



## “Bebedores recurrentes”: adolescentes chilenos beben el doble que jóvenes de Colombia y Venezuela

► El consumo por tipo de bebida en Chile se distribuye entre cerveza (48,9%), vino (25,8%) y destilados (25,3%).

**Si bien el último informe de la Organización Mundial de la Salud** dejó en evidencia un retroceso en el consumo de alcohol a nivel general, también destacó una preocupante realidad entre los que comienzan a beber a edades tempranas.

**Francisco Corvalán**

¿A qué edad fue tu primera copa? Los datos a nivel mundial entregaron una preocupante radiografía para Chile. Especialmente para quienes comienzan a beber a temprana edad y en exceso. En muchas ocasiones, estas conductas precoces pueden tener serias consecuencias en la vida adulta.

El último Informe Sobre la Situación Mundial del Alcohol y el Tratamiento de los Trastornos por Uso de Sustancias, realizado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) arrojó alentadoras cifras sobre el consumo de alcohol en general en Chile, pero a la vez preocupantes indicios con respecto al consumo de estas bebidas en jóvenes de entre 15 y 19 años.

En general, en las regiones de las Américas, Europa y el Pacífico Occidental de la OMS, más del 60% de los adultos consumen alcohol. Los factores culturales, y

en gran medida religiosos, están detrás de diferencias significativas en la prevalencia de su consumo en las poblaciones.

En el caso de nuestro país, Chile registra un consumo de 6,8 litros de alcohol puro (LAP) en la población mayor de 15 años, reduciendo sus niveles de ingesta en 30%, respecto a los indicadores de la última década. Esto lo posiciona solo detrás de países como Costa Rica y Corea del Sur, entre los países de la OCDE que redujeron su consumo per cápita. A nivel sudamericano, únicamente lo supera Ecuador con un -54% de variación.

A nivel mundial, el consumo promedio de alcohol por persona también ha mostrado una tendencia a la baja, disminuyendo de 5,7 LAP en 2010 a 5,5 LAP en 2019. Esta reducción ha sido más pronunciada en regiones de altos ingresos comparadas con aquellas de bajos ingresos.

Con esta disminución, nuestro país se posiciona en el puesto 14 de 35 naciones

de Las Américas, acercándose al promedio de la región (6,42 LAP) y en el cuarto lugar en Latinoamérica. Los antecedentes Argentina (8 LAP); Brasil (7,7 LAP) y Perú (7,5 LAP).

“Como gremio hemos colaborado y generado alianzas para ayudar a impulsar políticas públicas que fomenten los hábitos responsables de consumo”, explica Juan Pablo Solís de Ovando, presidente de Espirituosos Chile, gremio que representa a los principales productores, distribuidores e importadores de destilados del país.

Específicamente en nuestro país, el consumo por tipo de bebida se distribuye entre cerveza (48,9%), vino (25,8%) y destilados (25,3%). En cuanto al consumo excesivo de estos productos, Chile ocupa el tercer lugar, por detrás de países como Perú y Bolivia.

**SIGUE ►►**





► El consumo de alcohol predomina en la gente joven y va disminuyendo en etapas más adultas.

**SIGUE ►►**

La radiografía señala además que la incidencia de alcohol como causa de muerte ha disminuido considerablemente desde el último reporte (2018), con un descenso de 21,4%, situándose en un 23,3% cada cien mil habitantes.

A pesar de eso, el mismo informe elaborado por la OMS destacó que los adolescentes es el grupo de mayor consumo en el país. Según el documento, el 57,8% de los adolescentes chilenos de entre 15 y 19 años se consideran a sí mismos como bebedores recurrentes, y de ellos al menos a 1 de 4 personas (28%) ha experimentado algún evento de alta ingesta de alcohol. Esto dista mucho de las distintas realidades de otros países de la región. Las cifras de bebedores recurrentes en Chile doblan a las Colombia y Venezuela, igualan las de Argentina y Canadá, y solo son superadas por Estados Unidos.

"Eso evidentemente es preocupante porque son personas que están en desarrollo. Están en una etapa que es de altísima vulnerabilidad para seguir avanzando en el consumo", expresa el Dr. Rodrigo Santis, psiquiatra y jefe de la Unidad de Adicciones de la Clínica UC-Christus. Además, el especialista remarca que a mayor precocidad desde el inicio del consumo de alcohol, mayor riesgo de desarrollar un alcoholismo.

Ese es precisamente el grupo que va a tener problemas en la vida adulta, según entrega el médico. "Van a tener enfermedades derivadas del consumo de alcohol, muchos de ellos tendrán accidentes y eventualmente el alcohol los puede llevar a la muerte".

Pero, ¿cuáles podrían ser las motivaciones de los jóvenes a beber alcohol? La psicóloga de Clínica Integramédica, An-

drea Cid, detalla que el abuso de alcohol obedece a una incapacidad de manejar las emociones de una manera sana y adaptativa. "Esto puede ser generado por traumas en la infancia, maltratos físicos y psicológicos, antecedentes familiares de alcoholismo, comenzar a una edad temprana el consumo por influencias sociales o familiares, entre otras".

Santis, además, destaca el factor cultural que relaciona el comportamiento social en Chile con el alcohol. "Los padres en general tienen una concepción bastante errada. Muchas veces, con la excusa de que aprendan a beber, los inician en el consumo de alcohol en la propia casa. Y la verdad que eso no tiene ningún sustento científico, lo que está claro es que mientras antes comiencen a consumir alcohol los jóvenes, más problemas van a tener en el futuro", aclara el médico.

Asimismo, existen otros factores que muestran que el consumo de alcohol predomina más en la gente joven y va disminuyendo en etapas más adultas. Según Santis, en edades tempranas las personas prefieren beber destilados, y su absorción es bastante más rápida que los fermentados, por ejemplo. "Eso generalmente hace que los jóvenes se expongan a tener alcoholemias altas a muy temprana edad. Y eso genera una serie de cambios en el cerebro que pueden ser muy duraderos, sino permanentes", añade.

Y además, hay otro factor, que es el hecho que en Chile hay una preferencia por los destilados, cosa que no ocurre en otros países de Latinoamérica. "En los otros países que se comparan a esta preferencia al consumo destilado son los países nórdicos, en Europa, que tienen un patrón más o menos parecido a lo que tenemos nosotros en Chile", agrega.

En el caso de que un adolescente ya esté teniendo problemas con el alcohol, ¿cuál es la mejor forma de enfrentar y tratar esta situación? Cid remarca que es esencial incluir a la familia en el tratamiento, así como una terapia cognitivo-conductual y un tratamiento farmacológico.

"Debe ser un tratamiento integral, ya que un joven por sí mismo no ha aprendido a regular ni expresar sus emociones, y el principal agente protector y modelador de esto debería ser la familia y su entorno. Muchas veces se ven familias en donde no hay apoyo ni validación emocional, por lo que el adolescente recurre a evasión y refugio en su grupo social que también está pasando por lo mismo, y evaden el malestar emocional con el consumo", remarca la psicóloga.

Santis, por su parte, explica que cuando recibe un paciente menor de 18 años con este tipo de problemas, "la recomendación que hacemos al paciente y a la familia es volver a la abstinencia completa del alcohol". Lo ideal es que las personas empiecen a beber lo más tarde posible, manifiesta el psiquiatra. Ante esto, explica que estudios demuestran que cuando las personas comienzan a beber después de los 24 o 25 años, el riesgo a desarrollar alcoholismo es mínimo.

"Ahora, eso a esa edad es una intervención en la cual son los padres los que tienen que actuar. Porque un adolescente que consume alcohol, que pertenece a un grupo donde se juntan básicamente a embriagarse, se va a sentir marginado en su grupo, va a experimentar una presión social porque dejó de beber", comenta.

Es por eso que los profesionales remarcan la necesidad de recibir apoyo psicológico para que las personas que pasen por esta situación puedan encontrar otras gratificaciones, otras válvulas de escape. "Ahí es donde el deporte u otras actividades recreativas pueden jugar un rol fundamental. Para que el centro de la vida de los adolescentes no sea solo el carrete", concluye el especialista. ●