

Normalización del consumo de alcohol como factor de riesgo

Trabajo Fin de Grado en Trabajo Social

Autora: Daisy Ruth Aguilera Pérez.
Tutora: María Berta Puyol Lerga.
Julio de 2019.

Resumen: En España el consumo de alcohol es una costumbre que se realiza tanto durante la comida, como para celebrar acontecimientos importantes y en reuniones sociales. Un hábito que lleva a banalizar su ingesta tanto es así que se podría llegar a considerar un factor de riesgo a la hora de consumir y crear una dependencia del alcohol. Y este es el principal objetivo de este trabajo, averiguar si la normalización existe, si es un factor de riesgo y si los jóvenes están siguiendo estas costumbres que ya tenemos asimiladas como parte de nuestra cultura, si sus hábitos de consumo están cambiando y si también lo asumen como algo habitual.

Para esto se han buscado y analizado varios artículos y publicaciones relacionadas con este tema que nos han ayudado a esclarecerlo o al menos a entender mejor los hábitos de consumo de la población española y que concepción tienen de esta sustancia.

Palabras clave: Alcohol, normalización, jóvenes, patrones de consumo, factor de riesgo, España, consumo de alcohol.

Abstract: In Spain, the consumption of alcohol is customary eating meals, celebrating important events and in social gatherings. It is a habit that has led to banning alcohol consumption. This could make it considered a risk factor for alcohol consumption and dependence. The main objective of this work is to find out if standardization exists, if it is a risk factor and if young people are following the customs we have already assimilated as part of our culture, if their consumption habits are changing and if they also believe it normal.

For this, several articles and publications related to this subject have been searched and analyzed, that have helped us clarify this subject and to better understand the consumption habits of the Spanish and what conception do they have of the substance.

Keywords: Alcohol, standardization, young people, consuming patterns, risk factor, Spain, consumption of alcohol.

Índice

Introducción.....	1
1. Antecedentes teóricos.....	2
1.1. Alcohol.....	2
1.1.1. Consumo de riesgo.....	3
1.1.2. Consecuencias del consumo de alcohol.....	4
1.2. Factores de riesgo.....	5
1.3. Factores de protección.....	8
1.4. Normalización como factor de riesgo.....	9
2. Objetivos.....	11
2.1. Objetivo general.....	11
2.2. Objetivos específicos.....	11
3. Método.....	11
4. Resultados.....	12
4.1. El consumo de alcohol como parte de nuestra cultura.....	15
4.2. Los hábitos de consumo de los jóvenes.....	17
5. Discusión.....	20
6. Conclusiones.....	23
Referencias bibliográficas.....	25

Introducción

En nuestro país no es extraño ver a la gente beber alcohol, sea el día que sea, estén en un lugar público o en su casa, se esté celebrando algún evento o durante una comida, haya menores delante o que todos sean adultos.

Ya que como bien explica Rodríguez-Matos (2007), España es un país con una gran cultura vinícola, y el consumo de las bebidas fermentadas es muy común en nuestra sociedad.

Esta observación hace que nos planteemos que efecto tiene este patrón de consumo generalizado sobre el futuro consumo de las siguientes generaciones, o si a nuestra propia generación la ha afectado ver este tipo de consumo para desarrollar el nuestro propio.

También nos cuestionamos si el alcohol está integrado en nuestra cotidianeidad y percibimos su consumo como algo normal y, esto a su vez, no hace minimizar el efecto, los riesgos, las consecuencias y los daños que su consumo puede ocasionar. A la vez que no somos conscientes de en que punto estamos realizando un consumo altamente peligroso para nuestra integridad.

Redondo (2016) habla sobre como beber alcohol se ve como algo normal en la sociedad beber alcohol, aunque aún seas un adolescente, llegando incluso a considerarse un rito de paso a la adolescencia.

Mientras Pascual (2002) expone el problema del policonsumo, habitual entre los jóvenes, ya que tanto los jóvenes como su entorno consideran normal consumir alcohol estos empiezan a experimentar con otro tipo de sustancias, y estas son las que preocupan a los adultos, restándole importancia a las consecuencias del consumo de alcohol.

Los cambios en los patrones de consumo también son destacables, ya que a lo largo de las últimas décadas han ido variando, como bien explica Sánchez (2002), a partir de los años 80 y 90 con la incorporación al consumo de alcohol de las mujeres y los jóvenes, que anteriormente no podían consumir, los patrones de consumo han variado así como la incorporación de nuevas drogas que han hecho que el alcohol se consumo como parte de la diversión.

Por todo esto, es por lo que se realiza esta revisión bibliográfica, para saber que se conoce y que se ha estudiado sobre este tema, si este patrón de consumo generalizado en nuestro país está empezando a variar y ha mejorado o por el contrario ha empeorado y si esta tradicionalidad de beber alcohol se ha mantenido igual y si, a su vez, se puede considerar peligrosa la concepción que tenemos sobre esta sustancia.

En esta revisión bibliográfica se habla sobre esto y se analiza lo escrito sobre ello y que han dicho otros autores sobre este patrón de consumo, como lo perciben ellos y que conclusiones podemos sacar de sus impresiones.

El presente documento cuenta con una parte en la que se explican los conceptos necesarios para el análisis, así como referencias a autores que han hablado sobre el tema y que nos ayudarán a llegar a las conclusiones expuestas en último lugar. Posterior a los conceptos y al análisis de publicaciones, se habla sobre los objetivos con los que se realiza

este trabajo y la forma en la que se ha realizado y los resultados obtenidos del análisis de los artículos estudiados.

1. Antecedentes teóricos

Se necesita tener conocimiento de ciertos términos y saber que es lo que se habla sobre ellos para poder analizar en profundidad nuestro tema principal y conocer los análisis y conclusiones de otros autores para valorar si nuestras hipótesis son ciertas.

1.1. Alcohol

Según el Plan Nacional sobre Drogas (2019) el alcohol, también llamado Etanol o alcohol etílico, es una droga depresora del Sistema Nervioso Central, afecta al autocontrol produciendo euforia y desinhibición.

Las bebidas alcohólicas tienen diferentes grados de concentración etílica dependiendo de como sean elaboradas:

- Fermentadas: bebidas naturales elaboradas mediante la fermentación de alimentos. A este grupo pertenecen el vino, la cerveza y la sidra.
- Destiladas: bebidas obtenidas mediante la destilación las bebidas fermentadas, por maceración en alcohol etílico o la adición de aromas, azúcares o edulcorantes para obtener mayor concentración de alcohol. A este grupo pertenecen el whisky, el ron, la ginebra o el vodka.

Según Echeburúa (1996 citado en Becoña, 2002. P.27), “la fermentación da lugar a una bebida que contiene entre el 14% y el 15%, mientras que con la destilación se obtienen mayores concentraciones.”

El alcohol es soluble tanto en medios grasos como líquidos, lo que le permite atravesar fácilmente las paredes del estómago y ser rápidamente absorbido y distribuido por el sistema circulatorio a los tejidos, incluido al cerebro. Hunt (1993 citado en Becoña, 2002).

Blum (1973 citado en Redondo, 2016, p.6), cuenta que “el alcohol es la primera droga de la que los textos históricos han hecho referencia en términos de abuso varios miles de años antes de Cristo”.

El autor anteriormente mencionado también explica como el alcohol siempre ha formado parte de los rituales sociales, desde que se descubrió el proceso de fermentación y también tiene una antigua relación con ritos religiosos, sobre todo en los pueblos mediterráneos.

Sin embargo, no es hasta el siglo XIX cuando se empieza a hablar del consumo de alcohol como un problema social y los primeros que comienzan a abordar este tema son entidades religiosas, y no es hasta el siglo XX que se comienza a tratar el problema desde un punto de vista más objetivo. Redondo (2016).

En lo que respecta al consumo de alcohol, Pérez (2012, p.20) dice que “el alcohol ha sido, es y seguirá siendo la primera sustancia adictiva en nuestro país, tanto en consumo habitual como a nivel social y su consumo está ampliamente extendido, tanto que hasta ha llegado a formar parte de nuestra cultura”.

1.1.1. Consumo de riesgo

Según Gunzerath y cols. (2004 citado en Guardia y otros, 2007, p.22), el consumo de riesgo es “aquel que supera los límites de consumo moderado (o prudente) y que aumenta el riesgo de sufrir enfermedades, accidentes, lesiones o enfermedades mentales o del comportamiento”.

Esto se podría definir como *abuso*, que según Becoña (2002, p.44) “se da cuando hay un uso continuado a pesar de las consecuencias negativas del mismo”.

Beber hasta la embriaguez deteriora la capacidad de razonamiento, la toma de decisiones y el autocontrol. En este estado se produce una desinhibición sexual y de impulsos agresivos que puede llevar a discusiones, peleas, agresiones y relaciones sexuales no planificadas o abuso sexual del cual se puede ser tanto la víctima como el agresor, a parte el deterioro motor puede ser el causante de accidentes y lesiones, tanto en la calle como en el trabajo o el propio hogar, como explican Del Río y cols. (2002); Gómez y cols. (2002); Perea Ayuso y cols. (2004), citados en Guardia y otros (2007).

Guardia y otros (2007) define el consumo ocasional de riesgo como personas que normalmente no toman alcohol o lo hacen de forma muy moderada y a veces toman mucha cantidad en muy pocas horas.

La OMS (2010), explica que el consumo perjudicial es el que ya ha afectado a la salud física. En este caso habría que reducir el consumo de alcohol, a no ser que se esté en la etapa del alcoholismo, en cuyo caso habría que cortar totalmente cualquier tipo de ingesta de alcohol.

Pereiro y Fernández (2018, p.79), señalan que el DSM-5, explican que “el modelo problemático de consumo es el que provoca deterioro o malestar clínicamente significativo y manifiesta al menos 2 de los siguientes hechos en un plazo de 12 meses:

- Consumir alcohol con frecuencia en cantidades superiores o durante un tiempo más prolongado del previsto.
- Deseos persistentes o esfuerzos fracasados de abandonar o reducir el consumo de alcohol.
- Invertir mucho tiempo en actividades necesarias para conseguir alcohol, consumirlo o recuperarse de sus efectos.
- Ansias, poderoso deseo o necesidad de consumir alcohol.
- Consumo recurrente de alcohol que lleva al incumplimiento de deberes fundamentales (escuela, trabajo u hogar).
- Consumo reiterado de alcohol a pesar de conllevar problemas sociales o interpersonales continuados, provocados o exacerbados por el consumo de alcohol.

- Provoca el abandono o la reducción de importantes actividades sociales, profesionales o de ocio.
- Consumo recurrente en situaciones en las que provoca un riesgo físico.
- Continuar con el consumo a pesar de sufrir un dolor físico o psicológico persistente o recurrente probablemente causado o exacerbado por el consumo.
- Tolerancia: necesidad de consumir cantidades cada vez mayores para conseguir la intoxicación o el efecto deseado; efecto notablemente reducido tras el consumo continuado de la misma cantidad.
- Abstinencia: presencia del síndrome de abstinencia; se consume alcohol o alguna sustancia similar para aliviar o evitar los síntomas de la abstinencia.

La gravedad viene definida por el número de criterios que se cumple: Leve (2-3), moderado (4-5) y grave (6 o más)”.

Becoña (2002) señala también estos criterios y añade que los síntomas no cumplen los criterios para la dependencia de sustancias.

1.1.2. Consecuencias del consumo de alcohol

Las consecuencias del consumo de alcohol varían dependiendo de varios factores, según Pascual y Guardia (2012), que serían los efectos directos bioquímicos, la intoxicación por alcohol y la dependencia.

Los efectos bioquímicos pueden influir en enfermedades crónicas o agudas con consecuencias negativas y positivas como la reducción de riesgo cardiovascular consumiendo dosis bajas, o con dosis muy altas, el riesgo de cirrosis hepática como factor negativo.

La intoxicación es un estado de alteración funcional de las capacidades psicológicas y motoras producida por el alcohol en el organismo y depende de la dosis consumida. El consumo intenso esporádico también puede tener consecuencias negativas como el riesgo de ictus.

La dependencia al alcohol es una enfermedad, que es un conjunto de síntomas cognitivos, fisiológicos y del comportamiento que indican que una persona sufre un deterioro del control sobre el consumo pero que prosigue a pesar de las consecuencias negativas. Estas personas corren un riesgo muy elevado de muerte prematura.

Los patrones de consumo también influyen en las consecuencias de consumo, ya que se puede consumir una misma cantidad de alcohol en un mismo momento a lo largo de un periodo de tiempo, solo o acompañado, y dependiendo de esto también varían las consecuencias de consumir.

Según la OMS (2019), el alcohol es el factor principal de 3.3 millones de muertes al año en todo el mundo.

Pereiro y Fernández (2018) consideran más factores que influyen en las consecuencias del consumo de alcohol: los estímulos ambientales, las expectativas del consumidor, su personalidad y la predisposición genética.

También hablan de las consecuencias de consumo, y las contemplan como físicas, neuropsiquiátricas y sociales.

- *Físicas*: Alteraciones hepáticas, pancreatitis, alteraciones gástricas, gota, osteoporosis y alteraciones endocrinas. Arritmia, muerte súbita, hipertensión, accidente cardiovascular, cardiomiopatía, neumonía, tuberculosis, alteraciones metabólicas, hematológicas y neurológicas. Psoriasis, eccema. También existe una relación causal entre el consumo de alcohol y el riesgo de sufrir un accidente, mortal o no y de padecer cáncer (de boca, esófago, laringe e hígado principalmente).
- *Neuropsiquiátricas*: Alucinaciones transitorias, celopatía, delirium tremens, amnesia y conductas suicidas.
- *Sociales*: Riesgo de maltrato familiar, separación, divorcio, bajo rendimiento, absentismo y accidentes laborales y problemas legales.

Estas consecuencias que tiene el consumo de alcohol sobre las personas, también las comparte Guardia et al. (2007).

Bajac y otros (2016, p.2), hablan específicamente de las consecuencias del consumo de esta sustancia en adolescentes que acarrear consecuencias tanto psicológicas como sociales y físicas. “Las que se producen con mayor frecuencia son: dificultad en el control de las emociones, Dvorak et al. (2014); Vinader-Caerols, Monleón y Parra (2014), agresión y peleas físicas, Giancola (2002), conducta sexual de riesgo, Cooper (2002) y nauseas resaca y vómito, Turner y Shu (2004). Además también afecta a la memoria, el aprendizaje y la atención. Thoma et al. (2011); Zeigler et al. (2005) y provoca cambios en las estructuras del cerebro y su funcionamiento, López-Caneda et al. (2014).”

1.2. Factores de riesgo

Hawkins (1985 citado en Tirado, Aguaded y Marín, 2009, p.2) define los factores de riesgo como “cualquier circunstancia o evento de naturaleza biológica, psicológica o social, cuya presencia o ausencia modifica la probabilidad de que se presente un problema determinado en una persona o comunidad”. También señalan la concepción de Clayton (1992 citado en Tirado, Aguaded y Marín, 2009, p.2) sobre este término “un atributo y/o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que incrementa la probabilidad de uso y/o abuso de drogas (inicio) o una transición en el nivel de implicación con las mismas (mantenimiento).”

Becoña (2002, p.190) señala que existen varios supuestos que caracterizan la investigación de los factores de riesgo y protección que son: “1. Un simple factor de riesgo puede tener múltiples resultados, 2. Varios factores de riesgo o de protección pueden tener un impacto en un simple resultado, 3. El abuso de drogas puede tener efectos importantes en los factores de riesgo y de protección, y 4. La relación entre los factores de riesgo y de protección entre sí y las transiciones hacia el abuso de drogas pueden estar influidas de manera significativa por las normas relacionadas con la edad.”

Un factor de riesgo sería una asociación entre un sujeto y un resultado, que se puede evaluar antes de que se haya producido el resultado o utilizarse para dividir la población entre subgrupos de alto y bajo riesgo, según lo dicho por Offord y Kraemer (2000 citado en Becoña, 2002).

Al principio, los planteamientos sobre factores de riesgo eran unilaterales, centrados principalmente, en factores individuales. En las últimas décadas la mayor parte de las investigaciones han asumido la perspectiva multicausal y han tratado de esclarecer los factores que resultan más relevantes en la explicación del consumo.

Offord y Kraemer (2000 citado en Becoña, 2002, p.190) distinguen tres tipos de riesgo: “El factor de riesgo que no puede cambiarse sería el marcador fijo, como el sexo, la fecha de nacimiento, etc. Cuando un factor de riesgo puede cambiar espontáneamente dentro del sujeto o como resultado de una intervención se habla de factor de riesgo variable. Cuando un factor de riesgo puede ser manipulable y cuando dicha manipulación cambia la probabilidad del resultado, esta se llama el factor de riesgo causal. Pero, además, cuando encontremos que un factor de riesgo es significativo, no debemos olvidar si es de relevancia clínica o social. No es lo mismo la significación estadística que la relevancia clínica o social de los mismos.”

Clayton (1992 citado en Becoña, 2002, p. 191) dice que existen varios principios generales que se deben tener en cuenta cuando hablamos de factores de riesgo y que son 5: “1. Los factores de riesgo pueden estar presentes o no en un caso concreto. Cuando un factor de riesgo está presente es más probable que la persona use o abuse de las drogas que cuando no lo está. 2. La presencia de un solo factor de riesgo no es garantía para que vaya a producirse el abuso de drogas y, por el contrario, la ausencia del mismo no garantiza que el abuso no se produzca. 3. El número de factores de riesgo está directamente relacionado con la probabilidad del abuso de drogas, aunque este efecto aditivo puede atenuarse según la naturaleza, contenido y número de factores de riesgo implicados. 4. La mayoría de factores de riesgo y de protección tienen múltiples dimensiones medibles y cada uno de ellos influye de forma independiente y global en el abuso de drogas. Y, 5. Las intervenciones directas son posibles en el caso de algunos de los factores de riesgo detectados y pueden tener como resultado la eliminación o la reducción de los mismos, disminuyendo la probabilidad del abuso de sustancias. Por el contrario, en el caso de otros factores de riesgo, la intervención directa, no es posible, siendo el objetivo principal atenuar su influencia y, así, reducir al máximo las posibilidades de que estos factores lleven al consumo de drogas.”

Los factores de riesgo del consumo de drogas se pueden dividir de la siguiente manera:

- *Individual*: Aquí entran las características internas del individuo, a su forma de ser, sentirse y comportarse; rebeldía, amigos que se involucran en problemas, actitudes favorables hacia los problemas, iniciación temprana en las conductas problemáticas, relaciones negativas con los adultos, predisposición a buscar riesgos o a la impulsividad, edad, personalidad, habilidades sociales, actitudes, valores, creencias y autoestima, también influye la experiencia directa que el individuo haya tenido con la

sustancia. (el CSAP, 2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004). En este apartado Becoña (2002) es mucho más explícito y lo divide en varios subapartados que serían: 1. Factores genéticos: aquí entra la predisposición o vulnerabilidad biológica (la cuál ha sido ampliamente estudiada, sobre todo en el caso del alcoholismo). 2. Factores biológicos: los dos factores más relacionados son el sexo y la edad. 3. Factores constitucionales: como son por ejemplo los dolores o las enfermedades crónicas. 4. Factores psicológicos y conductuales: psicopatologías, trastornos de conducta, problemas de salud mental, conducta antisocial, alienación, rebeldía, agresividad, consumo temprano de drogas, consecuencia del abuso físico, sexual o emocional, actitudes favorables hacia el consumo de drogas, ausencia de valores ético-morales. 5. Rasgos de personalidad: búsqueda de sensaciones.

- *Compañeros e iguales*: Forman parte, según datos del CSAP (2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004), la asociación con iguales que consumen o valoran las sustancias ilegales, susceptibilidad a la presión negativa de los iguales, adaptarse al mundo social, el poder adquisitivo, manejar el tiempo de ocio, dependencia del grupo y salida nocturna de fin de semana. Becoña (2002) también añade la delincuencia temprana, la conducta antisocial y el rechazo por parte de los iguales.
- *Familia*: Es el contexto portador y transmisor de los valores y creencias que tiene el individuo según explica Ferrer et al. (1991 citado en Tirado, Aguaded y Marín, 2009). Dentro de esta dimensión podemos encontrar una historia familiar de conductas de alto riesgo, problemas de manejo de la familia, conflicto familiar y actitudes parentales e implicación en la conducta problemática, que son los que nombran los datos del CSAP (2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004). Becoña (2002) amplía la información añadiendo a los hermanos, sobre todo mayores, que consuman alcohol y drogas, aspiraciones educativas bajas para los hijos, bajo apego en la familia
- *Escuela*: Según nombra el CSAP (2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004) la temprana y persistente conducta antisocial, fracaso académico desde la escuela elemental y bajo apego a la escuela, serían factores importantes de este apartado. Becoña (2002) también destaca bajo rendimiento escolar y el tipo y tamaño de la escuela.
- *Comunidad*: Está formado por la disponibilidad de drogas, leyes y comunitarias favorables al consumo, deprivación económica y social extremas, transición y movilidad y bajo apego al vecindario y desorganización comunitaria, según explica el CSAP (2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004). Becoña (2002) también habla de los cambios y movilidad de lugar, creencias de la comunidad favorable a las drogas y la percepción social del riesgo de casa sustancia.
- *Sociedad*: Contempla el empobrecimiento, desempleo y/o empleo precario, discriminación y mensaje pro-uso de drogas en los medios de comunicación. (el CSAP, 2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004).

1.3. Factores de protección

También es conveniente explicar que, igual que existen factores de riesgo, también existen factores de protección, que, también según Hawkins (1985 citado en Tirado, Aguaded y Marín, 2009, p.2), “son factores psicológicos o sociales que modifican la acción de un factor de riesgo para desestimular o evitar la aparición de la problemática. O son los recursos personales o sociales que atenúan o neutralizan el impacto del riesgo”. Clayton (1992 citado en Tirado, Aguaded y Marín, 2009, p.2), también los define como “un atributo o característica individual, condición situacional y/o contexto ambiental que inhibe, reduce o atenúa la probabilidad de uso y/o abuso de drogas o la transición en el nivel de implicación con las mismas”.

Como bien dice Becoña (2002), estos factores están menos estudiados que los de riesgo, aunque poco a poco se ha ido profundizando en ellos.

Los factores de protección en el consumo de drogas, también se pueden dividir de la siguiente manera:

- *Individual:* Está formado por las oportunidades para la implicación prosocial, refuerzo/reconocimiento por la implicación prosocial, creencias saludables y claros estándares de conducta, sentido positivo de uno mismo, actitudes negativas hacia las drogas, relaciones positivas con los adultos y valoración personal. (el CSAP, 2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004). Becoña (2002) también nombra la afiliación religiosa, aspiraciones para el futuro y la resiliencia.
- *Compañeros e iguales:* Ayudan a la protección del consumo la asociación con iguales que están implicados en actividades organizadas en la escuela, recreativas, de ayuda, etc., resistencia a la presión y poco influenciado. Se considera el factor más influyente a la hora de explicar el consumo de drogas, tanto para bien como para mal, esto lo explica el CSAP (2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004). Pollard et al. (1997 citado en Becoña, 2002) al decir que otro factor importante es el apego a iguales que no consumen y que comparten metas, ya que facilita el apoyo emocional y una mayor estabilidad.
- *Familia:* Según explica Becoña (2002), en este caso, todo lo contrario de los factores de riesgo en la familia, protege a las personas de no consumir, de no implicarse en conductas problemáticas y de conseguir una mejor estabilidad emocional y un adecuado desarrollo, para crecer de un modo adecuado. Favorece el apego, creencias saludables y claros estándares de conducta, altas expectativas parentales, sentido de confianza básico y dinámica familiar positiva (el CSAP, 2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004). La familia es el contexto portador y transmisor de las creencias y valores (Ferrer et. al. 1991 citado en Tirado, Aguaded y Marín, 2009).
- *Escuela:* Las oportunidades para la implicación prosocial, refuerzo reconocimiento para la implicación prosocial, creencias saludables y claros estándares de conducta, cuidado y apoyo de los profesores y del personal del centro, clima instruccional positivo y la participación en actividades extraescolares y complementarias, son factores destacables para el CSAP (2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero,

2004). Becoña (2002) también destaca en este factor de protección la necesidad de una escuela de calidad.

- *Comunidad:* Forman parte de esta dimensión, el CSAP (2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004), las oportunidades para participar como un miembro activo de la comunidad, descenso de la accesibilidad a la sustancia, normas culturales que proporcionan altas expectativas para los jóvenes, redes sociales y sistemas de apoyo dentro de la comunidad. Kumpfer et al. (1998 citado por Becoña, 2002), también incluye los sistemas de apoyo externo positivos, el apoyo y recursos formales e informales de la familia, las normas, creencias y estándares conductuales contra el uso de drogas. Según dicen estos autores, la ventaja de estos factores de protección es que, a su vez sirven de factores para prevenir o reducir el riesgo de pobreza, la baja educación y los conflictos familiares.
- *Sociedad:* Mensajes de los medios de resistencia al uso de drogas, descenso de la accesibilidad, incremento del precio por medio de los impuestos, aumentar la edad de acceso y compra y leyes estrictas para la conducción bajo el consumo de drogas. (el CSAP, 2001 citado por Becoña, 2002 citado por Acero, 2004)

1.4. Normalización como factor de riesgo

La RAE define *normalización* como “acción y efecto de normalizar” y *normalizar* como “1. Regularizar o poner en orden lo que no lo estaba. 2. Hacer que algo se establezca en la normalidad. 3. Tipificar. (ajustar a un tipo o norma).”

Aclarado esto se puede entender la normalización del consumo de alcohol como consolidar en lo habitual consumirlo, ver su uso como algo estandarizado.

Entendiendo esto y en su referencia Rodríguez-Martos (2007) comenta como el consumo de bebidas fermentadas, sobre todo el vino, forma parte de la cultura mediterránea y se tiende a minimizar sus consecuencias negativas y a culpar de las mismas al individuo por “no saber beber”.

A parte, como bien explica Rodríguez-Martos (2007), muchas veces, tenemos un entorno favorecedor de consumo de riesgo y exceso ya que se asocia al ocio y los estilos de vida juveniles, como “ir de marcha” cuyo eje es el consumo de alcohol. Los menores de edad se van sumando a esta dinámica.

Con el creciente consumo de alcohol de los jóvenes, las molestias llegadas por el “botellón” y las muertes y lesiones por accidentes de tráfico bajo los efectos del alcohol, hicieron que el alcohol apareciera en política, según lo que expone Rodríguez-Martos (2007).

Rodríguez-Martos (2007) también indica que en 2002 y 2006 se rechazaron dos proyectos de ley para regular el consumo de alcohol al chocar, sobre todo, con el sector alcoholero y en la población caló más hondo la concepción del conductor sobrio o la creación de zonas para los botellones y la inclusión de más medios de transporte público para llegar a esas zonas antes que controlar el acceso y el consumo del alcohol.

La buena imagen del alcohol y su fácil acceso sumado a su asociación a la fiesta, el ocio nocturno, el éxito social y sexual y a la diversión, a los que no beben se les consideran sosos y aburridos, ayuda a su consumo mayor y a la percepción positiva del mismo, tanto para adultos como para menores, de acuerdo a lo que presenta Rodríguez-Martos (2007).

Según Galán, González y Valencia-Martín (2014) existen diferentes patrones de consumo, tradicionalmente el mundo se ha dividido en dos regiones con elevado o bajo consumo de alcohol, denominando “wet cultures” que son países que tienen el consumo de alcohol integrado en su vida cotidiana, regularmente acompañando las comidas, con las bebidas alcohólicas accesibles y pocas personas abstemias y es característico de países mediterráneos. Por otro lado está el “dry cultures” donde el consumo de alcohol no está integrado en la vida diaria, tiene un acceso restrictivo y las tasas de abstinencia son superiores, sin embargo, cuando se consume alcohol es más probable la intoxicación. Pero, poco a poco han ido cambiando y el tipo de consumo y las bebidas se han ido homogeneizando y se han creado nuevas formas de consumo.

España se puede considerar que esta en esta situación de transición, a pesar de que los patrones de consumo son menos peligrosos que en otros países, cada vez es más común el consumo excesivo en la población adulta y el número de intoxicaciones en jóvenes continúa aumentando, también exponen Galán, González y Valencia-Martín (2014).

Según Arbesu, y otros (2016) el 90% de los trastornos relacionados con el consumo de alcohol no se diagnostican y no reciben el tratamiento necesario, ya que en una nación como España, donde el consumo de alcohol es algo cultural, es difícil que una persona pida ayuda por un problema relacionado con el consumo de alcohol, pues normalmente su consumo se ve como algo no problemático, sin llegar a relacionar patologías orgánicas o alteraciones del carácter con el propio consumo de bebidas alcohólicas. Por esto solo se pide ayuda en casos muy graves y evidentes.

Según Tortosa (2010), a esto hay que añadirle el poco control que se tiene de la publicidad en cuanto a alcohol, en España está regulada la publicidad de alcohol dirigido a menores y de las bebidas de alta graduación de alcohol, pero esto no controla la publicidad de bebidas como la cerveza y el vino o el champán, al igual que las vallas publicitarias y su consumo en series y películas que dan por la televisión.

Redondo (2016) considera esta normalización del consumo de alcohol en España como un factor de riesgo para el consumo con respecto a los adolescentes, ya que se han criado en esta cultura de consumo y acaba surgiendo una conducta imitativa de este acto, hasta el punto de que se acaba viendo como un rito de socialización por el que hay que pasar sin tener en cuenta los riesgos reales que acarrea su consumo.

2. Objetivos

2.1. Objetivo general.

Conocer si la normalización sobre el consumo de alcohol existe en nuestro país y si es un factor de riesgo para la dependencia del mismo.

2.2. Objetivos específicos.

- Conocer el alcance que tiene la normalización del consumo de alcohol.
- Ver como los jóvenes perciben el consumo de alcohol.
- Examinar si la sociedad española normaliza el consumo de alcohol.

3. Método

Para la realización de esta revisión se utilizó la búsqueda de publicaciones en la zona web de Dialnet, donde existen publicaciones científicas sobre numerosos temas; y también en la página web del Plan Nacional Sobre Drogas. Se emplearon para esta búsqueda los términos “alcohol”, “consumo de alcohol en España”, “normalización”, “factores de riesgo”, “factores de protección”, “patrones de consumo de alcohol”, “percepción del consumo de alcohol”.

También se pidió bibliografía al Buzón de Contacto del Centro de Documentación del Plan Nacional sobre Drogas, quienes enviaron 23 reseñas relacionadas con el tema, de las cuales se eligieron 3.

La búsqueda se limita a los artículos publicados entre el año 2000 y el 2019, centrándose en los publicados en español y sobre España.

En total se han leído 32 artículos sobre este tema, pero se han utilizado 19 para la realización de esta revisión, ya que son los que disponen de información útil y relevante.

Para elegir esos 19 artículos utilizados se han leído los 32 encontrados sobre el tema y se han elegido los que más información tenían y no la repetían y a la vez eran los que más datos útiles contenían para la investigación como la explicación de conceptos y teorías o resultados de investigaciones que aportaban buen contenido e información nueva y actualizada.

A parte de la lectura de artículos, también se ha conseguido información directamente en las páginas web del Plan Nacional Sobre Drogas, en la de la Organización Mundial de la salud y en la Real Academia de la Lengua Española, lo que en total suman 22 referencias bibliográficas.

De los artículos y publicaciones elegidos se han utilizado 3 artículos de investigación, 1 artículo de intervención, 1 tesis, 8 guías o manuales, ya sea para el tratamiento del alcoholismo o para la prevención del mismo realizadas tanto por instituciones públicas como por asociaciones ajenas a este; 5 revisiones bibliográficas y 1 encuesta gubernamental.

4. Resultados

A lo largo de todos los documentos, se han encontrado publicaciones que confirman la hipótesis de que la normalización del consumo de alcohol existe en nuestro país, ya que al estar integrada en la cultura se ve su consumo como algo normal, tan habitual que no parece reseñable en la sociedad, ya que es una actividad que se realiza de forma tradicional sin reparar en sus consecuencias.

Por otro lado, considerar esta normalización del consumo de alcohol como un factor de riesgo en España también es plausible, ya que en las publicaciones se habla de como este consumo habitual afecta a la hora de la percepción del consumo que tienen los jóvenes sobre el alcohol y sus consecuencias y como la sociedad, en su mayoría, no ve con malos ojos que estos jóvenes consuman alcohol a edades tempranas, sino que lo ven como algo normal y que no es preocupante hasta que se desarrolla una patología.

Los 19 artículos utilizados para esta revisión tratan la problemática del consumo de alcohol, sus consecuencias y los factores que pueden llevar a un consumo problemático, sobre todo en los jóvenes.

Tabla1: principales características de los artículos con lo que se ha trabajado.

<i>Autores</i>	<i>Año publicación</i>	<i>Tipo de publicación</i>	<i>Temática central de la publicación</i>	<i>Temática de interés para esta revisión</i>
Acero, A.	2004	Guía/ manual	Prevención del consumo de alcohol	Factores de riesgo y protección del consumo de alcohol
Bajac, H. et al.	2016	Intervención	Percepción del riesgo del consumo de alcohol en adolescentes	Consecuencias del consumo de alcohol
Becoña, E.	2002	Guía/ manual	Prevención de consumo de alcohol	Factores de riesgo y protección

Espada, J.P., Pereira, J.R. y García- Fernández, J.M.	2008	Investigación	Influencia para el consumo de alcohol en adolescentes	Normalización del consumo de alcohol y consumo de alcohol en jóvenes
Galán, I., González, M.J., y Valencia- Martín J.L.	2014	Revisión bibliográfica	Patrones de consumo de alcohol	Normalización del consumo de alcohol y consecuencias del consumo de alcohol en España
Guardia, J. (Coord.)	2007	Guía/ manual	Intervención en alcoholismo	Consumo de riesgo y consecuencias del consumo de alcohol
Pascual, F.	2002	Investigación	Percepción de los jóvenes sobre el alcohol	Consumo de alcohol en los jóvenes
Pascual, F. y Guardia, J. (Coords.)	2012	Guía/ manual	Diagnóstico e intervención del alcoholismo	Consecuencias del consumo de alcohol
Pereiro, C. y Fernández, J.J.	2018	Guía/ manual	Prevención e intervención del alcoholismo	Consumo de riesgo, consecuencias del consumo de alcohol
Pérez, B.	2012	Guía/ manual	Manual para el diseño de intervenciones municipales para la prevención del consumo de alcohol	Definición de alcohol
Redondo, M.	2016	Tesis Doctoral	Motivaciones de los adolescentes para consumir alcohol y tabaco	Normalización del consumo de alcohol, consumo de alcohol en jóvenes y definición de alcohol
Rodríguez- Martos, A.	2007	Revisión bibliográfica	Complicación a la hora de legislar sobre	Normalización del consumo de alcohol

			alcohol en España	
Sánchez, L.	2002	Revisión bibliográfica	Consumo alcohólico español	Normalización del consumo de alcohol y consumo de alcohol en jóvenes
Arbesu, J.A. et al.	2016	Guía/ manual	Diagnóstico e intervención en atención primaria sobre el alcoholismo	Normalización del consumo de alcohol
Tirado, R., Agueda, J.I. y Marín, I.	2009	Investigación	Factores de protección y riesgo para el consumo de alcohol en alumnos de universidad	Consumo de alcohol en jóvenes, factores de riesgo y de protección
Tortosa, V.	2010	Revisión bibliográfica	Publicidad y alcohol	Consumo de alcohol en jóvenes y normalización del consumo de riesgo
Valencia-Martín, J.L., González, M.J. y Galán, I.	2014	Revisión bibliográfica	Patrones de consumo de alcohol en España	Normalización del consumo de alcohol
Encuesta sobre el uso de drogas en Enseñanza Secundaria de España	2018	Encuesta gubernamental	Consumo de alcohol en estudiantes de ESO y bachillerato españoles	Consumo de alcohol en jóvenes
Organización Mundial de la Salud	2010	Guía/ manual	Prevención y reducción del consumo de alcohol	Consumo de alcohol de riesgo y consecuencias de su consumo

En todos estos artículos y publicaciones se trata el tema del consumo de alcohol en España, desde las 3 publicaciones que tratan los factores de riesgo y protección, desde una perspectiva amplia, que intervienen en el consumo de la población como sus consecuencias, explicadas por 6 publicaciones y como todo esto afecta al consumo que

practican los jóvenes de lo cual hablan 7 de las publicaciones; y sin olvidarnos de la normalización, la cual tratan y explican 8 de las 19 publicaciones

Se han seleccionado los artículos que hablan sobre el consumo de alcohol entre los jóvenes, los factores de riesgo para el consumo de alcohol y/o la normalización de su consumo y su instauración en la cultura nacional española. Algunos solo hablan de uno de esos temas y otros abordan varios a la vez, sobre todo el consumo de alcohol entre los jóvenes y la normalización o integración en nuestra cultura del consumo de alcohol.

También se ha incluido una publicación que solo se ha utilizado para incluir en la definición de alcohol que es la guía-manual de Pérez (2012).

Los factores de riesgo se nombran específicamente en 3 de las publicaciones y en todos coinciden en que se dividen en 6 grupos: Individuales, iguales, familia, escuela, comunidad y sociedad, algún autor como Becoña (2002) añade más información en los apartados, pero todos coinciden en que estos son los principales factores que influyen en el consumo de alcohol y en su posible adicción.

Tras la lectura y análisis de los artículos nombrados en la tabla se han logrado recabar varias variables destacables que contribuyen a la normalización del consumo de alcohol como *el consumo de alcohol como parte de nuestra cultura* y que podrían ser consecuencia de esa normalización como *los hábitos de consumo de los jóvenes*. Estas dos variables están altamente relacionadas, ya que los jóvenes crecen dentro de esta cultura y aprenden de ella a la vez que pueden cambiarla un poco y adaptarla a sus nuevas posibilidades.

4.1. El consumo de alcohol como parte de nuestra cultura

Si hay algo en lo que coinciden cuatro de los autores, es que, en España, así como en los países mediterráneos, beber alcohol forma parte de sus costumbres y tradiciones, ya sea mientras se come o para realizar una celebración, el alcohol siempre está presente, sobre todo en forma de bebidas fermentadas, principalmente el vino.

Como bien especifica Rodríguez-Martos (2007) España es un país con grandes raíces vinícolas, lo que ha propiciado su cultura alcohólica, llegando a culpar al consumidor de no saber beber para justificar las consecuencias negativas de su consumo y minimizándolas.

Lo que también facilita la continuidad de esta parte de la cultura o por lo que esta tradición provoca, dependiendo de como se interprete, es la facilidad de acceso que existe al alcohol y el bajo precio del mismo, lo que a su vez está favorecido por su gran producción y la gran aceptación social con la que cuenta, como bien explica Tortosa (2010).

Debido al reciente cambio en los hábitos de consumo de los jóvenes, algunos segmentos de la población han comenzado a pedir medidas que restrinjan o controlen la venta y consumo de esta sustancia, pero el peso de esta industria más el de las costumbres han hecho que no se haya conseguido ninguna ley de control, excepto algunas que

restringen el consumo en centros educativos y deportivos. Rodríguez-Matos (2007) nos explica como tanto en 2002 como en 2007 se presentaron 2 proyectos de ley para la prevención del abuso de alcohol y para la prevención del consumo en menores, respectivamente, pero ambos proyectos de ley se quedaron en eso, proyectos, ya que se encontraron con la ferviente oposición del sector alcoholero, que incluso pidieron que se considerara al vino como alimento y no como bebida alcohólica, y que en ambas ocasiones presagiaron una catástrofe para su sector si la ley seguía adelante. En 2007 en contra de la nueva ley que se quería presentar para la prevención en el consumo de alcohol se encontraron con el mismo problema y el sector alcoholero propuso que se invirtiera más en enseñar el consumo responsable que el no consumo.

Rodríguez-Matos (2007) pone de manifiesto el gran poder que tiene la industria alcoholera, sobre todo el sector del vino, ya que haciendo presión sobre el gobierno ha conseguido que no prosperen dos proyectos de ley e incluso pidió que el vino se considerara un alimento y no una bebida alcohólica. Esto por si solo ya debería dar una idea de hasta que punto el consumo de alcohol está normalizado e integrado en la cultura española.

Pero lo nombrado anteriormente no quiere decir que exista libre albedrío en cuanto al consumo, aunque si es cierto que la legislación es muy poco restrictiva en cuanto al consumo, pero aun así existen leyes que restringen el consumo en menores de 18 años, también el consumo en espacios deportivos y controla la publicidad de estas bebidas, ya que tienen que ser realistas y no pueden salir menores en los mismos, según lo explicado por Tortosa (2010).

Por esto, en España ha conseguido ganar las alternativas de consumo responsable como el conductor asignado o la ampliación de servicios de transporte para llegar al lugar donde se va a consumir.

Y esta gran importancia del alcohol en nuestra sociedad queda reflejado, como dice Sánchez (2002), cuando se observa en las encuestas que el 85% de la población entre 15 y 65 años ha consumido alcohol alguna vez y el 13% lo hace a diario.

A pesar todo lo mencionado anteriormente, también hay que aclarar que en los últimos años ha producido un cambio significativo en lo que respecta a los hábitos de consumo de los españoles, Galán, González y Valencia-Martín (2014) concluyen que se ha comenzado a utilizar cada vez más el *bringe drinking*, que es consumir grandes cantidades en un corto espacio de tiempo, y la cerveza ha desplazado al vino como bebida preferente.

Estos mismos autores también diferencian el consumo por sexos, ya que por norma general los hombres consumen más alcohol que las mujeres y por lo tanto sufren más las consecuencias derivadas, pero esta diferencia en el consumo puede ser producto tanto de las diferencias biológicas como por las diferencias sociales que se llevan acarreando entre ambos sexos, ya que anteriormente no estaba bien visto que una mujer bebiera, por lo cual hace menos años que las mujeres comenzaron a consumir alcohol. También hacen una diferenciación entre la clase socioeconómica, en la que se observa que las personas con una posición socioeconómica alta tienden a consumir de forma habitual, pero en

pocas cantidades, mientras que las de clase social más desfavorecida suelen ser más abstemias, pero cuando consumen lo hacen en cantidades altas.

Galán, González y Valencia-Martín (2014) también se han dado cuenta de ha habido un descenso en España del consumo de riesgo per capita de alcohol, aunque por otro lado a aumentado el “atracción” de alcohol, sobre todo en jóvenes, lo cual está comenzando a ser el principal problema en cuanto a consumo de alcohol, sobre todo al tratarse de una práctica realizada entre los jóvenes.

Por lo tanto, se puede asumir que en España se vive la *cultura del alcohol*, en el que por tradición se almuerza y se cena con una copa de vino o una caña de cerveza y las buenas noticias, y las ocasiones importantes se celebran de igual manera. Pero eso poco a poco ha ido modificándose debido al cambio en los patrones de consumo en las nuevas generaciones, que han optado por la ingesta excesiva en un corto periodo de tiempo, dejando la copa durante las comidas para las generaciones anteriores. Sobre este tema se habla en el subapartado siguiente, donde se explica como han cambiado esos hábitos de consumo y cuales son los que tienen los jóvenes actualmente.

4.2. Los hábitos de consumo de los jóvenes

Entendiendo por jóvenes desde los 13 años hasta los 23, estableciendo este baremo por ser las edades entre las que se entra en la adolescencia hasta que, por norma general, ser termina de estudiar y se comienza un estilo de vida más adulto.

Atendiendo a la Encuesta sobre el uso de drogas en Enseñanzas Secundarias en España (2018, p.11), “el alcohol es la droga más consumida por los estudiantes entre 14 y 18 años ya que el 76.9% de los encuestados había probado alguna vez en su vida el alcohol y 1 de cada 3 jóvenes en los 30 días anteriores a la encuesta”. Y la media de edad del inicio del consumo se sitúa en los 14 años. Cabe destacar que entre el 2012 y el 2018 se produjo un descenso en el consumo de alcohol en los menores de 14 años, pero un ascenso en los mayores de 15.

Por otro lado, en las últimas décadas se ha producido un cambio en los hábitos de consumo de los menores, como expone Rodríguez-Matos (2007) el consumo de los jóvenes mediante grandes cantidades en poco tiempo, como una forma de diversión, es una de las razones que ha lleva en alguna ocasión el consumo de alcohol a la agenda política, y por el momento se ha conseguido limitar las zonas de botellón a lugares donde no molesten a la población, pero sigue existiendo poco control del consumo en menores.

Este cambio en los hábitos de consumo de los jóvenes se empezó a producir en los años 90, como explica Pascual (2002) cuando se comenzó a consumir en lugares públicos y/o por diversión y principalmente los fines de semana centrándose el consumo en las bebidas destiladas mezcladas con refrescos y en cervezas.

Rodríguez-Matos (2007) comenta como este nuevo modelo de consumo en los jóvenes de beber mucho en un corto periodo de tiempo y lo que se conoce comúnmente como “botellón” es la versión española del patrón de consumo anglosajón, en el que se

consume mucho en pocas horas, al aire libre y con las bebidas compradas en tiendas y supermercados. Ante esta situación, en la que incluso se llega a realizar citaciones mediante internet para celebrar macrobotellones, los padres se preocupan sobre todo por el peligro inmediato de un accidente por la intoxicación etílica, pero no valoran los riesgos para la salud que acarrea en los jóvenes el consumo de alcohol a esa edad y en las cantidades que lo realizan, sin contar con el riesgo de crear una dependencia de la sustancia.

La misma autora expone como las esferas políticas, a raíz de las quejas vecinales debido a las consecuencias de estos botellones (ruido, vómitos, vandalismo, etc.) lo que han tratado es de crear zonas para la realización de esta actividad alejadas de las poblaciones y educar en el consumo y la conducción responsable.

Pascual (2002) manifiesta como muchos jóvenes, aunque conozcan las consecuencias del consumo, ven el alcohol como una vía para desarrollar su vida social, para divertirse, se convierten en consumidores de fines de semana y, en algunos casos, incluso combinan su consumo con el de otras sustancias lo que hace que las consecuencias sean aún más graves.

Estos jóvenes tienen la creencia de que con el consumo mejoran su vida social y a la vez experimentan con nuevas sensaciones, y terminan relacionando la diversión con el consumo ignorando los efectos secundarios.

Las relaciones de amistad que tengan los jóvenes y su ambiente familiar también influyen a la hora de realizar el consumo, ya que si su entorno consume es mucho más probable que el joven también lo haga.

Rodríguez-Matos (2007) explica como el entorno social es un factor de riesgo importante para desarrollar problemas con el consumo de alcohol y el entorno de los jóvenes, por norma general, tiene una buena aceptación del alcohol, ya que es la aceptación que tiene la sociedad española en general, sumando el concepto social que se le da en el cine, televisión y literatura crea una imagen de que el alcohol debe estar presente para que los jóvenes puedan divertirse. La imagen que se da de el alcohol en los medios de comunicación hace que los jóvenes, aunque no se de cuenta, se sienta presionado para consumir, puesto que se da a entender que es lo que tiene que hacer para ser divertido. Sobre todo, la televisión y las redes sociales son las que más influyen en los jóvenes, puesto que son los grandes consumidores de estos formatos.

Todo esto se traduce en lo que Tortosa (2010) dice que hace la industria alcoholera para incrementar sus beneficios, que es dirigirse a los jóvenes creando un nuevo sector de consumo, mediante publicidad indirecta por los medios de comunicación.

También hay que tener en cuenta que uno de los mayores factores de riesgo es el entorno cercano y los hábitos de consumo de la familia y, muy importante también, el entorno social, ya nombrado anteriormente, así lo demuestran Espada, Pereira y García-Fernández (2008) en su investigación en la que observaron que una de las mayores influencias en los adolescentes para consumir alcohol, es que su mejor amigo beba y también si tienen un hermano mayor y unos padres que también consumen. Estos son los principales modelos de referencia de los jóvenes. Aunque su percepción del alcohol varía

dependiendo de quien consuma, si los que consumen son los padres la percepción de peligro respecto al alcohol depende de otros factores, pero si quienes consumen son el mejor amigo o hermano mayor se tiene a tener una opinión positiva de su consumo y tienden a creer que la proporción de personas que consumen es mayor de lo que en realidad es.

Estos hábitos de consumo varían un poco cuando se pasa a la etapa universitaria, siguen siendo jóvenes y que estén en la universidad no implicar un nivel madurativo superior pero como exponen Tirado, Aguaded y Marín (2009) sus hábitos dependen de distintos factores, como el nivel de consumo en el ambiente universitario, capacidad económica, actividades laborales o actividades de ocio que hacen que el consumo pueda ser diario, semanal y ocasional. Suelen consumir alcohol mediante botellón, esta práctica no deja de utilizarse completamente, o en el propio piso en el que se vive o en el de algún amigo e incluso el centro educativo o facultad se puede asociar al consumo y también se pasa a consumir dentro de los bares a los que se sale de fiesta, sobre todo, si el consumo es habitual.

Pascual (2002) cuenta como lo hábitos de consumo pasa de ser pausado y continuo a la búsqueda de embriaguez que realizan los jóvenes, y este cambio en los hábitos puede llevar también al policonsumo, que se produce cuando se consumen varias sustancias a la vez, es decir, en este caso, alcohol más otro tipo de droga como puede ser el hachís o la cocaína. También explica como los jóvenes perciben como peligroso el alcoholismo, pero no tomarse unas copas con unos amigos, como si tuvieran la creencia de que el alcoholismo no tiene nada que ver con el alcohol o lo vieran como factores independientes.

Redondo (2016) habla directamente de la normalización del consumo de alcohol como factor de riesgo para el consumo de los adolescentes, ya que es algo que ven en su entorno a diario y se percibe como un experiencia necesaria para el desarrollo y algo por lo que hay que pasar, como una experiencia vital, es como una costumbre socializadora, aunque también influye para su consumo, en el caso de los menores de 18 años, que su consumo, para ellos, sea ilegal, por la tanto, su consumo, contiene un intento transgresor que en la adolescencia aporta sensación de rebeldía y añadiendo el fácil acceso que tienen al alcohol en algunos establecimientos de venta que suelen ser permisivos y no tener en cuenta la edad del comprador de alcohol.

Esto también se puede relacionar con el apartado anterior, ya que la aceptación que existe en cuanto al alcohol es bastante alta, lo que lleva a que los padres permitan que sus hijos consuman sin preocuparse en exceso, pero les produce un gran rechazo el consumo de cualquier otra sustancia, sin tener en cuenta que muchas veces el consumo de una los lleva al de las otras, puesto que el policonsumo está cada vez más extendido entre los jóvenes.

5. Discusión

Se han analizado 19 publicaciones de los últimos 18 años que hablan sobre el alcohol, la normalización de su consumo y los factores de riesgo para su consumo y posible adicción. Un elevado número de ellas relaciona el consumo y su riesgo con los jóvenes, ya que durante la adolescencia se crea el inicio de la relación con el alcohol, y el futuro trato y hábitos que se tengan respecto a su consumo se forjarán en su mayoría durante esta etapa, y a la vez es la más vulnerable, ya que se está afectado por varios factores, como la familia, los amigos y los medios de comunicación. Los jóvenes son importantes para marcar la normalización como factor de riesgo porque son los que están creciendo en nuestra cultura y los que más muestran como les afectan las características de esta. Y es que beber alcohol forma parte de nuestra vida social y sus consecuencias adversas, a menudo, se minimizan, culpando más bien al individuo que al causante del daño Rodríguez-Martos (2007).

Es esto lo que lleva a plantearse si la normalización es un factor de riesgo para la adicción al alcohol, ya que es algo que forma parte, no solo de la nuestra vida, sino también de nuestra cultura. Como bien dicen Galán, González y Valencia-Martín (2014), en los países de la cuenca mediterránea, como es España, el alcohol está integrado en la vida cotidiana, se consume regularmente con las comidas y su precio es asequible, aparte de que una proporción muy pequeña de la población es abstemia.

Aunque, como dicen los autores anteriormente mencionados, los patrones de consumo están cambiando, sobre todo entre los jóvenes, que prefieren el consumo abusivo y recreativo, se sigue viendo como algo normal y lógico para la edad, y se les dan medidas para evitar las consecuencias del consumo (accidentes, molestias a vecinos, etc.) en lugar de tomar medidas que reduzcan el consumo o lo eviten, como explica Rodríguez-Martos (2007).

Según Espada, Pereira y García-Fernández (2008), utilizando datos de la Encuesta Estatal sobre el uso de drogas en estudiantes de Enseñanza Secundaria (2007), el alcohol es la sustancia cuyo uso está más extendido. España es uno de los países con mayor consumo de alcohol por habitante y, citando a Pons (1998), indica que este consumo se realiza en el contexto familiar, produciéndose de forma perceptible para el menor. La familiar juega un papel básico respecto al consumo de los menores. Si bien los progenitores suelen rechazar claramente las drogas ilegales, también suelen tener mayor permisividad con respecto al consumo de alcohol.

Los hábitos de los familiares y personas cercanas a los adolescentes influyen a la hora de mantener, fijar o eliminar sus propias pautas de comportamiento. Espada, Pereira y García-Fernández (2008).

Según lo analizado por Espada, Pereira y García-Fernández (2008), los adolescentes tienden a beber más cuando lo hacen el padre y/o el mejor amigo. La madre no aparece como influencia en este aspecto, puede ser porque en la adolescencia la influencia de esta y el vínculo existente entre madre e hijo/a se reducen notablemente.

Por todo esto, y añadiendo el aumento del consumo entre jóvenes y mujeres, el alcohol se ha convertido en la droga de abuso principal en nuestro país. Y su importante presencia en nuestra sociedad queda confirmada cuando se afirma que un 87% de la población española entre 15 y 65 años han consumido alcohol en alguna ocasión y un 13% lo consume diariamente. (Sánchez, 2002).

La aparición de un nuevo modelo de consumo de drogas ha hecho que también se modifique el patrón de consumo de alcohol, que, en opinión de Sánchez (2002) sería:

- La diferenciación de patrones de consumo entre jóvenes y adultos. Los adultos tienden a relacionar el consumo con la gastronomía, a ciertos acontecimientos sociales y a su consumo en el hogar; los jóvenes consumen principalmente las noches de fines de semana por diversión y entre grupos de iguales y en espacios y lugares públicos.
- La asociación del consumo de alcohol con el de otras sustancias, más allá de su habitual relación con el tabaco. El policonsumo se ha convertido en el patrón dominante del uso de drogas que tiene, de forma especial entre los jóvenes, el alcohol como sustancia de referencia.

El consumo de alcohol ejemplifica las relaciones contradictorias y cambiantes de los ciudadanos con respecto al consumo de drogas: mientras condenan el consumo de drogas ilegales y crea alarma social, pero existe una gran tolerancia social al consumo de alcohol, pese a la cantidad de muertes que provoca, se banalizan sus efectos y se legitima su consumo, sobre todo en personas adultas. Aunque varias investigaciones han evidenciado que la opinión sobre el consumo está condicionada por los factores generacionales y por la experiencia personal con el alcohol, por lo que la opinión oscila entre la aceptación del consumo o su total rechazo. (Sánchez, 2002).

Medir correctamente el consumo de alcohol y sus efectos en la salud es muy complejo, puesto que existen múltiples patrones de consumo y cada uno se puede asociar a diferentes efectos en la salud. Pero si sabemos que el consumo excesivo en un corto periodo de tiempo (binge drinking) se asocia con efectos muy negativos para la salud, tanto crónicos como agudos que son independientes del consumo promedio y equiparable en magnitud y relevancia a los que clásicamente se atribuían al consumo promedio de alto riesgo. Por otro lado, un inicio precoz del consumo puede producir importantes efectos negativos en el desarrollo psicofísico y se relaciona con el consumo de riesgo en la edad adulta. (Valencia-Martín, González y Galán, 2014).

Otros patrones de consumo relevantes son la frecuencia de consumo (todos los días, una vez a la semana, etc.), el momento en el que se realiza el consumo (fines de semana, al salir del trabajo, etc.) y que tipo de bebida es la predominante, junto con la cantidad de alcohol consumida, por esto es importante el tipo de bebida, ya que cada una tiene una graduación diferente y unos efectos distintos en el organismo. (Valencia-Martín, González y Galán, 2014).

Según explica Pascual (2002), la percepción de los jóvenes sobre el alcohol ha variado, ahora lo ven como un facilitador social, un instrumento de cohesión entre iguales y un elemento básico para la diversión. Por lo que su consumo entre este colectivo se produce, principalmente, los fines de semana, y aunque existen muchos que valoran los

efectos nocivos sobre la salud y la conducta, también creen que hay una gran accesibilidad para comprar y consumir alcohol independientemente de la edad que se tenga.

Como también indica Pascual (2002), la juventud es una etapa muy rica y excitante para cualquier persona, en la que se descubren nuevos valores, amistades y experiencias, incluso se experimenta hasta llegar, en muchas ocasiones, a situaciones límite. Dentro de estas experiencias se puede incluir el contacto con distintas sustancias, entre las que destacan el alcohol y el tabaco. Sin embargo, la percepción de diversión que tienen los jóvenes sobre el alcohol hace que minimicen sus consecuencias, bebiendo sólo los fines de semana y días festivos, pero buscando la embriaguez, lo que crea un patrón de consumo compulsivo, con la finalidad de “conseguir el puntito”, lo que hace que para ellos beber sea algo normal.

Pascual (2002) ha observado que el consumo se está radicalizando, cada vez hay más abstemios, pero los que beben cada vez utilizan mayores cantidades, al igual que ha aumentado el consumo de combinados y el consumo en lugares públicos.

Según el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad (2019) la edad de inicio de consumo de alcohol, en nuestro país, es a los 13 años. Según expresan en el mismo artículo, el consumo recreativo de alcohol ha hecho que se tienda a normalizar su consumo como impulsor del tiempo libre y del carácter social de los jóvenes.

Según la Encuesta sobre el uso de drogas en Enseñanza Secundarias en España (2018) del Plan Nacional sobre Drogas, la mayoría de los consumidores de alcohol resultaron ser menores de edad y a casi la mitad de ellos los padres les permiten el consumo de la sustancia y un número significativo de los mismos han conseguido el alcohol ellos mismos, aun siendo menores e ilegal que se les venda alcohol.

Esta encuesta indica un dato positivo como es el que ha aumentado el número de alumnos que consideran el consumo de alcohol como peligroso, con respecto a la encuesta del 2014, aunque, aun así, sigue siendo la sustancia con la percepción de riesgo más baja.

A lo largo del estudio se ha ido observando como el alcohol y su consumo se considera un problema, sobre todo por la falta de legislación que restrinja el consumo de alcohol, a la vez que la costumbre de mostrar el consumo tanto en televisión como en las reuniones sociales se va extendiendo. A lo largo de la vida se acostumbra a observar como el consumo de alcohol diario es habitual y no se considera un mal habito incluso entre adolescentes. A la sociedad en general y a los padres en particular, les preocupan más las consecuencias inmediatas del consumo de alcohol o el consumo de otras sustancias, no se preocupan por las consecuencias futuras, como sería una posible adicción, hasta que es tarde, mientras tanto minimizan sus consecuencias y lo evalúan como algo normal para la edad y que todos han hecho alguna vez.

Tal y como explica Redondo (2016) el consumo de alcohol está integrado en la sociedad, a nadie le sorprende ver a menores consumiendo alcohol, es más lo ven lógico, y los menores ven normal beber, incluso lo consideran excitante por la prohibición implícita que lleva, lo que lo hace más atractivo a sus ojos, mientras que los adultos lo permiten e incluso lo consideran normal, ya que ellos hicieron lo mismo en su momento.

Ha sido complicado conseguir artículos que hablen sobre la normalización del consumo de alcohol de manera específica, ya que la gran mayoría de ellos lo dan por hecho, hablando de su consumo habitual y social, o proponiendo alternativas para la disminución de su consumo, y este ha sido el mayor impedimento a la hora de realizar esta revisión, hablan de ella indirectamente y de forma superficial para después profundizar en otros temas o como introducción para investigar otras cuestiones como los hábitos de consumo según la edad o sexo o el tipo de consumo que se realiza.

6. Conclusiones

No se puede concluir tajantemente que la normalización sea un factor de riesgo en el consumo de alcohol, ya que no se encuentra ninguna publicación ni investigación que así lo confirme, pero si es verdad que muchos autores lo consideran como tal, como serían Rodríguez-Matos (2007) y Galán, González y Valencia-Martín (2014), que creen que el hábito de la sociedad mediterránea de consumo de alcohol habitual durante las comidas y las celebraciones hace que se minimice la importancia y los efectos del consumo de alcohol.

Esta normalización se observa a diario, cuando ves a unos padres con sus hijos en una terraza bebiéndose una cerveza, o lo habitual que es salir a dar una vuelta y beber vino o cerveza al igual que durante las comidas, sobre todo si se cena o se almuerza fuera de casa. Es un hábito que se observa a diario y que se realiza sin darnos cuenta.

Un dato muy relevante es la disminución que se ha producido, en los últimos años, de su consumo, así como de los hábitos de ingesta, sobre todo en los jóvenes, lo que por otra parte también es preocupante, ya que se ha pasado de un consumo diario durante las comidas o reuniones sociales, a beber alcohol por diversión y en grandes cantidades en un corto espacio de tiempo y a buscar alternativas para un consumo con menos consecuencias (como, por ejemplo, un conductor asignado para no conducir bajo los efectos del alcohol) pero no para la reducción o la eliminación del mismo.

En cuanto a la cantidad de consumo, es cierto que los jóvenes han reducido las cantidades de ingesta, pero aun así siguen consumiendo, y la edad de inicio siguen siendo baja, 13 años. Otro dato sorprendente y que debería llevarnos a reflexión, es que a la mitad de los jóvenes que consumen alcohol, sus padres le dan permiso o tienen conciencia de que sus hijos lo ingieren, lo cual nos lleva nuevamente a la normalización y la pasividad ante esta actividad tan peligros y que puede acarrear un alto coste social, personal y laboral a las personas.

La adicción al alcohol y sus consecuencias, así como el riesgo que acarrea su consumo es un tema del que se ha hablado mucho y se ha analizado de distintas maneras y de varios puntos de vista. Esto da a entender el problema de nuestra sociedad con esta sustancia, ya que a pesar de sus graves consecuencias se trata de una droga legal y de fácil acceso y a la cual tendemos a subestimar.

Estamos tan acostumbrados a su consumo que no somos conscientes de los problemas que acarrea hasta que se necesita ayuda profesional para tratar la adicción, y la población, muchas veces, tiende a culpar al adicto en estas situaciones sin ser conscientes de que todos somos susceptibles a generar esta adicción.

Por esto, sería necesario incrementar el control de venta de alcohol a menores, ya que en muchos lugares no piden ningún tipo de identificación para comprarlo, y los menores se aprovechan de esto para consumir, al igual que es necesario el control del botellón, porque aunque existe una ley que lo prohíbe dentro de las poblaciones, si se vive en un ambiente universitario, si observa como no está tan controlado como debería, lo que conlleva ruidos y suciedad, a la vez que facilita el consumo de alcohol de menores tanto dentro de poblaciones como en las afueras, aquí con más facilidad.

Por último también es necesaria la concienciación de la población adulta sobre los peligros del consumo de alcohol, ya que es un trabajo conjunto entre entidades públicas, centros educativos y adultos enseñar a los jóvenes a no consumir o a mantener un consumo responsable y dentro de la edad permitida por ley, y si los propios padres no son conscientes de los peligros que acarrea el consumo de alcohol en adolescentes, estos tampoco van a llegar a entenderlo.

Referencias bibliográficas

- Acero, A. (2004) Guía práctica para una prevención eficaz. Recuperado de:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/prevencion_eficaz.pdf
- Arbesu, J.A. et al. (2016) Manual de consenso sobre alcohol en atención primaria. Recuperado de:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/16_Socimanualconsensoalcoholatprimaria2016.pdf
- Bajac, H. et al. (2016) Una intervención educativa para abordar la percepción de riesgo del consumo problemático de alcohol en adolescentes. *Adicciones*, 28 (1), pp. 41-47. Recuperado de:
<http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/789/755>
- Becoña, E. (2002). Bases científicas de la prevención de las drogodependencias. Recuperado de:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/Bases_cientificas.pdf
- Encuesta sobre uso de drogas en Enseñanzas Secundarias en España (2018). Recuperado de:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/encuestas_ESTUDES.htm
- Espada, J.P., Pereira, J.R. y García-Fernández, J.M. (2008). Influencia de los modelos sociales en el consumo de alcohol de los adolescentes. *Psicothema*, 20 (4), pp. 531-537. Recuperado de:
<https://www.unioviedo.net/reunido/index.php/PST/article/view/8693>
- Galán, I., González, M. J. y Valencia-Martín, J. L. (2014) Patrones de consumo de alcohol en España: un país en transición. *Rev Esp Salud Pública*, 88 (4), pp. 529-540. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5035949>
- Guardia, J. (Coord.) (2007) Guía clínica. Recuperado de:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/3_Sociguialcohol2007.pdf
- Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad (2019). Recuperado de:
<https://www.mscbs.gob.es/campanas/campanas11/alcoholenmenoresnoesnormal/sabia.html>
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2010). Recuperado de:
https://www.who.int/topics/alcohol_drinking/es/
- Pascual, F. (2002). Percepción del alcohol entre los jóvenes. *Adicciones*, 14 (1), pp. 123-131. Recuperado de:
<http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/522/517>
- Pascual, F. y Guardia, J. (Coords.) (2012) Monografía sobre el alcoholismo. Recuperado de:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/monogr-alcoholismo_Socidroalcohol.pdf

- Pereiro, C. y Fernández, J.J. (Coords.) (2018) Guía de adicciones para especialistas en formación. Recuperado de:
http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/bibliotecaDigital/publicaciones/pdf/2018/2018_GUIA_ADICCIONES_para_ESPECIALISTAS.pdf
- Pérez, B. (2012) *Manual para el diseño y evaluación de planes municipales sobre Drogodependencias*. Diputación de Alicante. Recuperado de:
<http://www.diputacionalicante.es/wp-content/uploads/2018/01/27380-DIPUTACION-Guia-Drogodependencias.pdf>
- Plan Nacional Sobre Drogas (2019). Recuperado de:
<http://www.pnsd.mscbs.gob.es/ciudadanos/informacion/alcohol/home.htm>
- Redondo, M. (2016) *Motivaciones de los adolescentes para el inicio y mantenimiento del consumo de alcohol y tabaco. Estudiocualitativo*. (Tesis doctoral). Universidad de Jaén, Facultad de Ciencias de la Salud, España. Recuperado de:
<http://ruja.ujaen.es/bitstream/10953/760/1/9788416819553.pdf>
- Real Academia de la Lengua Española. Recuperado de:
<https://dle.rae.es/?w=diccionario>
- Rodríguez-Martos, A. (2007). ¿Por qué es tan difícil legislar sobre alcohol en España? *Adicciones*, 19 (14), pp. 325-332. Recuperado de:
<http://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/292/292>
- Sanchez, L. (2002). Consumo alcohólico en la población española. *Adicciones*, 14 (1), pp. 79-97. Recuperado de:
<http://www.com.www.ucm.org.itesm.teachhealth.uson.centroreleax.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/492>
- Tirado, R., Aguaded, J. I. y Marín, I. (2009) Factores de protección y de riesgo del consumo de alcohol en alumnos de la Universidad de Huelva. Recuperado de:
<file:///C:/Users/Usuario/Desktop/TS/4%C2%BA/TFG/Normalizacion%20consumo%20alcohol/Factores%20de%20proteccion%20y%20riesgo%20universidad%20de%20huelva.pdf>
- Tortosa, V. (2010) Publicidad y alcohol: situación de España como país miembro de la Unión Europea. *Rev Esp Com Sal*, 1 (1) pp. 30-38. Recuperado de:
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5828852>
- Valencia-Martín, J.L., González, M.J. y Galán, I. (2014). Aspectos metodológicos en la medición del consumo de alcohol: la importancia de los patrones de consumo. *Rev Esp Salud Pública*, 88 (4), pp. 433-446. Recuperado de:
<https://www.scielosp.org/pdf/resp/2014.v88n4/433-446>