

Consumos problemáticos: una responsabilidad de todos

Cómo sociedad y como profesionales de la salud vemos con preocupación la naturalización de los consumos nocivos en niños, niñas y adolescentes, y la precoz incorporación de los mismos a la vida cotidiana.

Vivimos en una sociedad de consumo y por lo tanto reconocemos que todos somos consumidores de redes y tecnología, alimentos, alcohol, drogas, trabajo, moda, deporte, etc.

Sin embargo, cuando afectan negativamente, en forma ocasional o sostenida en el tiempo, la salud física, psíquica, las relaciones interpersonales y/o con la ley, a estos los consideramos consumos problemáticos.

Las sustancias que más consumen los adolescentes y jóvenes actualmente en Argentina, según la encuesta de Sedronar 2017 (1) son: el alcohol, las bebidas energizantes, el tabaco y la marihuana. Se pueden agregar como consumos problemáticos y adicciones conductuales el uso de TICs - tecnologías de información y comunicación- y nuevas tecnologías, las cuales se incrementaron durante y después de la pandemia.

En este sentido el CIE 11- Clasificación Internacional de Enfermedades- y el DSM 5– Manual de Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales- encuadran el uso problemático como parte de las adicciones comportamentales.

Es interesante destacar que algunas culturas solo resaltan los valores positivos de una determinada sustancia o Tic sin mencionar los riesgos de su uso.

Son ejemplo de esto la referencia a que el vino disminuye la arteriosclerosis “una copa de vino es buena para el corazón”, o que la marihuana se ofrece como producto natural, verde y con usos medicinales por lo tanto es menos dañina que el tabaco.

No se menciona que el alcohol es la primera causa de cirrosis, daño cerebral, alteraciones en el sueño y el comportamiento, lesiones en la vía pública y relacionadas a la violencia, que su consumo durante el embarazo y la lactancia puede configurar una de las primeras causas de retraso mental prevenibles; tampoco se menciona que el cannabis afecta el desarrollo cognitivo y de los comportamientos (2)

Consumos más frecuentes en Niños, Niñas y Adolescentes:

Alcohol: su consumo por los jóvenes tiene un carácter vincular, es una forma de pasar el tiempo con los amigos y otros jóvenes, favoreciendo las relaciones sociales en grupo y el reconocimiento de sus pares. El mayor consumo se da en los adolescentes de 16 a 17 respecto de los de 13 a 15 años.

De acuerdo a los datos de la EMSE -Encuesta Mundial de Salud Escolar- 2018, (3) la mitad de los estudiantes de entre 13 y 17 años bebieron alcohol en los últimos 30 días, siendo mayor en el grupo de 16-17 años (67,6%) que en el de 13-15 (47,7%).

Entre quienes consumieron alcohol uno de cada tres refirió haberse emborrachado alguna vez y este indicador también fue mayor en el grupo de 16-17 años que en el de 13 a 15 años.

Las estudiantes mujeres refieren beber alcohol en mayor frecuencia que los varones, especialmente en el grupo de 13 a 15 años (50,3% vs 44,9%), y la borrachera en ellos también fue mayor.

Entre quienes consumieron alcohol, 2 de cada 3 estudiantes se iniciaron antes de los 14 años.

Todavía no hay datos estadísticos durante y post pandemia Covid 19, pero creemos que el consumo fue mayor.

Para estudiar este problema, necesariamente se debe tener en cuenta la interacción de variables de orden individual (biológicas; fisiológicas y psicológicas), familiar (consumo de los padres, disponibilidad de las bebidas, reglas difusas, violencia, etc.), social (formas de convivencia asociadas al consumo, presión del grupo de pertenencia, disponibilidad de sustancias, legislación deficiente para regular la venta y publicidad de bebidas alcohólicas, etc.) y cultural (simbolismos, creencias, representaciones, rituales, costumbres, tradiciones que legitiman el consumo, etcétera).

Las bebidas “energizantes” contienen alta cantidad de azúcares, cafeína y otras sustancias aunque ahora también las hay sin azúcar.

El consumo de estas bebidas está en aumento por la gran publicidad y no tiene ninguna recomendación para la salud de los adolescentes. Sus múltiples componentes pueden facilitar la aparición de efectos adversos y tóxicos si se combinan con medicamentos de uso habitual y otras sustancias.

Si se combinan con alcohol pueden enmascarar los efectos depresores de este último y facilitar la aparición de complicaciones cardíacas.

En nuestro país, es frecuente su uso en la adolescencia temprana como “ritual de iniciación”. En el plano internacional en países como Francia, Dinamarca, Suecia y Noruega estas bebidas se venden únicamente en farmacias.

En la República Argentina el SEDRONAR, resolvió incluir en el Plan Nacional de Lucha contra la Droga, en el Capítulo de Prevención, a las bebidas y fármacos publicitados como estimulantes. (PROYECTO DE LEY -Expediente 7223-D-2016- Sumario: BEBIDAS ENERGIZANTES. SE PROHÍBE SU VENTA A MENORES DE 18 AÑOS. Fecha: 14/10/2016 Publicado en: Trámite Parlamentario N° 148)

Tabaco: Actualmente una de las formas de incorporación de nicotina y derivados del tabaco se da a través del uso de dispositivos de vaporización denominados cigarrillos electrónicos y vapers. Esto suma a los efectos tóxicos del tabaco, la de los demás componentes de los aceites, saborizantes y otras sustancias que vaporizan.

La industria dirige sus publicidades al público adolescente a través de redes por las que circulan y promocionan estos productos como posible tratamiento para la cesación tabáquica. Como consecuencia de ello los adolescentes ingresan al consumo de nicotina.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) desde 2014, (4,5) afirma que el vapor que liberan estos dispositivos no es inocuo porque contiene nicotina y otros químicos tóxicos y cancerígenos. En diciembre de 2016, a través de una Evaluación de Tecnología Sanitaria, la ANMAT (6) decidió reiterar la prohibición para importar, distribuir y comercializar cigarrillos electrónicos y sus accesorios –lo que incluye su publicidad, promoción y patrocinio.

El consumo de tabaco en todas sus formas, y el de cigarrillos en particular, mostró una tendencia descendente entre los estudiantes de 13 a 15 años. Aun así, es mayor el consumo de tabaco en mujeres respecto de los varones, en este grupo etario. Esta diferencia desaparece en los jóvenes de 16 y 17 años, donde no se observan diferencias según sexo.

En la EMSE 2018, (6) el 20,4% de los estudiantes de 13 a 17 años consumió algún producto de tabaco durante los últimos 30 días, siendo más frecuente en mujeres que en varones. Este consumo es el doble entre los estudiantes de 16 a 17 años respecto de los de 13 a 15

Marihuana: es una de las drogas más consumidas a nivel mundial. Su aumento se relaciona con la legislación que autoriza el cannabis tanto para el uso medicinal como industrial y con la desinformación respecto a los efectos que puede producir a corto y largo plazo.

En niños, niñas y adolescentes pueden aparecer síntomas psicóticos, alteraciones cardiovasculares y alteraciones del neurodesarrollo, alteraciones de la memoria, la concentración y anhedonia cuando se usa en forma crónica.

En promedio uno de cada 10 estudiantes consumieron marihuana alguna vez en su vida. El consumo de marihuana resultó aproximadamente el triple en el grupo de 16 a 17 años respecto de los de 13 a 15 años

Casi la mitad de los varones lo hace antes de los 14 años. Los varones de 16 a 17 años consumen más marihuana que las mujeres, mientras que en el grupo de 13 a 15 años no hubo diferencias.

El consumo de uso adulto de marihuana no es lo mismo que su uso medicinal, como medicamento se indican cannabinoides específicos a dosis determinadas para las patologías aceptadas según nivel de evidencia, con un producto de calidad farmacéutica y con acompañamiento y control médico idóneos.

Resulta alarmante que casi 4 de cada 10 adolescentes de 13 a 17 años probó alguna droga ilegal antes de los 14 años,

Como equipo de salud debemos trabajar en la prevención primaria educativa a nivel escolar y familiar, y secundaria y terciaria apuntando al descenso del consumo a través de las estrategias de reducción de daños, como así también en los procesos de tratamiento y rehabilitación. Tarea cada vez más difícil teniendo en cuenta el marketing en torno a todos los consumos, leyes que no se cumplen como la prohibición de venta de alcohol a menores de edad o la naturalización de su consumo en las previas para que haya un “consumo cuidado”;

En su Abordaje los profesionales de la salud debemos informar siempre los daños que estos consumos causan en los cuerpos en formación (hígado, corazón, cerebro etc.), daños colaterales (accidentes, Enfermedades de Transmisión Sexual, Violencia etc.)

Algunos TIPS, que pueden ser de utilidad en la consulta diaria:

- La entrevista debe realizarse en un ambiente de privacidad, en un lenguaje coloquial con preguntas dirigidas, sin juicios de valor y asegurando confidencialidad al consultante.
- Utilizar como puertas de entrada sobre el tema: las salidas, el grupo de pares, noticias, series para que el paciente pueda dar su mirada sin sentirse juzgado.
- En la anamnesis siempre debemos incluir el consumo de sustancias (alcohol, tabaco, bebidas energizantes, marihuana, Paco, cigarrillos electrónicos, pegamentos, sintéticas. etc.) y uso de redes, juegos en línea. Es importante introducir el concepto de ocio y evaluar el manejo del tiempo libre, tanto del paciente como de su familia y su grupo de pares.
- Citar en breve tiempo con estudios de control habitual para retomar el tema y mencionar los temas que hayan quedado pendientes.
- Realizar entrevistas pre y post viajes de egresados, UPD, Fiestas de egresados para evaluar expectativas sobre esos eventos y dar pautas de reducción de riesgos y daños y poder evaluar cómo fue su experiencia.

LA ENTREVISTA CON LOS ADOLESCENTES Y SU ENTORNO, REPRESENTA UNA OPORTUNIDAD IMPERDIBLE PARA REALIZAR ACCIONES PREVENTIVAS SOBRE CONSUMOS PROBLEMÁTICOS

COMITÉ DE ADOLESCENCIA - GRUPO DE TRABAJO DE CONSUMOS PROBLEMATICOS (11-22)

- 1- [oad_2017_estudio_nacional_en_poblacion_sobre_consumo_de_sustancias_psicoactivas_magnitud_del_consumo_de_sustancias_2.pdf \(argentina.gob.ar\)](#)
- 2- [La influencia del alcohol en la sociedad - Díez Hernández, Itziar - Hospital Donostia. Servicio de Cuidados Intensivos Pediátricos. Apdo. de correos 477. 20080 Donostia\)](#)
- 3- [encuesta-mundial-salud-escolar-2018.pdf](#)
- 4- [FCTC/COP/6/10 Rev 1 \(2014\) – OMS. Sistemas electrónicos de administración de nicotina Informe de la OMS, Conferencia de las Partes en el Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco, sexta reunión.](#)
- 5- [Tabaco: cigarrillos electrónicos \(who.int\)](#)
- 6- [cigarrillo electronico \(anmat.gob.ar\)](#)