Y es que desde hace un año, no es extraño ver en las redes sociales el hashtag “sobercurious”, en castellano “interesados en ser sobrios”, que reivindican el ocio alejado del consumo de **alcohol**. Seguramente, son los ‘nuevos abstemios’ con un nombre mucho más moderno. Aunque los que se proclaman a la vieja usanza, también se hacen virales en TikTok con vídeos en los que reivindican la fiesta sin **alcohol**, como el usuario @kingbru, que bajo el titular “soy de los que te cuidan cuando vas pripi”, se queja de

que de fiesta siempre le pregunten “¿Te lo estás pasando bien?”, por no tener un ‘cubata’ en la mano.