

## PREVALENCIA Y TENDENCIAS DEL CONSUMO ALCOHÓLICO EN ADOLESCENTES

### PREVALENCE AND TRENDS OF ALCOHOL CONSUMPTION IN ADOLESCENTS

**Autor:**

Gómez Coca, S.; Ortiz Fernández, S.; Villamor Ruiz, E.M.

**Institución:**

Servicio Andaluz de Salud. [sgomezcoca@gmail.com](mailto:sgomezcoca@gmail.com)

**Resumen:**

**Introducción:** El alcohol es la droga más consumida por adolescentes actualmente. Su consumo ha pasado a ser un elemento básico de la cultura y el ocio juvenil, se ha convertido en un hábito y es un factor de riesgo en la adopción de conductas peligrosas para la salud del individuo y la población. La última tendencia es el "binge drinking" o "atración", que consiste en el consumo intenso en poco tiempo, con la intención de emborracharse.

**Objetivos:** Conocer la prevalencia del consumo alcohólico en adolescentes y la relación con factores socioculturales. Orientar el desarrollo y evaluación de intervenciones destinadas a reducir su consumo y los problemas asociados.

**Método:** Estudio cuantitativo transversal descriptivo, con muestreo probabilístico estratificado. Utilizando como instrumento un cuestionario estructurado con varios ítems de múltiples opciones de respuesta.

**Resultados:** Se han obtenido datos significativos sobre la prevalencia de borracheras, motivos del consumo, qué conductas consideran de mayor o menor riesgo respecto a la ingesta alcohólica y otras drogas, tipo de bebidas consumidas, dónde y cómo las consiguen, además del fenómeno binge drinking.

**Conclusiones:** La importancia epidemiológica del consumo alcohólico radica, tanto en el hecho de ser la droga más consumida, como en el protagonismo que ha adquirido como articulador social de este colectivo, además de ser sustancia de referencia en sus relaciones con otras drogas.

## **Palabras Clave:**

Alcohol, adolescentes, prevalencia, binge drinking, atracón.

## **Abstract:**

**Introduction:** Alcohol is the drug most consumed by teenagers today. Its use has become a basic element in youth culture and leisure, so much so that it has become a habit and is a risk factor in the adoption of dangerous behaviors for the individual's health as well as the population. The latest trend is "binge drinking", which consists of intense consumption in a short space of time, where the only intention is to get drunk.

**Aims:** Knowing the prevalence of alcohol intake by teenagers and the relation it has with sociocultural factors. Guiding the development and evaluation of possible measures to reduce this drug taking and its associated problems.

**Methods:** Descriptive cross-sectional study with stratified probability sampling using a structured questionnaire with various items of multiple-choice answers as a tool.

**Results:** Significant data on the prevalence of binge drinking were obtained as well as reasons for drinking and what behaviours are considered more or less risky than alcohol. Together with the phenomenon of binge drinking, we got information about other drugs intake, type of beverages consumed and where and how to get them.

**Conclusions:** The epidemiological significance of taking alcohol lies both in the fact that it is the most consumed drug and in the prominence it has acquired as social articulator of this age group, and the reference substance in relation with other drugs.

## **Key Words:**

Alcohol, teenagers, prevalence, binge drinking.

## 1. INTRODUCCIÓN

La sustancia psicoactiva más consumida en nuestra sociedad y la que más problemas sanitarios y sociales ocasiona es el alcohol. Hemos pasado de un modelo tradicional de consumo “mediterráneo” (consumo principalmente vinculado con la comida), a un patrón “anglosajón”, en el que se consume gran cantidad de alcohol en un corto periodo de tiempo, como ocurre durante el ocio en los fines de semana, y especialmente con bebidas de alta graduación, dando lugar a los conocidos “atracones de alcohol” (cinco o más bebidas alcohólicas en un intervalo aproximado de dos horas) (Suárez Relinque, C., 2014).

Las conductas no saludables en jóvenes y más concretamente nos referimos a hábitos tóxicos como: alcohol, tabaco y otras drogas, es un tema muy debatido en medios de comunicación, siendo considerado como un problema social. Es cierto que viene produciéndose desde hace mucho tiempo, pero es en un periodo corto de tiempo cuando ha causado una gran alarma o llamada de atención del colectivo juvenil, sobretudo por la moda del “botellón” (grupos de jóvenes que se reúnen con botellas de bebidas alcohólicas para consumirlas en la calle, justificando esta práctica por el coste excesivo del alcohol en locales) y de la última tendencia: el “binge drinking” (Lester, C., 2005). Ante este tema, no solo los medios de comunicación se encuentran sensibilizados, esto preocupa por igual tanto a Centros Educativos como a Centros de Salud (C.S.), pero sobretudo son los padres y tutores quienes realmente lo viven con más angustia y preocupación. Esta conducta, que en la literatura médica se conoce como “binge drinking” o “atración”, consiste en el consumo intenso de alcohol en un escaso tiempo, con la intención de “pillar el punto” o emborracharse, es una práctica de alto riesgo y es la última tendencia que sigue actualmente gran parte de los jóvenes en nuestro país (Argandoña, A., et al, 2010; Calafat Far, A., 2007).

Entre los adolescentes la droga legal más consumida hoy día es el alcohol. Su consumo ha pasado a ser un elemento básico de la cultura juvenil y sus formas de ocio, se ha convertido en un hábito y es un factor de riesgo importante para la adopción de conductas que ponen en peligro la salud del individuo y la población, a esto contribuyen factores sociales, como la gran tolerancia y/o aceptación social que actualmente hay respecto a su consumo y su fácil accesibilidad. La ingesta de alcohol produce efectos dañinos sobre múltiples órganos y sistemas, dando lugar a largo plazo a problemas de salud tanto físicos como psicológicos además de problemas en la vida cotidiana. Estas repercusiones son más graves cuanto antes se inicia el consumo de bebidas alcohólicas (Espada, J. P., 2003). Puesto que el incremento del consumo y la accesibilidad de los adolescentes a estas bebidas es cada vez mayor a pesar de las medidas tomadas y las prohibiciones impuestas, es interesante estudiar sus hábitos de consumo de alcohol y la percepción que tienen de esta droga.

Vamos a centrar el tema de nuestro trabajo en el consumo de alcohol en personas de entre 15-18 años. En este periodo de edad nos encontramos con jóvenes en plena adolescencia, una etapa “crítica” de transición entre la infancia y la edad adulta. Es una etapa de descubrimiento de la propia identidad (identidad psicológica, identidad sexual...) así como la de autonomía individual, dando lugar a lo que luego será su forma de ser y su vida adulta. Este periodo se caracteriza principalmente por la imitación de conductas de adultos y por el gran valor que se le da al grupo de amigos, con los que se divierten, aprenden, se protegen, se identifican y van forjando su madurez, ya que individualmente no tienen definida su personalidad (Martínez del Campo, P., et al., 2003).

## 2. OBJETIVOS

El objetivo ha sido conocer la prevalencia del consumo de alcohol en adolescentes y la relación con factores socioculturales. Así como orientar el desarrollo y evaluación de intervenciones destinadas a reducir el consumo y los problemas asociados.

## 3. METODOLOGÍA

Se ha realizado un estudio cuantitativo transversal descriptivo, en el que se ha seleccionado un centro de educación secundaria de la provincia de Granada, previa autorización de los directivos y consentimiento informado de los padres de los alumnos menores de edad.

La población de estudio estuvo integrada por un total de 138 adolescentes, comprendidos entre 4º curso de E.S.O (42,89%) y 1º y 2º de bachillerato (57,11%), se utilizó el muestreo probabilístico estratificado, con edades que oscilan entre los 15 y 18 años, obteniendo una media de edad de 16,32 años. El criterio de selección de la muestra obedece a la proximidad de edad de éstos alumnos con la adolescencia y el inicio del consumo de bebidas alcohólicas, siendo como muestran los estudios y observaciones, el periodo de edad más expuesto al problema del abuso del alcohol.

Para el estudio se han considerado diferentes factores:

- Edad.
- Sexo.
- Hábitos de consumo.
- Accesibilidad.

Las fuentes de datos han sido:

Cuestionario estructurado compuesto por varios ítems de múltiples opciones de respuesta, que fue contestado de forma anónima y voluntaria por los alumnos,

cuyo rango de edad iba desde los 15 a los 18 años. La aplicación del cuestionario se realizó en horario escolar, de manera colectiva. Previamente se explicó e informó a la dirección, profesorado y participantes del estudio de los objetivos y procedimiento de la investigación.

El análisis de la información fue cuantitativo, utilizándose el programa SPSS 16.0.2.

## 5. RESULTADOS

El 68,7% del total de los encuestados dijo consumir o haber consumido alcohol por diversión, el 76% lo hizo por su sabor, un 23% consumió por tener emociones nuevas, el 12,1% para olvidar problemas personales, un 33,6% para mejorar relaciones sociales y un 9,3% por otros motivos. (Gráfico 1).

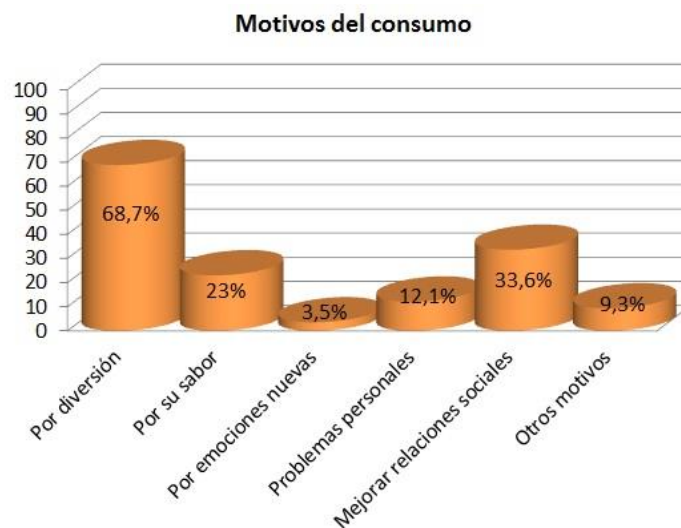


Gráfico 1.

Del total de encuestados el 59,8% admitió haberse emborrachado alguna vez en la vida, el 49,9% de los que lo admitieron lo hizo en los últimos 12 meses y de éstos el 38,7% en los últimos 30 días. (Gráfico 2).

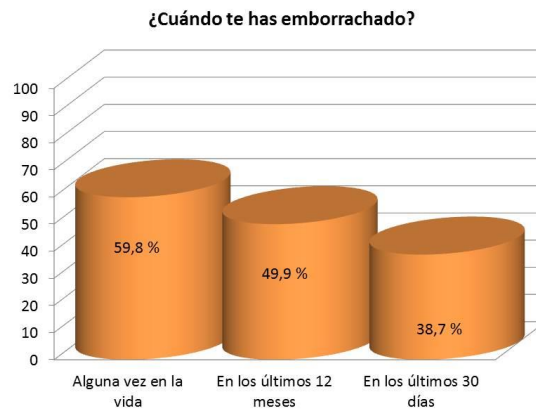


Gráfico 2.

De los que se habían emborrachado en los últimos 30 días, la gran mayoría (69,7%) lo hicieron 4-5 días.

Otro dato llamativo y el más interesante fue que las prevalencias de binge drinking en los últimos 30 días aumentan conforme avanza la edad (63,3% a los 15; 65,3% a los 16; 69,7% a los 17 años y 78,9% a los 18 años). (Gráfico 3).

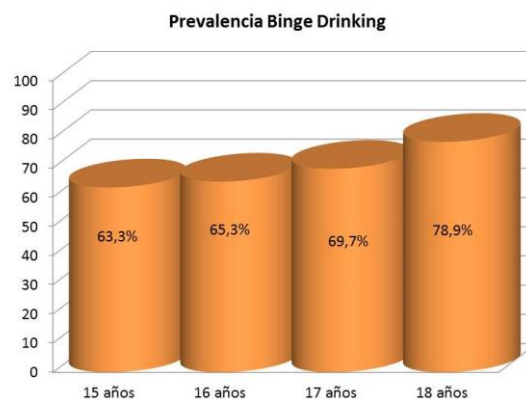


Gráfico 3.

Entre los jóvenes que realizaron binge drinking en el último mes, el 38,8% lo realizó 4 días o más. Con respecto al binge drinking, un tercio de los encuestados reconoció haber consumido 5 o más copas/vasos en unas dos horas durante el último mes.

Las conductas que asocian a un menor riesgo son: tomar 5 o 6 cañas/copas de bebidas alcohólicas en fin de semana, tomar 1 o 2 cañas/copas diariamente, y tomar hipnosedantes una vez al mes o menos frecuentemente. Esto indica la

baja percepción de riesgo que tienen con respecto al consumo de alcohol (tanto diario como de fin de semana).

El 68,1% han comprado o conseguido bebidas alcohólicas en tiendas, kioscos, bodegas, un 21% lo hizo en bares y pubs, el 47,2% en supermercados y un 16,3% consiguió las bebidas en sus casas.

En cuanto al modo para comprar o conseguir bebidas alcohólicas, el 72,1% las consiguió a través de personas de 18 años o más y el 48,9% admitieron conseguirlas ellas mismas.

El tipo de bebida que consumen son: cerveza 53,9%; vino 43% y 59,9% cubatas.

El 96,4% pensaba que les sería fácil o muy fácil conseguir bebidas alcohólicas.

Entre las preferencias sobre cuáles son las vías más apropiadas para recibir información sobre drogas, la opción preferida son los profesionales sanitarios, seguida de charlas, cursos, personas que han tenido contacto con las drogas e Internet.

El cerebro de los adolescentes es especialmente vulnerable a los efectos del alcohol. Numerosos estudios científicos demuestran la asociación del consumo de alcohol y el daño cerebral en los adolescentes con el aumento de la probabilidad de ser dependiente del alcohol en la edad adulta (Maturana, A., 2011).

## 6. DISCUSIÓN

A lo largo de la evolución distintos aspectos sociodemográficos, educativos y culturales, han hecho que el consumo de bebidas alcohólicas se vea como una costumbre, un hábito, una norma o un remedio para aliviar determinadas situaciones, creándose una aceptación social de normalidad en esta práctica. Su consumo ha adquirido una gran relevancia en los distintos aspectos sociales, en la persona, la familia y en el ámbito laboral o social en general. Por ese motivo un estudio publicado en la revista médica "The Lancet" sobre los efectos de las drogas y sustancias de abuso en el individuo y en la sociedad, considera al alcohol la droga más nociva socialmente hablando (Room, R., et al., 2005).

Ante un consumo de alcohol constante aumentan las necesidades de estas bebidas en el individuo, generando dos tipos de dependencia: la física y la psicológica. La primera produce dependencia por el sentimiento de satisfacción que ocasiona en el cuerpo, la segunda se caracteriza por la necesidad de consumir alcohol para el funcionamiento mental adecuado. Esta adicción es una enfermedad que provoca consecuencias tanto físicas, psicológicas y sociales en la persona y en su entorno.

Por las graves repercusiones que conlleva, las autoridades están en alerta y se están generando estrategias nacionales y a nivel europeo e incluso mundial para disminuir el impacto negativo del consumo de bebidas alcohólicas (Ministerio de sanidad y política social, 2009). Los resultados positivos de estas estrategias dependerán de la firmeza con la que se actúe y la anteposición de los valores de la salud frente a los económicos.

Habría que realizar más estudios y valoraciones para determinar fielmente que el alcohol es la droga número uno y que actuando se evitan costes sociales en la salud e incluso económicos. Para ello, se debería de estandarizar los estudios del consumo de alcohol para poder realizar una comparativa veraz.

Actualmente contamos con diferentes tipos de estudios, como sería el cuestionario Alcohol Use Disorder Identification Test (AUDIT) para valorar la prevalencia de personas con consumo de riesgo o perjudicial o con trastornos por abuso de alcohol en España diseñado por la Organización Mundial de la Salud (OMS). El AUDIT consta de 10 preguntas seleccionadas con base en su reproductividad y correlación con el consumo de alcohol que ha permitido unas estimaciones de la prevalencia de bebedores de riesgo y de personas con probable dependencia del alcohol (OMS, 2001). También tenemos la Encuesta Estatal sobre el Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES) llevada a cabo por el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, que según los últimos datos el alcohol es la sustancia cuyo consumo está más extendido entre los estudiantes de 14 y 18 años y a medida que avanza la edad el porcentaje de estudiantes que bebe aumenta, siendo la droga que se percibe como menos peligrosa (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2016).

En nuestra investigación consideramos que una variable que refleja de manera directa los niveles de consumo de bebidas alcohólicas actualmente y su preocupante aumento es la tendencia del binge drinking, que cada día tiene más adeptos, y su relación con el aumento de jóvenes que realizan esta práctica y la frecuencia con la que la ejecutan que es directamente proporcional al aumento de la edad.

Tras realizar una comparativa de los datos obtenidos en nuestra investigación con los diferentes estudios nacionales sobre el alcohol y los jóvenes corroboramos la relación del consumo con la edad.

Propuestas de líneas futuras de investigación:

- Formulación de estrategias, planes de acción y actividades comunitarias para reducir el uso nocivo del alcohol.
- Fomento de un acceso amplio a información y programas eficaces de educación y concienciación a todos los niveles de la sociedad sobre toda la serie de daños relacionados con el alcohol.



## 7. CONCLUSIONES

En España, el consumo de alcohol suele iniciarse alrededor de los 13 – 14 años en un elevado porcentaje de jóvenes. El fenómeno del “botellón”, el fácil acceso para conseguirlo y la creciente tendencia a su ingesta de los más jóvenes a aumentando su consumo, lo que favorece esta conducta no saludable. Desde 1994, el plan nacional sobre drogas realiza, cada dos años, una encuesta estatal sobre uso de drogas en estudiantes de enseñanzas secundarias de 14 a 18 años de toda España (ESTUDES), donde se refleja que el consumo intensivo, borracheras y binge drinking, es muy frecuente y se asocia a un mayor uso de drogas ilegales (policonsumo) (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2016).

La importancia epidemiológica del consumo de alcohol radica, tanto en el hecho de que es la droga más consumida por los adolescentes, como en el protagonismo que ha adquirido su consumo como articulador del tiempo libre de carácter social de este colectivo, además de su papel como sustancia de referencia en las relaciones de los jóvenes con otras drogas.

Existe una gran tolerancia social con la práctica de la ingesta alcohólica y es considerada como “normal”, sin tener verdadera conciencia de los riesgos que implica en menores aún en crecimiento. La percepción de este tema como problema de salud es muy baja en la población estudiada, y la percepción de riesgo escasa, no se considera peligroso ni lesivo el consumo ni el consumo intensivo como en el binge drinking o atracón.

Se halla una gran desinformación entre los jóvenes, no se conocen las complicaciones, solo lo que les hace sentir. El personal sanitario tiene una importante labor en este aspecto, ya que es la primera opción escogida por este colectivo para recibir información, señalando también la importancia de la participación de los medios de comunicación.

Para contrarrestar esta práctica y atajar tanto los riesgos en salud como los problemas reales por el consumo de alcohol en este colectivo, se necesita la colaboración multidisciplinar de instituciones sanitarias, educativas y jurídicas, así como, de los medios de comunicación y sobretodo de las familias y de los propios jóvenes para crear y promocionar hábitos de vida saludables. Una buena educación durante la infancia que promueva una personalidad crítica en la posterior adolescencia y adultez, potenciará la voluntad para la toma de decisiones conscientes aun a pesar de la presión social ante el consumo.

En relación con los padres, los jóvenes tienden a la conducta de imitación del comportamiento de éstos, que se integra en el proceso de maduración y adopción de comportamientos adultos, para conseguir que los padres actúen con responsabilidad y conocimiento en la educación y la intervención anti-alcohol de sus hijos varios estudios requieren la colaboración de los profesores y personal sanitario, para la elaboración de programas específicos de

formación para padres (Espada Sánchez, J. P., et al, 2008; Moral Jiménez, M. V., 2009).

Entre todos, debemos tomar medidas de prevención primaria para evitar caer en esta práctica y que se convierta en un hábito. Una vez se ha creado ya el patrón de consumo, es necesario realizar intervenciones de prevención secundaria en donde el enfoque sea motivacional y crear en la persona la voluntad y la intención de cambiar su conducta.

## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Suárez Relinque, C. Entre ciencia y experiencia: Un estudio cualitativo del consumo de alcohol en adolescentes. Sevilla. Universidad Pablo de Olavide. 2014. Disponible en: <https://www.uv.es/lisis/cristian/cs2014/tesis-csuarez.pdf>
2. Ministerio de sanidad y política social. Estrategia nacional sobre drogas 2009-2016. 2009. Disponible en: [http://www.pnsd.msssi.gob.es/pnsd/estrategiaNacional/docs/EstrategiaPNSD\\_2009-2016.pdf](http://www.pnsd.msssi.gob.es/pnsd/estrategiaNacional/docs/EstrategiaPNSD_2009-2016.pdf)
3. Lester, C.; Cater, S. Underage “binge” drinking: A qualitative study into motivations and outcomes. 2005. *Drugs: education, prevention and policy*. Vol. 12 (2): 125-136. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/250188943\\_Underage\\_'binge'\\_drinking\\_A\\_qualitative\\_study\\_into\\_motivations\\_and\\_outcomes](https://www.researchgate.net/publication/250188943_Underage_'binge'_drinking_A_qualitative_study_into_motivations_and_outcomes)
4. Argandoña, A.; Fontrodona, J.; Garcia Lombardía, P. Libro Blanco del Consumo Responsable de Alcohol en España. España: IESE. Universidad de Navarra. 2010. Disponible en: [http://www.iese.edu/es/files/diageo\\_libroblanco.pdf](http://www.iese.edu/es/files/diageo_libroblanco.pdf)
5. Calafat Far, A. El abuso de alcohol de los jóvenes en España. 2007. *Adicciones*. Vol. 19(3): 217-224. Disponible en: <http://adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/302/302>

6. Espada, J. P.; Botvin, G.J.; Griffin, K. W.; Méndez, X. Adolescencia: consumo de alcohol y otras drogas. 2003. Papeles del psicólogo. Vol. 23(84): 9-17. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/778/77808402/>
7. Martínez del Campo, P.; Guijarro Martínez, M. T.; Pozo Serrano, I. Revisión de salud en adolescentes. 2003. Enfermería Global. Vol. 2(2):1-10. Disponible en: <http://revistas.um.es/eglobal/article/viewFile/610/636>
8. Maturana, A. Consumo de alcohol y drogas en adolescentes. 2011. Rev. Medica Clínica Las Condes. Vol. 22(1): 98-109. Disponible en: <http://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-linkresolver-consumo-dealcohol-drogas-adolescentes-S0716864011703972>
9. Room, R.; Babor, T.; Rehm, J. Alcohol and public health. 2005. Lancet. Vol. 365(9458): 519-530. Disponible en: [http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(05\)17870-2/references](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(05)17870-2/references)
10. Organización Mundial de la Salud (OMS). Cuestionario de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT). Pautas para su utilización en Atención Primaria. 2001. Disponible en: [http://www.who.int/substance\\_abuse/activities/en/AUDITmanualSpanish.pdf](http://www.who.int/substance_abuse/activities/en/AUDITmanualSpanish.pdf)
11. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Encuesta sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias 2014/2015 (ESTUDES). 2016. Disponible en: [http://www.pnsd.msssi.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/pdf/2016\\_ESTUDES\\_2014-2015.pdf](http://www.pnsd.msssi.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/pdf/2016_ESTUDES_2014-2015.pdf)
12. Espada Sánchez, J. P.; Pereira, J. R.; García-Fernández, J. M. Influencia de los modelos sociales en el consumo de alcohol de los adolescentes. 2008. Psicothema. Vol. 20(4): 531-537. Disponible en: <http://www.psycothema.com/pdf/3519.pdf>
13. Moral Jiménez, M. V. Influencia familiar sobre las actitudes ante el consumo de drogas en adolescentes españoles. 2009. SUMMA Psicológica UST. Vol. 6(2): 155-176. Disponible en: <http://summapsicologica.cl/index.php/summa/article/view/70/70>

