



Original

Artículo español

Estudio del consumo de alcohol en estudiantes madrileños y diseño de un programa de salud

Study of alcohol consumption among students in Madrid and design of a health program

María Teresa Iglesias López

Facultad de Farmacia. Universidad Francisco de Vitoria. España

Resumen

El objetivo es conocer prevalencia y tasas de consumo de alcohol en estudiantes madrileños de Educación Secundaria Obligatoria (ESO).

Aceptaron participar 100 estudiantes de ambos sexos de la Comunidad de Madrid. Se utilizó la encuesta AUDIT y un cuestionario autorellenable del Ministerio de Sanidad y Política Social.

Los mayores consumidores de alcohol son los chicos de los dos últimos cursos de ESO. La edad media de inicio es 13 años. El 51% de los estudiantes manifiesta haber consumido alcohol por lo menos una vez en su vida y el número de vasos que toman de esta bebida en un día típico fue de 1-4 copas, así lo manifestaron el 95% de los estudiantes. El porcentaje de adolescentes que consume en días laborables (15%), es menor de quienes lo hacen los fines de semana (48%).

Se puede concluir que, los adolescentes cada vez comienzan a beber a edades más tempranas y cada vez con mayor frecuencia; por lo que hemos elaborado un programa de salud, que consta de tres jornadas, encaminadas a los adolescentes para concienciarles de que el alcohol es una droga que puede perjudicar gravemente su salud.

Palabras clave

alcohol, prevalencia, adolescentes, programa de salud

Abstract

The aim is to know the prevalence and the rates of teenager's alcohol consumption nowadays. We studied the alcohol consumption of 100 students male and female of Madrid Community. We performed a pilot descriptive study, using two surveys, one of them the Questionnaire AUDIT and the other one is a questionnaire designed by the Ministry of Health and Social Politics. There were the answered of 95% of the students. As results we found that the male students of 3rd and 4th years of Secondary Obligatory Education were the groups of teenagers who consume most alcohol. They medium age to started drinking was 13 years old. We also found out that 51 % of the students have consumed alcohol at least once in his life and the number of glasses that they drunk during different days of the week were 1-4 glasses. The percentage of teenagers, who consume on weekdays (15 %), is minor of whom they do it during the weekend (48 %).

We can conclude that the teenagers began to drinks alcohol earlier than before and also they consumed frequently during the week. That's why we have elaborated a health program. This program consists to work during three journeys with teenagers in order to inform them that the alcohol is a hard drug that can seriously injure their health.

KEYWORDS

Alcohol, prevalence, teenagers, program of health

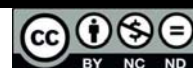
Introducción

En el trabajo abordamos la problemática del alcohol en los adolescentes. Centrándonos, tanto su abuso como el comienzo de su consumo en edades tempranas

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: m.iglesias.prof@ufv.es (María Teresa Iglesias López).

Recibido el 23 de mayo de 2017; aceptado el 31 de mayo de 2017.



Los artículos publicados en esta revista se distribuyen con la licencia:
Articles published in this journal are licensed with a:
Creative Commons Attribution 4.0.
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>
La revista no cobra tasas por el envío de trabajos,
ni tampoco cuotas por la publicación de sus artículos.

El alcohol es la droga de mayor consumo en nuestra sociedad hoy en día, sobre todo entre los jóvenes. Recientes estudios hacen mayor énfasis en el consumo abusivo de drogas institucionalizadas como sería el alcohol. La edad de inicio suele oscilar entre los 11 y los 16 años. En estas edades, generalmente, se tiende a consumir de forma más frecuente, pero en menor cantidad que los adultos¹. La prevalencia en su consumo representa un problema, ya que en los últimos años entre el 50-75% de la población de entre 12 y 18 años presentan un elevado consumo. Es importante resaltar que el aunque forma parte de la vida de los adolescentes y preadolescentes, está prohibido su consumo para la inmensa mayoría de esta población por ser menores de edad. Entre los 12 y los 13 años un 39,3% de adolescentes han iniciado el consumo de alcohol; entre los 14 y los 15 años se incorporan al consumo la mayoría, por lo que al final de esta etapa el 75% de la población adolescente ya ha probado el alcohol y cinco de cada diez mantienen consumos habituales. El 93,8% de los escolares españoles considera que obtener alcohol es fácil o muy fácil, así hay comunidades con mayores tasas de consumo entre escolares como son Asturias, Castilla y León y Cantabria; cabe señalar que las comunidades con mayor prevalencia en el consumo de alcohol son también las que tienen unas edades más bajas de inicio para el consumo, y por el contrario, las comunidades con menor prevalencia presentan la edad de inicio más elevada, existe una tendencia hacia la homogeneización en el consumo del alcohol entre ambos sexos².

Los jóvenes están influidos respecto al consumo de alcohol, por su medio social en que se desenvuelven, sus amistades y por la actividad publicitaria del mismo. Uno de los elementos más importantes para llevar a cabo esta prevención es la comunicación, favoreciendo su autonomía y libertad personal y enseñándoles a manejar la presión que los medios de comunicación o los amigos puedan ejercer sobre ellos; todo esto también es posible reforzarlo en la consulta de atención primaria. Debido a la influencia que los padres tienen sobre los jóvenes, es importante que se conviertan en un modelo de salud para sus hijos, destacando la importancia de mantenerse sanos cuidando la alimentación, el deporte y evitando el consumo de sustancias perjudiciales para su salud. En un principio el consumo de alcohol, se entendía como una forma de rechazar la autoridad o una forma de expresar la identidad de un grupo; sin embargo la situación ha cambiado hasta convertirse en un fenómeno de masas³.

En España donde el consumo excesivo de alcohol en los jóvenes, es una práctica bastante enraizada y las políticas de prevención hasta ahora no han involucrado a las familias como actores centrales, parece de vital importancia la ejecución de programas formativos dirigidos a las familias con objeto de mejorar las habilidades comunicativas de los progenitores, reforzar los vínculos intergeneracionales y las capacidades de supervisión y control de los adolescentes⁸.

Por ello, el objetivo es conocer la prevalencia y tasas de consumo de alcohol en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria de la Comunidad de Madrid.

Material y Métodos

La muestra está formada por 100 alumnos de los cuatro cursos de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), en un Colegio de la zona sur de la Comunidad de Madrid. Mayoritariamente son varones. La edad media de los alumnos participantes fue 14 años (12-16 años). Se pidió el consentimiento informado, a los padres y a la dirección del centro escolar.

Se trata de un estudio piloto descriptivo, en el cuál se emplearon dos encuestas: Cuestionario de Identificación de los Trastornos debido al Consumo de Alcohol (AUDIT) diseñado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y cuestionario autorellenable diseñado por el Ministerio de Sanidad y Política Social.

Resultados y Discusión

En la Tabla 1, se puede ver que el consumo de alcohol en las mujeres es semejante a lo largo de la ESO. Respecto a los varones, se observa que casi se duplica el consumo respecto a los más jóvenes. A los 12-13 años el 39% de la población adolescente ya se había iniciado en el consumo de alcohol, en nuestra encuesta lo había hecho el 42%. Entre los 14 y los 15 años se habían incorporado al consumo la mayoría; en esta etapa nuestros resultados reflejan un incremento del 18%^{2,6,7}. La prevalencia en el consumo de alcohol es superior en los varones.

¿Has bebido alguna vez?	mujeres		varones	
	1º-2º	3º-4º	1º-2º	3º-4º
SI	47%	50%	37%	69%
NO	53%	50%	63%	31%

Cada vez los adolescentes, es sabido, que comienzan a beber en edades más tempranas. En la Tabla 2, aparecen los resultados de edad de comienzo y se puede ver que en edades tempranas es cuando se inician en él, no observándose diferencias significativas en entre dicha edad y el inicio del consumo. La edad media a la que comienzan a consumir alcohol los participantes del estudio, ambos sexos, es 13 años. Esta edad es ligeramente inferior a otros estudios^{2,4}, en los que la edad media a la que empiezan a consumir alcohol es a los 14 años. También podemos ver que a medida que aumenta la edad, en los varones, de inicio en el consumo es bastante menor.

Edad (años)	Mujeres	Varones
10-12	40%	50%
13-14	40%	52%
15-16	17%	3%

En la Tabla 3, se puede ver que hay una clara diferencia entre el consumo de alcohol entre mujeres-varones, puesto que el 66% admite consumir de 1-3 días y el 23% de las mujeres lo hacen con más frecuencia, de 30 a 150 días. Un hecho a resaltar, es que en los varones sólo un 9% responden haber consumido alcohol en la franja 30-150 días, y esto en los de más edad, mientras que los más jóvenes, no consumen como queda patente en el resultado obtenido. Estos resultados deben suponer una importante preocupación sobre todo en el sexo femenino, pues por razones metabólicas la tolerancia de las mujeres frente al alcohol es inferior a la de los hombres.

Tiempo (días)	mujeres		varones	
	1 ^o -2 ^o	3 ^o -4 ^o	1 ^o -2 ^o	3 ^o -4 ^o
1-3	12%	28%	31%	35%
4-9	6%	11%	3%	9%
10-19	12%	5%	3%	16%
30-150	17%	6%	-	9%

También se ha podido observar que la bebida consumida a lo largo de la semana, excluyendo el fin de semana es la cerveza (datos sin publicar) en ambos sexos, aunque hay que resaltar que este consumo es pequeño alrededor de un 6% de la población estudiada. Esto es miliar a lo observado en otros estudios², en los que se observa que el porcentaje de adolescentes abstemios es 80%, semejante a lo observado en los estudiantes del estudio. El vino es la bebida alcohólica menos consumida.

Tal como aparece en la Tabla 4, el consumo de alcohol es fundamentalmente el fin de semana y el alcohol consumido de manera mayoritaria es el de alta graduación. En este consumo hay que resaltar que en la población femenina es superior al 50% de otros tipos de bebidas alcohólicas. El grupo de adolescentes que consume más en estos días son los varones de más edad. Un hecho a destacar es que un 51% de adolescentes, presentan un consumo habitual de alcohol. Esto coincide con lo observado en otros estudios^{2,7} en que la prevalencia en el consumo de alcohol aumenta los fines de semana y días festivos, hecho que podría parecer lógico, puesto que este grupo de población dispone de más tiempo libre y entre un 50-75% de los adolescentes² se emborracharon en el último mes.

Consumo de alcohol	mujeres 1 ^o -2 ^o	mujeres 3 ^o -4 ^o	varones 1 ^o -2 ^o	varones 3 ^o -4 ^o
SI	24%	17%	22%	35%
NO	23%	33%	15%	34%
alcohol alta graduación	60%	56%	32%	57%
1 vez/ mes	18%	39%	15%	44%
2-4 veces/ mes	29%	11%	22%	25%

La mayoría de adolescentes (datos sin publicar) cuando toman alcohol, suelen beber entre 1-4 copas.

Un pequeño grupo, refiere consumir > 7 copas (4%). Siendo los varones del grupo etario estudiado, los mayores consumidores de alcohol. Algo que nos debe hacer reflexionar, es que el 79% de mujeres y el 91% de varones, afirma sentirse incapaz de parar de beber una vez iniciado el consumo de alcohol, a lo que se une, que no sienten remordimiento después de haber consumido. El estudio realizado por Martínez et al. (2012)⁸, refleja que su indicador captura un consumo de alcohol más intensivo (emborracharse dos o más veces), que el empleado por EDADES⁹.

Según la Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España (EDADES) de 2015⁹, la prevalencia de consumo excesivo de alcohol en varones es de 6,9% de 15-17 años y 18,2% en el grupo de edad de 15-24 años y en mujeres las mujeres es 8,7% en el grupo 15-17 años y 11,5 dentro del grupo 15-24 años.

Se observó además, una ausencia de respuesta a estas cuestiones en los varones más jóvenes. Teniendo en cuenta que hablamos de adolescentes entre 11-16 años son datos alarmantes, pues hablamos de menores y en ellos el consumo de alcohol está prohibido

Modelo de Programa de Salud “Alcohol y Adolescencia”

El programa de salud Alcohol-Adolescencia, tratará de concienciar a los alumnos de ESO, de lo que es el alcohol, los posibles problemas que derivan de él, como actuar ante ciertas situaciones, etc.

Constará de tres sesiones educativas:

1. una exposición teórica de conocimientos
2. pretendemos conseguir un impacto en los alumnos para conseguir nuevos hábitos de vida saludables
3. los alumnos tendrán que hacer una exposición de lo que han aprendido durante los días anteriores, a modo de juego

Los objetivos que marcaríamos para el programa de salud serian los siguientes:

1. Retrasar la edad de inicio al consumo de bebidas alcohólicas
2. Conocer los riesgos de salud que se derivan de la práctica del consumo irresponsable de alcohol.
3. Concienciar del riesgo del consumo de alcohol en todos los ámbitos de la vida de los adolescentes.

Conclusiones

Partiendo de la base de que el alcohol está prohibido en menores de edad, los datos obtenidos en la encuesta son alarmantes; tanto por los propios consumidores que son jóvenes de entre 11 y 16 años, como por los responsables que lo venden. El alcohol supone, un importante problema de adicción y por ello se debe poner énfasis en la prohibición de su venta, dado que, aunque está regulada la prohibición de estas bebidas embriagantes a menores de edad, existen establecimientos que la proporcionan.

El consumo de alcohol en los adolescentes estudiados, se inició en edades tempranas, siendo la edad media de 12,5 años. También se observó que los alumnos de edades inferiores, en este caso las mujeres de 1º-2º ESO, son las que consumen alcohol con mayor frecuencia al año. De igual forma se observó que mientras que en los días laborables la cerveza resulta ser la bebida más ingerida entre los jóvenes, los fines de semana prevalece el consumo de alcohol de alta graduación. En relación a la cantidad de bebida que prevalece en un día típico de consumo fue de 1- 4 copas.

El 79% de las jóvenes y el 91% de los jóvenes de ESO, no son capaces de parar el consumo de alcohol, una vez iniciado.

Como la adicción al alcohol es un problema que afecta a la salud pública, deteriora la calidad de vida, afecta al estado de salud y a las relaciones familiares, evoluciona en fracaso académico y pone al adolescente en riesgo de accidentes. Mientras la edad de inicio en el consumo de alcohol sea cada vez más temprana, mayores problemas acarrea, pues cuanto antes se empieza a consumir más probabilidad existen de abusar no solo del alcohol, sino también de otras drogas.

Si bien es verdad que el alcohol, fermentado, en dosis pequeñas puede ser beneficioso para la salud, también es cierto, que produce un gran daño si no se toma en su justa medida. Por ello los programas de salud deben ir encaminados a disminuir el consumo dañino y reducirlo en las poblaciones más vulnerables como son los adolescentes.

Conflicto de interés

La autora declara no tener conflicto de interés.

Referencias

1. Pons Diez J, Berjano Peirals E. El consumo abusivo de alcohol en la adolescencia: un modelo explicativo desde la psicología social. España: Plan Nacional sobre Drogas con la colaboración de Obra Social Caja Madrid; 1999.
2. Megías E (dir.), Ballesteros JC, Conde F, Elzo J, Laespada T, Megías I. et al. Adolescentes ante el alcohol: la mirada de padres y madres. La Caixa. Barcelona; 2007.
3. Sánchez Pardo L. Los padres frente al “botellón”: guía práctica para una diversión sana de los hijos. Comunidad de Madrid: Consejería de Sanidad y Consumo, Agencia Antidroga; 2002.
4. Ivano Scandurra R, García-Altés A, Manel Nebot. Impacto del consumo abusivo de alcohol en el Estado Español. Consumo, coste y políticas. Rev. Esp. Salud Pública 2011; 85(2):
5. Díez Hernández I. La influencia del alcohol en la sociedad. Hospital Donostia: Servicio de cuidados intensivos pediátricos. Donostia; 2003
6. Sánchez Pardo L. Los padres frente al “botellón”: guía práctica para una diversión sana de los hijos. Comunidad de Madrid: Consejería de Sanidad y Consumo, Agencia Antidroga; 2002.
7. Varela Moreiras G, Pozo de la Calle S, García Iglesias V, Cuadrado Vives C, Ruiz Moreno E, Valero Gaspar T, et al. Valoración Nutricional de la Dieta Española de acuerdo al Panel de Consumo Alimentario. Fundación Española de la Nutrición; 2012.
8. Martínez-Hernández A., Marí-Klose M., Julià A., Escapa S. y Marí-Klose P. Consumo episódico excesivo de alcohol en adolescentes: su asociación con los estados de ánimo negativos y los factores familiares. Rev. Esp. Salud Pública 2012; 86: 101-114.
9. Encuesta sobre alcohol y otras drogas. EDADES. Ministerio de Sanidad y Servicios sociales. 2015

