

# Profesión PAPÁS

Cómo orientar el futuro de sus hijos: educar para el bienestar

*Augusto Pérez Gómez, Ph.D.*

Con la colaboración de Marcela Correa Muñoz, Leonardo Aja Eslava, Luis Ángel Parra Garcés y Eduardo Villar Concha.

Publicado por:  
Dupligráficas Ltda.  
Bogotá, D.C. - Colombia  
dupligráficas@cable.net.co  
d.upligra@gmail.com  
ISBN: 978-958-57904-1-4

## INTRODUCCIÓN

En el año 2012 el periódico El Espectador le pidió a la Unión Temporal Nuevos Rumbos-Mejores Amigos que escribiera una serie de fascículos dirigidos a los padres de familia en los que se analizaran algunos de los principales problemas que surgen cuando los hijos llegan a la adolescencia. El éxito de los fascículos fue evidente desde los primeros números.

Teniendo en cuenta la muy limitada disponibilidad de materiales accesibles en los que se analicen las numerosas situaciones que con frecuencia se convierten en quebraderos de cabeza cuando los hijos empiezan a crecer, Nuevos Rumbos tomó la decisión de organizar la publicación original de una manera diferente, cambió algunos títulos y agregó un nuevo capítulo; en ese trabajo me ayudó mucho Juliana Mejía. Así surgió este libro.

Esperamos que su contenido pueda ser aprovechado para ampliar la visión de los padres sobre sus hijos; que los “tips” que se presentan contribuyan a resolver algunas situaciones que pueden volverse complicadas; que sus contenidos inviten a reflexionar, a dialogar y a buscar alternativas a conflictos que en otras épocas se resolvían de manera autoritaria y producían fracturas en las relaciones y en las emociones; y que ayude a los padres a entender que ellos saben mucho más sobre casi todo que sus hijos, así estos puedan derrotarlos en segundos manejando un celular de última generación o en un juego electrónico desafiante y complejo.

A Marcela, Leonardo, Luis Ángel y Eduardo, gracias por sus aportes.

A.P.G., agosto de 2013

## ¿ALCOHOL EN LA ADOLESCENCIA?

Quizás la resistencia social a considerar el alcohol como una sustancia peligrosa se debe a que estos efectos suelen tomar varios años en presentarse, a diferencia de lo que ocurre con otras sustancias, como el basuco (pasta básica de cocaína) o la heroína. También hay razones de tipo cultural: en nuestro medio, muchos padres de familia creen que el hecho de que los adolescentes y jóvenes tomen, incluso en exceso, “no tiene nada de malo”, “es lo normal de la juventud”, e incluso ellos mismos lo promueven. La realidad es que cometen un error y provocan un daño que, no por ser involuntario, es menos grave, además de ser un acto ilegal.

### Qué es el alcohol

Es el nombre abreviado de una clase especial de alcohol, el **etanol**, que desde tiempos inmemoriales ha sido utilizado con fines embriagantes. Se obtiene de fermentación, como en el caso de la chicha, el guarapo, la cerveza y el vino, o de

destilación, como en el caso del whisky, el brandy, el vodka y todas las llamadas "bebidas fuertes". El etanol es el único de los alcoholes producidos industrialmente que puede ingerirse sin riesgo de envenenamiento; el **metanol**, que es el alcohol de cocina o industrial, es mucho más tóxico y su ingestión puede ser mortal, o producir ceguera irreversible en los casos benignos: dentro del organismo se transforma en **formol**.

### **Riesgos asociados al consumo temprano de alcohol**

El uso temprano de alcohol en los jóvenes, cada vez más frecuente, permite calcular las probabilidades de uso de otras sustancias psicoactivas: estudios hechos en diferentes países, y también en Colombia\*, muestran que quienes comienzan a consumir alcohol antes de los 14 años tienen hasta 10 veces más probabilidades de tener problemas con el alcohol en la adultez y de consumir otras sustancias, que quienes empiezan a tomar después de los 18 años. De hecho, prácticamente la totalidad de las sustancias psicoactivas (SPA) suele ingerirse acompañada de alcohol, lo cual puede resultar fatal, especialmente si se mezclan dos depresores (alcohol y barbitúricos, por ejemplo); pero la mezcla con estimulantes (como el éxtasis) también puede tener efectos irreversibles. Se ha comprobado en algunos estudios, que ciertas regiones del cerebro como la corteza prefrontal (encargada de la toma de decisiones, planeación, raciocinio, solución de problemas y control de impulsos), junto con el hipocampo (responsable parcialmente del aprendizaje, la memoria y ciertos procesos de abstracción) se muestran fuertemente afectados con el consumo frecuente de alcohol en adolescentes; la razón es que el cerebro solo alcanza su máximo desarrollo alrededor de los 21 años de edad; el beber alcohol

antes de esa edad afecta el progreso madurativo del cerebro en el niño o adolescente, trayendo como consecuencia dificultades a nivel cognoscitivo.

Muchas personas se preguntan si existen factores hereditarios que predisponen al alcoholismo. La respuesta es afirmativa: las investigaciones de los últimos años muestran que los padres alcohólicos tienden a tener hijos con inclinación a serlo. Esto significa que el alcohol es asimilado de una forma especial por el organismo, lo cual facilita la aparición de dependencia, pero debe ser claro que no se trata de una “*causa*” de los problemas, sino de una *predisposición*. De hecho, bien empleado este riesgo puede ser considerado positivo: al ver lo que le ocurrió a su padre o a su abuelo, el joven puede tomar la decisión de manejar el alcohol con prudencia.

En nuestro país, como en muchos otros del mundo occidental, el disfrute del ocio y de las relaciones sociales suele estar asociado con el uso de alcohol; en Colombia este tipo de comportamiento puede apreciarse en ciertas zonas de las ciudades grandes, donde los jóvenes se congregan de forma masiva en parques, plazoletas, espacios cercanos a algunas universidades en las que hay un número considerable de bares, discotecas y sitios de venta; la falta de control por parte de los padres de familia, la indiferencia de los agentes policiales, el incumplimiento de las normas legales frente al expendio y la venta de alcohol a menores de edad, o en los alrededores de entidades educativas, hacen que el consumo de alcohol entre los jóvenes sea muy fácil y que tienda a incrementarse, considerándose como algo normal y que “todo el mundo hace”.

## Los factores de riesgo

El alcohol es una de las sustancias psicoactivas con mayor acogida en la población juvenil, y cuyo uso es legal (salvo en menores de edad), por lo que su uso está normalizado en la cultura occidental. Desde este punto de vista se despliega una gran variedad de **factores de riesgo** que impulsan al joven a iniciarse en el consumo. Algunos de ellos son:

- a. Disponibilidad y accesibilidad de las sustancias (escaso control de la ley, precio, horario de venta, lugares de venta).
- b. Institucionalización y aprobación social ( el alcohol es una sustancia aceptada socialmente y la televisión, el cine, la prensa, muestran personajes famosos divirtiéndose y bebiendo alcohol).
- c. Publicidad como una fuente de presión social hacia el consumo y presencia de mensajes persuasivos en los que los jóvenes no tienen una actitud crítica frente a los medios audiovisuales.
- d. Asociación del alcohol y drogas de síntesis (éxtasis, Popper, dick) con el ocio (ligado al tiempo libre, a fines de semana, a ciertos lugares como discotecas, y a la búsqueda de nuevas sensaciones y experiencias).
- e. Desinformación y prejuicios: falta de conocimiento o información errónea sobre las drogas, repercusiones negativas etc.
- f. Actitudes favorables hacia el consumo: Son predictores del inicio del consumo de alcohol y otras drogas.

\*Pérez Gómez, A. y Scopetta, O. (2009). *Consumo de alcohol en menores de edad en siete ciudades y dos municipios pequeños de Colombia*. Bogotá: Dupligráficas.

Pérez Gómez, A., Scopetta, O. y Flórez, L. (2011). Age at onset of alcohol

consumption and risk of problematic alcohol and psychoactive substance use in adulthood in the general population in Colombia. *The Journal of International Drug, Alcohol, and Tobacco Research*, 1 (1), 19-24.

### **Algunas consecuencias del consumo de alcohol en menores de 18 años**

Teniendo en cuenta las leyes y normas existentes en nuestro país, es importante saber que tanto el diseño como la aplicación de estas frente al tema del alcohol en menores de edad, tiene una lógica de fondo: el enorme daño que se produce en los jóvenes a nivel de salud como producto de su abuso, y todas las implicaciones sociales y económicas que genera, no sólo para el individuo mismo, sino para el país en general. El consumo de alcohol en menores de edad puede afectar las siguientes áreas de funcionamiento:

#### **A. Consecuencias en la Salud.**

Las consecuencias del abuso de alcohol sobre la salud son muy variadas y sus efectos negativos sobre órganos y sistemas ocurren de manera progresiva y pueden llegar a ser irreversibles.

Quizá una de las consecuencias más graves que trae el consumo de alcohol es el compromiso de varias áreas y funciones del cerebro, lo cual hace que el desempeño a nivel intelectual no sea el más adecuado.

En cuanto al hígado las consecuencias son igualmente desfavorables, pues este órgano es el encargado del procesamiento metabólico del alcohol, y el consumo frecuente daña sus células. Según el National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (2000), una de las principales causas de trastornos y muertes en los Estados Unidos es por enfermedades hepáticas.



El alcohol también disminuye la capacidad de absorción de nutrientes en el intestino delgado, y puede causar problemas de salud en los huesos y en el sistema endocrino.

En los riñones el consumo de alcohol afecta el balance de iones y agua que necesita el cuerpo para regular su metabolismo, afectando de esta manera el desarrollo normal del joven; los problemas de sobrepeso son más comunes, ya que los adolescentes que beben tienen más probabilidades de engordar o padecer problemas de salud: la Universidad de Washington reveló en una de sus investigaciones que las personas que consumían normalmente cinco o más bebidas alcohólicas, una detrás de la otra, desde los 13 años, eran más propensas al sobrepeso o a la hipertensión a la edad de 24 años que aquellas que no bebían alcohol.

Las repercusiones sobre la salud como consecuencia del consumo de alcohol también pueden ser vistas en términos de salud mental; por ejemplo las niñas entre 12 y 16 años de edad que beben alcohol actualmente tienen cuatro veces más probabilidades de sufrir depresión que las niñas de la misma edad que no beben (Hanna, Hsaio-Ye y Dufour, 2000); esto puede provocar otro tipo de trastornos psicológicos en el adolescente, como conductas desafiantes, agresividad, dificultades de aprendizaje y consumo de otras sustancias psicoactivas.

## **B. Consecuencias Académicas.**

A partir de las implicaciones que tiene el consumo de alcohol sobre el funcionamiento cerebral, el bajo rendimiento académico puede ser una consecuencia significativa en el adolescente; lo que ocurre usualmente es que el aprendizaje se vuelve mucho más lento en comparación con otras personas de su

misma edad. De la misma manera, se alteran los procesos atencionales, de memoria y pensamiento. Una prueba de ello son las investigaciones realizadas por Brown, Tapert, Granholm et al. (2000), quienes indican que los adolescentes que abusan del alcohol recuerdan un 10 por ciento menos de lo que aprendieron comparados con los adolescentes que no toman.

Es importante resaltar otro aspecto que se encuentra inmerso dentro de esta problemática: el ausentismo y la deserción escolar. Hay estudios que muestran que estudiantes de la escuela secundaria que usan alcohol u otras drogas, tienen cinco veces más probabilidad de abandonar la escuela que los estudiantes no consumidores de alcohol (NCASCU, 2001).

### **C. Conductas de riesgo asociadas al consumo de alcohol**

Uno de los aspectos que más se destaca en la adolescencia es el sentimiento de invulnerabilidad con relación a situaciones de peligro que podrían presentarse en determinado momento; frecuentemente los estudiantes que beben grandes cantidades de alcohol, comparados con los que no beben, exhiben más conductas de riesgo para sí mismos y para los demás (Hingson, Heeren y Winter 2006). A esto se añade el que, en general, las medidas de protección para los adolescentes son mínimas, sobre todo en lo que se refiere al ejercicio de su sexualidad, lo que se refleja en el número creciente de embarazos no deseados y de casos de infecciones de transmisión sexual.

En un estudio realizado por IREFREA, (2008) se observó que jóvenes de nueve países europeos (incluida España) y con edades comprendidas entre 16 y 35 años, reconocían que el consumo de alcohol y determinadas drogas los llevaban a

“alterar sus decisiones” y a mantener relaciones sexuales “de las cuales luego se arrepentían”.

Otro problema asociado es el suicidio. En el año 2000, jóvenes de 12 a 17 años de edad que dijeron haber bebido alcohol en el último año presentaron el doble de probabilidad de estar en riesgo de suicidio (19.6 %) que aquellos que no habían bebido durante este periodo (8.6 %) (NHSDA, 2002).

Una tercera conducta de riesgo son los accidentes vehiculares. En Colombia, los accidentes vehiculares no son ocasionados únicamente por quien conduce, sino también por la irresponsabilidad de algunas personas que no cumplen las normas peatonales; en este caso el joven que se encuentra en estado de embriaguez puede ser la víctima perfecta para ser arrollado por algún vehículo.

#### **D. Consecuencias Sociales.**

Tal vez las consecuencias sociales más importantes en jóvenes consumidores, es que tienen mayores probabilidades que otros de participar o ser víctimas de crímenes violentos, como abuso sexual, asalto agravado, robos en estado de embriaguez. Según Pérez (2007) el rechazo y el aislamiento que se le hace al consumidor (señalamiento negativo por parte de la familia y la sociedad, la desconfianza, agresiones con alto nivel de conflicto y hostilidad), son las principales características del consumo de alcohol y otras drogas. Esto, en últimas, destaca la existencia de consecuencias negativas no sólo para el mismo adolescente y su familia, sino para la sociedad en general.