



Familia, jóvenes y alcohol

En la actualidad asistimos a una creciente demanda de información sobre los patrones de consumo de alcohol en nuestra sociedad, por la problemática social y personal que plantea. Dentro de estos patrones adquieren una mayor importancia los asociados a las pautas de consumo de la adolescencia y juventud, que va aumentando tanto en número de bebidas adquiridas, como en el de su graduación alcohólica.

La accesibilidad de los jóvenes a las bebidas alcohólicas es cada vez mayor, a pesar de las prohibiciones impuestas de su venta a menores. La edad media de inicio en el consumo de alcohol entre los escolares, según los datos de la Encuesta sobre Drogas a la Población Escolar del 2000 (Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas), es de 13.6 años, y la edad media de inicio de consumo semanal se sitúa en los 14.9 años. Según esta fuente las chicas registran mayor prevalencia de consumo de alcohol, aunque en cantidades menores.

Se habla de un modelo juvenil de consumo de alcohol basado en:

- Consumo con amigos, en grupo.
- En lugares públicos, discotecas, bares, calle.
- Fines de semana (viernes, sábado y domingo).
- Consumidores de cervezas y combinados. Se bebe gran cantidad en poco tiempo.
- Conlleva el inicio de otros consumos de drogas ilegales (cocaína, hachís, drogas de diseño).



Los jóvenes explican sus “motivos” para consumir alcohol:

- Búsqueda de sensaciones nuevas, curiosidad.
- Presión social, a veces producida desde la publicidad.
- Desinhibición, superación de la vergüenza.
- Modelo de imitación y expresividad de la edad adulta.
- Forma y búsqueda de afiliación, con imitación de conductas, que se impone desde el propio grupo de amigos.

Para poder actuar sobre el consumo abusivo de alcohol no podemos trabajar aisladamente con los jóvenes, sino con todos los elementos del sistema que le acompañan: familia, escuela, barrio, municipio y actuar conjuntamente sobre todos ellos.

Y es **en el seno familiar** donde deben trabajar los padres y madres, no solo informando a sus hijos sobre el alcohol y las drogas sino siendo coherentes con sus comportamientos, actitudes y hábitos de consumo. Somos modelo para nuestros hijos y un ejemplo saludable, es uno de los pilares de la prevención. Los hijos no hacen lo que uno dice, sino lo que uno hace.

Si pretende prevenir que sus hijos consuman alcohol he aquí unas pautas que pueden ayudar:

Evite:

1. Administrar castigos severos para evitar la agresividad; porque esto puede ocasionar que sean poco agresivos en casa y muy agresivos fuera del hogar .
2. Ignorar los problemas escolares y personales de sus hijos.
3. Hablar como si lo supiera todo, sin escuchar sus opiniones o vivencias.
4. Tomar medidas de coacción sin razonar, que limiten su libertad abusivamente.
5. Mantener posturas excesivamente tolerantes.
6. No tener tiempo para ellos.

7. Ocultarles información en todo aquello que les pueda afectar ahora o en el futuro.
8. Que dependan de usted, excesivamente y sin necesidad.
9. Hacer de su hogar un sitio inaguantable.
10. Que existan contradicciones con respecto a la educación entre el padre y la madre.



Procure:

1. Sentirse a gusto con ellos, participando en el ambiente familiar.
2. Escucharles y razonar cuando no esté de acuerdo con sus opiniones.

3. Seguir su rendimiento escolar. Ayudarles y facilitarles la comunicación con los demás.
4. Informar a sus hijos sobre estos temas de interés, con veracidad y credibilidad, teniendo en cuenta su edad. Formarse para poder informar y mantener su papel de educador.
5. Reducir el consumo habitual de drogas legales (alcohol, tabaco); es un modelo a imitar.
6. Sugerir actividades de tiempo libre deportivas, culturales, fomentándolas desde la familia.

Y si descubre que su hijo es un consumidor abusivo de alcohol, intente actuar con calma sin dramatizar. Hable con él sin sacar las cosas de quicio, con confianza, y si necesita que le asesoren acuda a profesionales cualificados.

Dra. María Jesús Antuña.
Unidad de Toxicomanías,
Centro de Salud Mental El Llano, Gijón.

<http://www.sccalp.org/padres/alcohol.htm>

Actualizado el 30 de agosto de 2006

La información ofrecida en este documento no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.