

No ahogues tu vida en una copa de alcohol

Publicado el Martes, 05 Abril 2016 ISSN 1681-9969 Santiago de Cuba

Escrito por **Odette Elena Ramos Colás**



alcohol juventud

Desde tiempos remotos el ser humano aprendió a fermentar granos y destilar jugos para obtener sustancias que le provocaban un estado especial. Vinos, cervezas, rones, entre otros, forman parte de nuestros ritos sociales, culturales y religiosos hace miles de años.

Las bebidas con base alcohólica por su fácil acceso y poderosa propaganda, se han convertido en un verdadero problema en casi todos los países y en las diferentes edades a partir de la adolescencia. El alcohol es una de las drogas más consumidas en el mundo pues no son pocas las personas que acompañan sus actividades festivas y cotidianas con esta sustancia.

Estudios científicos han demostrado que esta es adictiva para todas las personas sin excepción, pero cuando el consumo se inicia en la adolescencia, el peligro aumenta por lo menos cinco veces. Los adolescentes que consumen alcohol están expuestos a iniciar tempranamente su actividad sexual, situación que los expone a mayores riesgos de infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados.

En Santiago de Cuba, según comentó la licenciada en psicología Milena Gutiérrez Martínez, miembro del grupo de psicoterapia del policlínico Armando García, las edades de los ingresos por alcoholismo van disminuyendo progresivamente.

Son varias las causas por las cuales la mayoría de los jóvenes se inicia en el consumo de bebidas alcohólicas: para sentirse bien y divertirse; para descansar y olvidar el estrés; para “escapar” de la realidad; para estar supuestamente más a gusto en reuniones o fiestas; para ser parte de un grupo; o sencillamente para tener la experiencia de emborracharse.

Todo esto tiene que ver con las características propias de la etapa de la vida en que estos se encuentran, de búsqueda de la identidad, de impulsividad y rebeldía; a lo que se suma la creencia popular de que el alcohol es un estimulante.

Ahora bien, no se confunda, el alcohol es un depresor; lo que sucede es que su efecto inicial mejora el estado de ánimo, desinhibe, nos hace más sociables y hasta cariñosos... pero luego, inevitablemente lleva a la depresión.

El alcoholismo es una enfermedad que no se cura, y las personas afectadas pueden seguir patrones muy diferentes de comportamiento, existiendo tanto alcohólicos que consumen a diario, como otros que beben semanalmente, o sin una periodicidad fija.

El consumo excesivo y prolongado de esta sustancia va obligando al organismo a necesitar o requerir cantidades cada vez más crecientes para sentir los mismos efectos. Esta "tolerancia", en algún momento llega a un límite en el que se invierte, y entonces el cuerpo comienza a asimilar menos el alcohol.

Hasta donde ha podido determinarse, ningún alcohólico ha dejado de serlo. Abstenerse de beber durante meses o años, no es suficiente para que un enfermo pueda volver a ingerir este tipo de líquidos "normalmente". Una vez que la persona traspasa la frontera entre beber mucho y de forma irresponsable, no puede volver atrás.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) el alcoholismo es "una enfermedad incurable, progresiva y mortal por consecuencia". Sin embargo, lo peor es que no solo afecta al adicto sino también la vida de todo aquel que se encuentra a su alrededor.

Las personas alcohólicas suelen ser rechazadas, se vuelven solitarias, quedan arruinados económicamente, pierden sus hábitos higiénicos; en ellos aumenta la violencia, y causan mucho dolor a la familia y a ellos mismos.

Por otro lado, aumentan los riesgos de padecer cánceres como el de páncreas, garganta, laringe..., puede causar daño en el hígado, en el cerebro y otros órganos; ocasiona impotencia sexual en los hombres; durante el embarazo puede dañar al bebé; se asocia igualmente con el

envejecimiento prematuro; también aumenta el riesgo de muerte por accidentes de tránsito, lesiones, homicidio y suicidio.

Por eso resulta imprescindible el papel de la familia en el apoyo y la rehabilitación del paciente. En muchas ocasiones la familia percibe el problema ya cuando lo está sufriendo en su dinámica interna como sistema social. Sin embargo, en general la persona no es consciente de que tiene un problema y se niega al ingreso.

Esto nos lleva a una situación muy peculiar de esta enfermedad: que no puede ser detenida si el enfermo no tiene la disposición total de ser ayudado. Es así, que la voluntad, el compromiso, las ganas de salir adelante, y el sustento de los seres queridos, son innegables para que un adicto pueda recuperarse.