

SER2

Noticia

Así llevan los jóvenes abstemios la presión social por tomar alcohol: "Me sentía la rara"

- Los expertos alertan de las consecuencias de su consumo desde los 14 años y de la normalización de "una sociedad alcoholizada";



<https://cadenaser.com/nacional/2024/05/22/asi-llevan-los-jovenes-abstemios-la-presion-social-por-tomar-alcoh...>

Laura Piñero

Miércoles, 22 mayo 2024

España es un país de bares, de cañas, de celebraciones y la cultura del alcohol está muy presente en la sociedad. Es la droga más consumida en nuestro país, aunque socialmente no pensemos en ella como tal. Según el Ministerio de Sanidad, el 93% de los españoles ha bebido alguna vez en su vida. Algo que puede convertirse en un problema sobre todo cuando hablamos de los más jóvenes. La Organización Mundial de la Salud alerta del problema en el abuso de sustancias nocivas como el alcohol y la iniciación en el consumo entre los menores de 15 años en Europa. Subraya que estamos ante un importante problema de salud pública por los riesgos potenciales en su bienestar y en lo que se puede traducir todo ello en la edad adulta. Los jóvenes empiezan a consumir alcohol a los 14 años y un estudio de la Universidad Autónoma de Madrid vincula la ingesta con cambios emocionales, cognitivos y cerebrales que puede hacerlos más vulnerables a una futura adicción. Ante estos datos nos hacemos esta pregunta: ¿cómo llevan los jóvenes abstemios la presión social y el hábito de consumir alcohol?

Nos reunimos con cuatro de ellos que tienen edades comprendidas entre los 23 y los 26 años en un bar. Amanda es periodista y Alicia informática. En ambos casos no han probado nunca la bebida porque, aunque el consumo entre sus amigos comenzó a los 12 años, a ellas nunca les llamó la atención. "Tengo muy marcada una charla en el colegio sobre fumar y beber y ahí pensé que no era para mí. Si cuando sea mayor me apetece, ya lo decidiré".

"Beber no es para mí"

Sandra, cantante del grupo Merino, dice que sí consumió en el pasado, pero decidió dejarlo. "A los 12 años una amiga y yo éramos las únicas que no bebíamos de un grupo de 15 personas pero a los 13 empecé a beber porque me sentía un poco apartada, la rara, luego a los 18 quise dejar el **alcohol** porque me sentaba fatal. Me di cuenta de que lo estaba haciendo un poco por integrarme y por no sentirme apartada. Alex, su compañero de banda, bebe poco, aunque bebe: "Jamás bebí y ahora en los últimos años, me tomo una copa de vino o una cerveza.. Ahora, a nivel social, sí que creo que es complicado mantenerte sin beber porque te conviertes en el bicho raro a la mínima".

"Ahora mismo no tengo ningún complejo, pero cuando estuve de Erasmus sí porque se hacía fiesta día sí y día también. Ese ritmo, llevarlo sin **alcohol** y otras **drogas**, para mí fue muy complicado, no puede integrarme en un grupo con otros españoles, no entendían que no bebiera", explica Amanda. "Es muy típico que te pregunten si estás embarazada. Llega un punto de la noche que no te entiendes literalmente con el resto de la gente así que intento directamente evitar ciertos planes", añade Alicia.

Crean que la bebida "tiene un efecto socializador" y que todo en España gira alrededor de la cultura de la gastronomía y el **alcohol**. Sandra y Amanda han sentido cierta presión añadida por trabajar en sectores creativos como "si con una copa de más te fuera a llegar la inspiración" y apuestan por otras opciones "más sanas" para fomentar esa creatividad. "La gente que bebe debería preguntarse hasta qué punto lo necesita para pasárselo bien, si es una decisión propia o si te la han impuesto, que puedan tomar la decisión cuando tengan cerebro para tomarla y que respeten a los que no quieren beber", aseguran.

```
.c-w{ max-width:444px; width:100%; margin:16px auto; background:#00755E; border-radius:4px; display:flex; align-items:center; justify-content:center; } .c-w a{ display:flex; align-items:center; justify-content:center; padding:4px 24px; } .c-w img{ width:24px; margin-right:12px; } .c-w p{ font:18px/25px Poppins; text-align:center; color:#fff; margin:0; } @media (max-width:444px){ .c-w a{ padding:4px 12px; } .c-w img{ width:24px; margin-right:8px; } .c-w p{ font:14px/25px Poppins; } } @media (max-width:335px){ .c-w p{ font:13px/25px Poppins; } }
```

Únete al **canal de WhatsApp** de la SER

"¿Por qué hemos normalizado tanto su consumo?"

Albert Espelt, investigador de UMANRESA y coordinador del Grupo de trabajo sobre el **Alcohol** de la Sociedad Española de Epidemiología, ha explicado que "vivimos en una sociedad claramente alcoholizada" hay que tener cuidado con su "normalización". Un joven lleva conviviendo con la bebida desde que nació y en su propia casa. Estamos sometidos a constantes estímulos que incitan a su consumo como la publicidad y lo asociamos a acontecimientos de ocio. No tenemos ninguna Ley que nos proteja de todo esto. "Es difícil controlar el consumo pero hay estrategias para reducirlo como reducir su disponibilidad o subir los precios".