

## Alcohol, un demonio líquido tolerado - Levante-EMV

- El **alcohol** es la droga que más daños produce en el mundo, aunque, paradójicamente es la que goza de una mayor permisividad



El **alcohol** es la sustancia psicoactiva más consumida en España.

alcohol,consumo,España,Jesús,Salud

<https://www.levante-emv.com/sociedad/2024/11/13/alcohol-demonio-liquido-tolerado-111658455.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**.