

LA NACION

Crece el consumo de alcohol entre las mujeres y los adolescentes

Según cifras de la OMS, el país lidera el ranking en la región; los datos de los últimos 12 meses muestran un alza de entre el 13,5 y el 18,4%, respectivamente, comparados con los obtenidos en 2010

MARTES 14 DE NOVIEMBRE DE 2017 | [Nora Bär](#) LA NACION



Mientras tiene que esforzarse por competir en el Mundial de Rusia, el país ya se ubicó al tope de un *ranking* nada envidiable: está primero en consumo de alcohol en América latina. Según datos de la Sedronar, los segmentos que más crecieron en los últimos años son el de

las mujeres y los adolescentes. En los últimos 12 meses se registró un alza de entre el 13,5 y el 18,4%, respectivamente, comparados con los de 2010.

Los especialistas lo atribuyen a los nuevos escenarios culturales en los que la bebida es el primer paso hacia la búsqueda del descontrol que llega de la mano del marketing y forma parte "natural" del paisaje nocturno del fin de semana.

Los informes de la Sedronar también indican que en 2017 se registró un aumento de alrededor de 12 puntos con respecto a su estudio anterior, tanto entre los hombres como entre las mujeres, y para todos los tramos etarios. El porcentaje de nuevos bebedores pasó de 9,7% en 2010 a 37,1% en 2017. En el caso de los varones esta tasa casi cuadruplica la de 2010. La bebida de mayor consumo es la cerveza, seguida por el vino, y luego por bebidas fuertes o tragos.

Carlos Damín, jefe de Toxicología del Hospital Fernández, destaca los estragos que se ven en el consultorio: "El alcohol está lejos, sin duda, de cualquier otra sustancia de abuso. En mi hospital estamos viendo cerca de 2000 casos de intoxicación por año -puntualiza-. Entre el 50 y el 51% se deben a consumo excesivo de alcohol. Alarma la tendencia descendente en edad y creciente en cantidad, especialmente en la franja de entre 12 y 17 años".

Aunque las publicidades lo vinculan con el deporte, la amistad y los "momentos lindos" de la vida, para los sanitaristas las bebidas alcohólicas son un trago amargo: se las asocia con cerca de 60 enfermedades, entre las que se cuentan la diabetes, la hipertensión, las patologías cardiovasculares, el ACV hemorrágico, la obesidad, el llamado antiguamente síndrome fetal alcohólico, problemas óseos, cirrosis, hepatitis y depresión. Estudios recientes hacen sonar una alarma menos conocida: su incidencia en el cáncer de mama y otros tumores.

"Además es el principal desencadenante de lesiones, accidentes, suicidio, homicidio, violencia intrafamiliar y conducta sexual no deseada (tener sexo con alguien que no se tendría habitualmente o de una manera que en sobriedad no hubiera tenido lugar)", explica Ricardo Pautassi, investigador del Conicet en el Instituto de Investigación Médica Mercedes y Martín Ferreyra, y docente de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Córdoba.

"Medido como carga de enfermedad (morbilidad más mortalidad), es el principal problema de salud pública de la región", afirma Hugo Cohen, integrante del Grupo de Expertos de la OPS.

El tema adquiere relevancia en estos días por la discusión en torno de la suba de impuestos a las bebidas alcohólicas, que finalmente no se aplicará, a pesar de que es una estrategia recomendada por la Organización Mundial de la Salud, ya que el riesgo de la mayoría de estos cuadros aumenta según la dosis, pero está presente incluso cuando se bebe moderadamente.

"No existe el consumo saludable -sostiene Maristela Monteiro, asesora principal para Alcohol de la OPS-. Y hacerlo moderadamente tampoco es para todos."

Datos locales indican que al llegar a los 18 años, el 77% de la población ya tomó alguna bebida alcohólica, y el 60% de los adolescentes lo hizo apenas pasados los 14. Ya hace más de una década, el informe "Epidemiología de la alcoholización juvenil en la Argentina", elaborado por Hugo Míguez, del Programa de Epidemiología Psiquiátrica del Conicet, indicaba que en el país, la edad de comienzo en la bebida alcohólica ronda los 11 años, aunque el mayor consumo se registra entre los 18 y los 24.

¿Una copa por día hace bien?

En medio de la discusión por los impuestos, la Sociedad de Cardiología de Mendoza difundió un documento titulado "El vino y la salud. Fundamentos científicos", en el que defiende las bondades de tomar una o dos copas de vino diarias. Después de mencionar diversos estudios, concluye: "El consumo de alcohol tiene un efecto reductor de la mortalidad, principalmente cardiovascular".

Sin embargo, son muchos los especialistas que no concuerdan con esta visión. "Las recomendaciones que hablan de una copa de vino al día o dos de cerveza carecen de fundamento científico", dice Cohen.

Julio Montero, ex presidente de la Sociedad Argentina de Obesidad y Trastornos Alimentarios (Saota), explica que la llamada "paradoja francesa" (como se llamó al hecho de que ese país, a pesar de una dieta alta en grasas, no presentaba altos niveles de enfermedad cardiovascular) surgió de "estudios de asociación, que no demuestran causalidad. Decir que el alcohol es «la causa» de mejor salud cardiovascular es una atribución un poco aventurada, porque los suizos, que comen muchas grasas por el chocolate, y no toman tanto vino como los franceses, tienen una mortalidad cardiovascular similar. Y los mediterráneos le atribuyen las bondades de su dieta al aceite de oliva. Es decir que cada uno supone que el producto que le ofrece divisas es beneficioso para la salud".

Y enseguida agrega: "Es riesgoso dar el mensaje de salud pública de que el vino en pequeñas cantidades es un antídoto contra la enfermedad cardiovascular sabiendo que es un producto neurotóxico, hepatotóxico y que produce adicción".

Pautassi, investigador precisamente en adicciones, explica que si hay un efecto benéfico para la salud cardiovascular, "parece ser muy moderado. Y ahí empieza el problema, porque la «seguridad» (distancia entre la dosis efectiva y la que ya genera efectos no deseados) es muy pobre, y enseguida

revierte".

"En el vacío -aclara- se puede decir que «existe la posibilidad de que el consumo de alcohol tenga efectos positivos», pero cuando miramos las prácticas reales de la gente, esa posibilidad se vuelve abstracta. Esto es particularmente cierto para el grupo de jóvenes y adultos".

"Según estudios propios, en promedio, cada vez que un estudiante universitario argentino (de entre 18 y 30 años) bebe, toma unos nueve tragos de alcohol (un trago equivale a un vaso de cerveza o de vino). Un 60% de estos estudiantes pueden clasificarse como consumidores pesados, es decir que toman unos seis o siete vasos de cerveza por ocasión de consumo. En aquellos de inicio temprano (un conocido factor de riesgo), el consumidor pesado usual sube hasta un 82%", agrega.

Pautassi añade que "el *binge drinking* (tomar cuatro o cinco tragos, para hombres y mujeres, respectivamente, en dos horas o menos) es también elevado, con un 40% que exhiben al menos un episodio mensual. Es decir que en la práctica no hay casi lugar para ese «consumo benéfico»".

Damín subraya que "claramente no es cierto que convenga tomar un vaso de vino todos los días. Si bien en algún momento se creyó que podría tener un impacto favorable, porque contiene antioxidantes, para que estos puedan ejercer un efecto benéfico habría que tomar varios litros diarios. Tomar una copa no va a hacer mal, pero no es necesario hacerlo con la presunción de que hace bien a la salud. Se puede beber con moderación, pero ninguna bebida alcohólica tiene nada de inofensivo o beneficioso".

Recientemente, la Sociedad Americana de Oncología Clínica de los Estados Unidos dio a conocer un documento en el que llama a minimizar el consumo de alcohol para prevenir varios tipos de cáncer, como el de cabeza y cuello, el de esófago, el de hígado, el colorrectal y el de mama.

Publicado en el Journal of Clinical Oncology, el documento advierte que mientras los riesgos mayores se ven en el uso continuado, incluso un bajo consumo (menos de un trago por día) o el consumo moderado (hasta dos tragos por día para los hombres y uno para las mujeres) pueden aumentar el riesgo.

Entre las mujeres, las que consumen pequeñas cantidades corren un riesgo un 4% mayor de cáncer de mama, y las de consumo moderado, un 23% mayor. Las que consumen más de ocho tragos por día tienen un riesgo aumentado en un 63%, porque el alcohol eleva los niveles de estrógeno. Y no hay diferencias entre tipos de alcohol: ya sea cerveza, vino o champagne causan el mismo riesgo de cáncer.

Según cuenta Damín, cerca de 11 sociedades científicas apoyaban el aumento de impuestos a las bebidas alcohólicas que impulsaba el Gobierno. "La OMS es clara y contundente -destaca el especialista-, porque una de las principales acciones que probaron ser efectivas para prevenir los efectos deletéreos del alcohol es aumentar los impuestos. Nos habíamos entusiasmado".

LA NACION | Sociedad
