

Prevención del consumo de alcohol en la adolescencia

José Galbe Sánchez-Ventura
Pilar Traver Cabrera
Grupo PrevInfad

Septiembre 2012

¿Porqué beben ?



El Alcohol **No** es un problema es una mala solución.
(J. A. Marina)

Tareas de los adolescentes



¿Qué pasa con el consumo de los “findes”?



Consumo de alcohol en estudiantes de secundaria 14-18 años

Consumo de Alcohol en Estudiantes de Secundaria de 14-18 años. Año 2008 Según sexo

	Mujeres	Hombres
Alguna vez en la vida	81,7%	80,8%
Edad media de inicio de consumo	13,8 años	13,6 años
Edad media inicio de consumo semanal	14,8 años	14,9 años
Prevalencia de consumo en los últimos 12 meses	74,2%	71,5%
Prevalencia de consumo en los últimos 30 días	59,4%	57,7%
Prevalencia de consumo en fin de semana en los últimos 30 días	61,3%	61,2%
Prevalencia de consumo en laborable en los últimos 30 días	17,8%	28,4%

Fuente: OED informe 2009 : <http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/observa/pdf/oed-2009.pdf>

Prevalencia de borracheras en los últimos 30 días

Prevalencia de Borracheras en los últimos 30 días entre los que han consumido alcohol en ese período de tiempo.

Nunca	52,1%
1-2 días	32,4%
3-5 días	11,9%
> 5 días	3,6%

Fuente: OED informe 2009 :
<http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/observa/pdf/oed-2009.pdf>

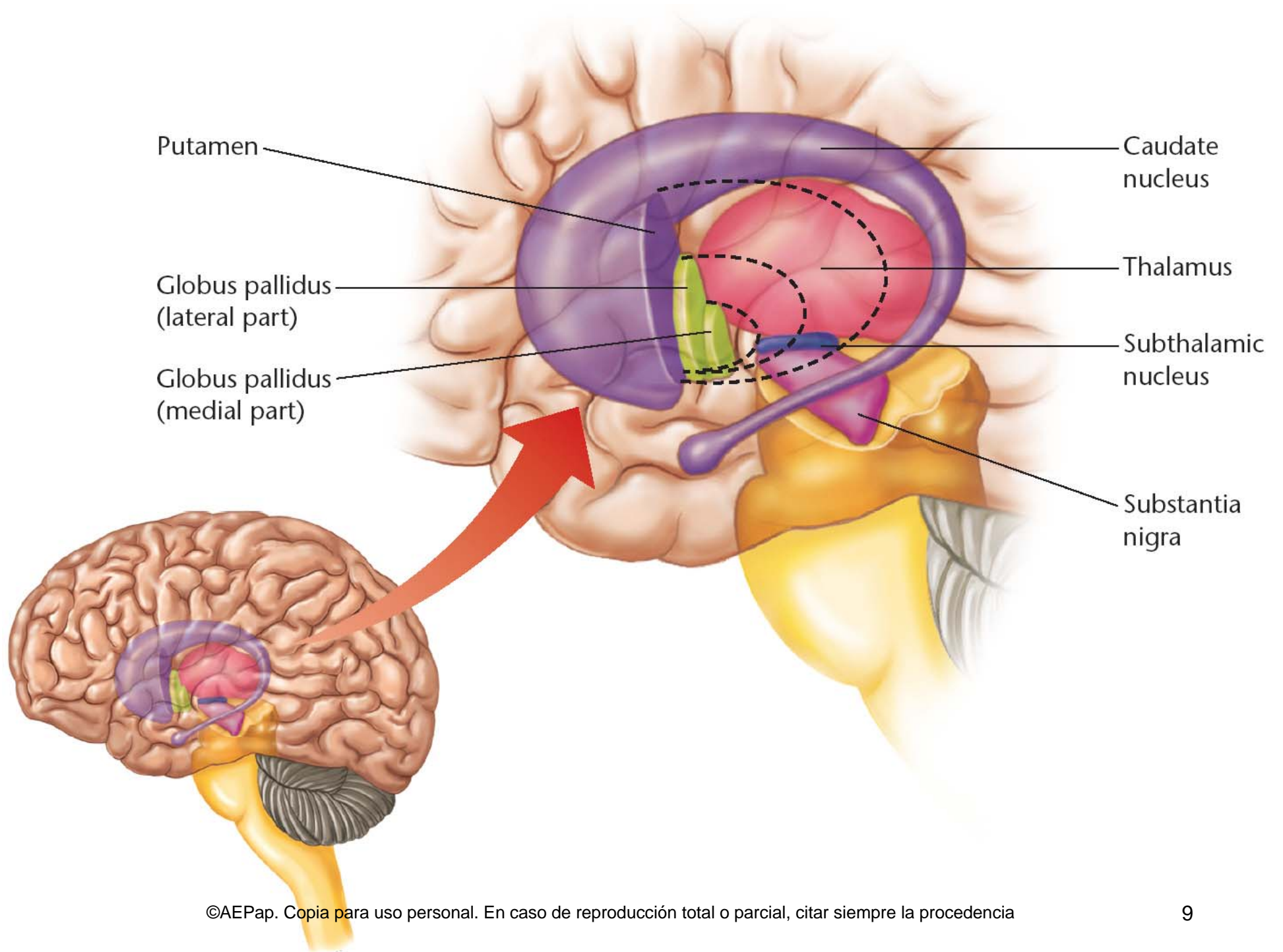
Efectos del alcohol en la adolescencia



Alcohol y cerebro en desarrollo

- En animales adolescentes:
 - ✓ Lesiones en el hipocampo (HC).
 - ✓ Menor tamaño HC frente a controles.
 - ✓ Gradación del tamaño según edad inicio y cronicidad.

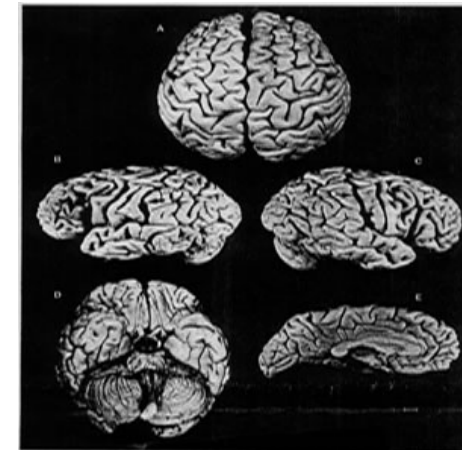




Alteraciones neurológicas

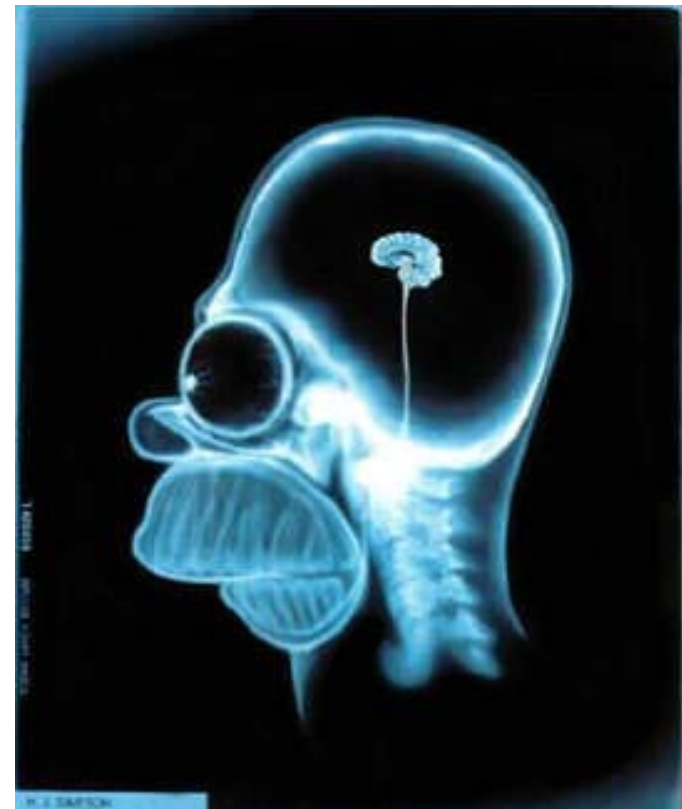
Diferenciales para adolescentes con:

- ✓ Menor afectación sensorial y motora.
- ✓ Mayor alteración de la memoria y el aprendizaje.
- ✓ Menor sedación.
- ✓ Mayor disfunción ejecutiva.



Otros efectos SNC

- Mayor riesgo de ACV.
- Mayor riesgo de TDAH.

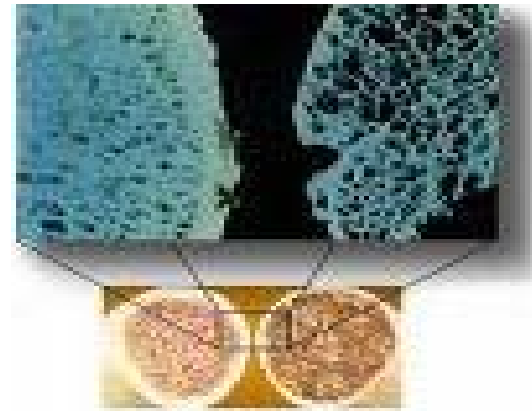


Efectos endocrinos

- Alteración GH.
- Alteración mediadores: IGFBP e IGF1.
- Aumento testosterona chic@s.
- Aumento ACTH, PRL, CRL, glucemia.
- Retardo maduración sexual chic@s.
- Hiperandrogenismo chicas.
- Menor líbido, potencia y fertilidad chic@s.

Efectos sobre el hueso

- Inhibe la remodelación ósea en fase de osteogénesis.
- Menor densidad ósea.
- Osteoporosis del adult@.



Efectos cardiovasculares

- Arritmias (especialmente con el “*binge drinking*”).
- Miocardiopatía dilatada.



Alcohol y embarazo

- Síndrome de alcohol fetal.
- Microsomía.
- Dismorfia facial.
- Hipotonía.
- Alteraciones SNC.
- Descoordinación motora.
- TDAH.
- Efecto de Gradación del SAF.



Síndrome de alcoholismo fetal

⊕ Alteraciones orgánicas en el síndrome de Alcoholismo fetal

Crecimiento: retraso prenatal y postnatal del crecimiento, Hipotonía , menor desarrollo del tejido adiposo

Cognitivo: Hiperactividad, retraso mental, trastorno del lenguaje, trastorno motor fino

Dismorfia facial: Microcefalia, hendiduras palpebrales pequeñas, ptosis palpebral, Retrognatia, Hipoplasia maxilar, labio superior fino, Nariz corta y antevertida

Esquelético: Contracturas en flexión de articulaciones, Sinostosis radiocubital, Malformaciones de los pies, alargamiento terminal de falanges, hipoplasia de uñas de manos y pies, anomalías cervicales, Anomalías de los surcos palmares, Pectum excavatum

Corazón: CIA, CIV, TGV, Tetralogía de Fallot

Otros: Labio leporino y fisura palatina, miopía, estrabismo, epicantus, maloclusión dental, orejas prominentes, sordera

Fuente: Informe Sobre Alcohol. Comisión clínica de la Delegación del gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas. Febrero 2007

Patología relacionada con el consumo de alcohol

PATOLOGÍA RELACIONADA CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Trastornos del Sistema Nervioso Central	Alteraciones del Comportamiento, Aprendizaje, Memoria, Daño cerebral
Trastornos Digestivos	Gastritis , Síndrome de <u>Mallory Weiss</u> o Desgarro esofágico por consumos crónicos
Trastornos hepáticos	Aumento de las GGT y GPT
Trastornos Cardiovasculares	Arritmias, Fibrilación auricular, ventricular, muerte súbita, <u>miocardiopatía</u> dilatada por consumo crónico
Trastornos <u>Cerebrovasculares</u>	Infartos cerebrales, hemorragia cerebral por consumo agudo
Trastornos Endocrinos	Disminución de la GH, Disminución de la Testosterona en varones y aumento de la Testosterona en mujeres
Trastorno del metabolismo <u>Oseo</u>	Trastorno de la densidad <u>osea</u>

Fuente: Informe Sobre Alcohol. Comisión clínica de la Delegación del gobierno para el Plan Nacional Sobre Drogas. Febrero 2007

Y nosotros... ¿qué podemos hacer?

- Anamnesis del consumo en adolescentes.
- Monitorizar consumo madres y padres.
- Consejo breve madres y padres.
- Consejo breve en adolescentes.
- Diseñar y evaluar un CB para adolescentes.



Recomendaciones para profesionales de Atención Primaria

RECOMENDACIONES DE PREVINFAD SOBRE CONSEJO ANTIALCOHOL

- **Embarazadas.-** En toda actividad preventiva antes del parto y en las consultas oportunistas con otros hijos. Investigar nivel de consumo (si no se ha hecho ya). Registrar en la historia clínica. Realizarlo al menos en dos ocasiones a lo largo de la gestación. Consejo orientado a la prevención del síndrome de alcoholismo fetal. Enfatizar en la no existencia de un nivel seguro de consumo de alcohol durante el embarazo.
- **Padres.-** Investigar consumo si hay sospecha de consumo excesivo o factores de riesgo como el fétor alcohólico (fácil de detectar). Realizar consejo y ofrecer derivación si es necesario.
- **Adolescentes.-** Investigar consumo de alcohol. Registrar en la historia clínica. Realizar anamnesis de consumo y consejo al menos una vez al año en todas las actividades preventivas en consulta y en las grupales, sobre hábitos de vida saludables y también en las consultas oportunistas por problemas de salud.

Recomendaciones para las madres y los padres

Reglas para la Prevención de Conductas de Riesgo en la Adolescencia. Dirigidas a los padres ¹²

- 1.-Dialogar con los hijos aprovechando los momentos en que estos estén predispuestos
- 2.-Tener ocios y aficiones comunes
- 3.-Tener un proyecto y unos objetivos educativos individuales para cada hijo
- 4.-Transmitir Valores
- 5.-Transmitir las tradiciones y valores propios de la cultura de los padres
- 6.-Promover la sobriedad en el uso del dinero
- 7.-Ofrecer un modelo adecuado mediante las propias conductas de los padres.
- 8.-Conocer a sus amigos ofreciendo en la medida de lo posible la propia casa para que se reúnan allí
- 9.-Mantener unos límites razonables pero firmes en los horarios de salida
- 10.-Reforzar positivamente las conductas que lo merezcan y reprobar las que no lo merezcan pero siempre señalando los hechos concretos y sin descalificaciones personales.
- 11.-Promover la autonomía y la responsabilidad de una forma prudente y progresiva.
- 12.-Dedicar tiempo de calidad y específico para cada hijo

Factores familiares

- Consumo alcohol padres.
- Consumo alcohol hermanos mayores.
- Trastornos de salud mental.
- Familias monoparentales.
- Problemas económicos graves.



Factores familiares II

- Mayor consumo si:
 - ✓ Tolerancia progenitores.
 - ✓ Consumo de hermanos.
 - ✓ Percepción del consumo de los adultos.
 - ✓ No supervisión de los progenitores.
 - ✓ Lazos emocionales débiles.

Parental and school correlates with binge drinking. Am J Pub Health. 2005;95:894-899.



Factores raciales

- Consumo diferencial en borracheras (E.U.A).
- Menor en asiáticos.
- Menor en afroamericanos.
- Menor en latinos.

Parental and school correlates with binge drinking. Am J Pub Health. 2005;95:894-899.



Factores escolares y borracheras

- Mayor frecuencia titularidad pública sobre privada (E.U.A).

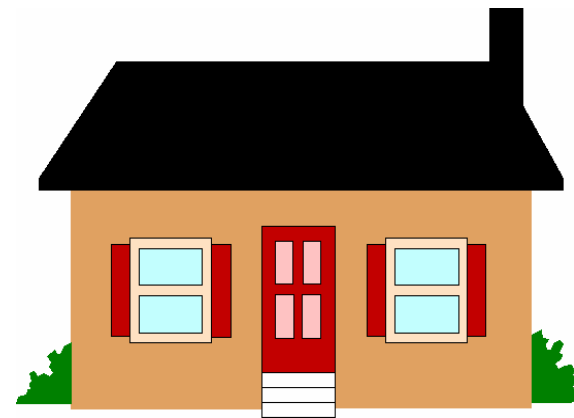
Parental and school correlates with binge drinking. Am J Pub Health. 2005;95:894-899.



Factores intraescolares

- Ambiente positivo.
- Profesores participantes.
- Lazos emocionales con profesores.
- Liderazgo positivo de estudiantes.

J of School Health. 2007;77:67-74.



Reducción del consumo en adultos por consejo breve

- Metaanálisis sobre 10 EC.
- El descenso del consumo fue de un 15% a los seis meses.

Bertholet *et al.* Reduction of alcohol. Ann Intern Med. 2005;165:986-995.

Prevención Primaria para el abuso de alcohol en adolescentes

Revisión sobre 56 EC.

Problemas metodológicos serios.

Programa de fortalecimiento familiar. *Spoth* 2001.

NNT = nueve para iniciación, consumo sin permiso y borracheras a cuatro años de seguimiento.

Revisión Cochrane. Foxcroft. Revisión última 2003.



Cuestionarios de consumo de alcohol en adolescentes

- 1.-Pasado año episodio que podría haber dado accidente o daño**
- 2.-Pasado año ocasiones de haber bebido más de lo que se pretendía**

La sensibilidad del test fue de 0,88 y la Especificidad 0,9 , CPP+:8,8 y CPP-:0,13 lo que hace de este test una herramienta muy adecuada para la valoración rápida del CA en adolescentes

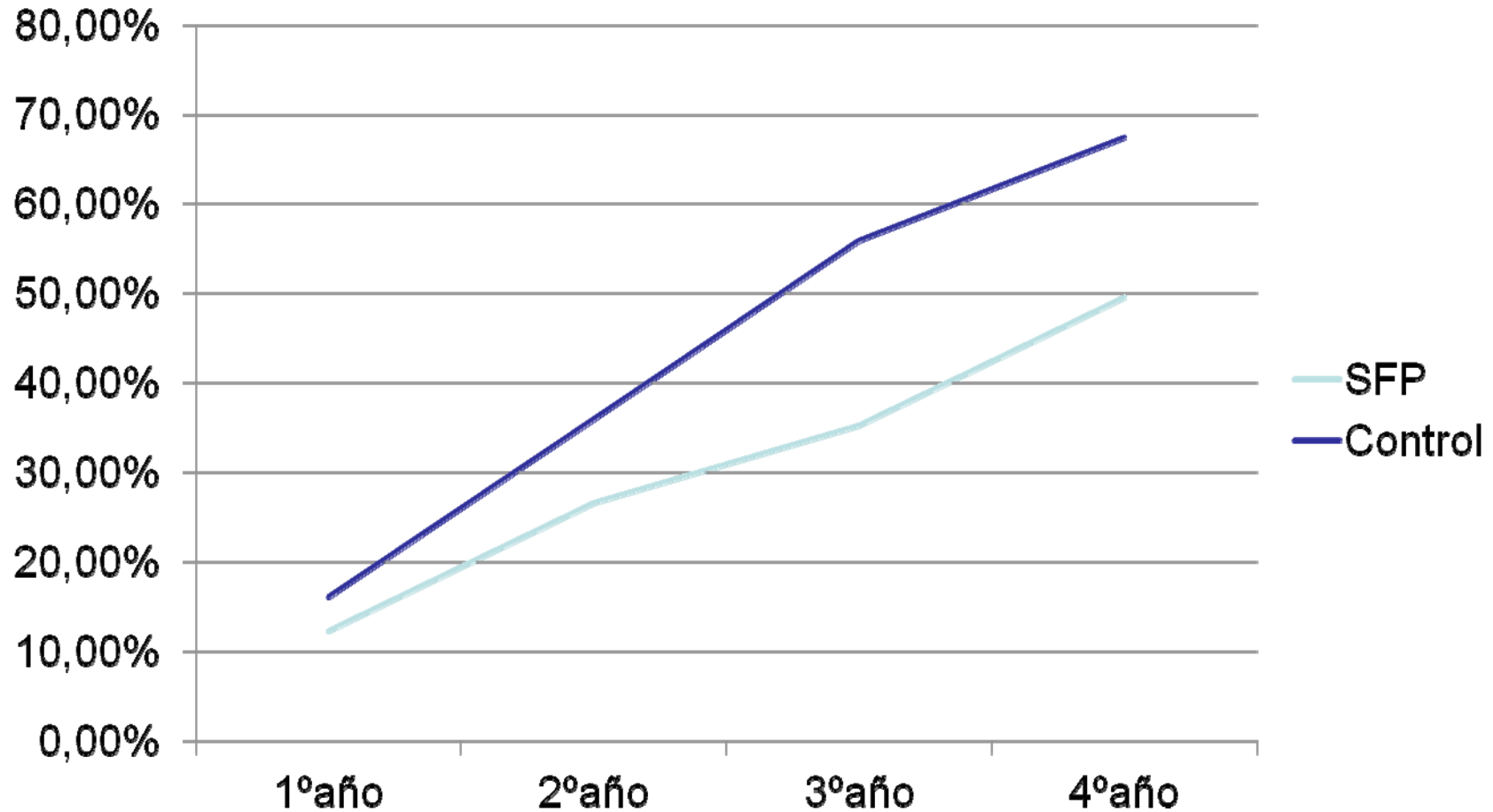
Intervención breve en adolescentes

- Revisión DARE sobre 8 EC.
- Efecto pequeño pero significativo.
- ES global = 0,275 N=1075.

Tait. Drug and alcohol review. 2003. DARE.: 12003008594.

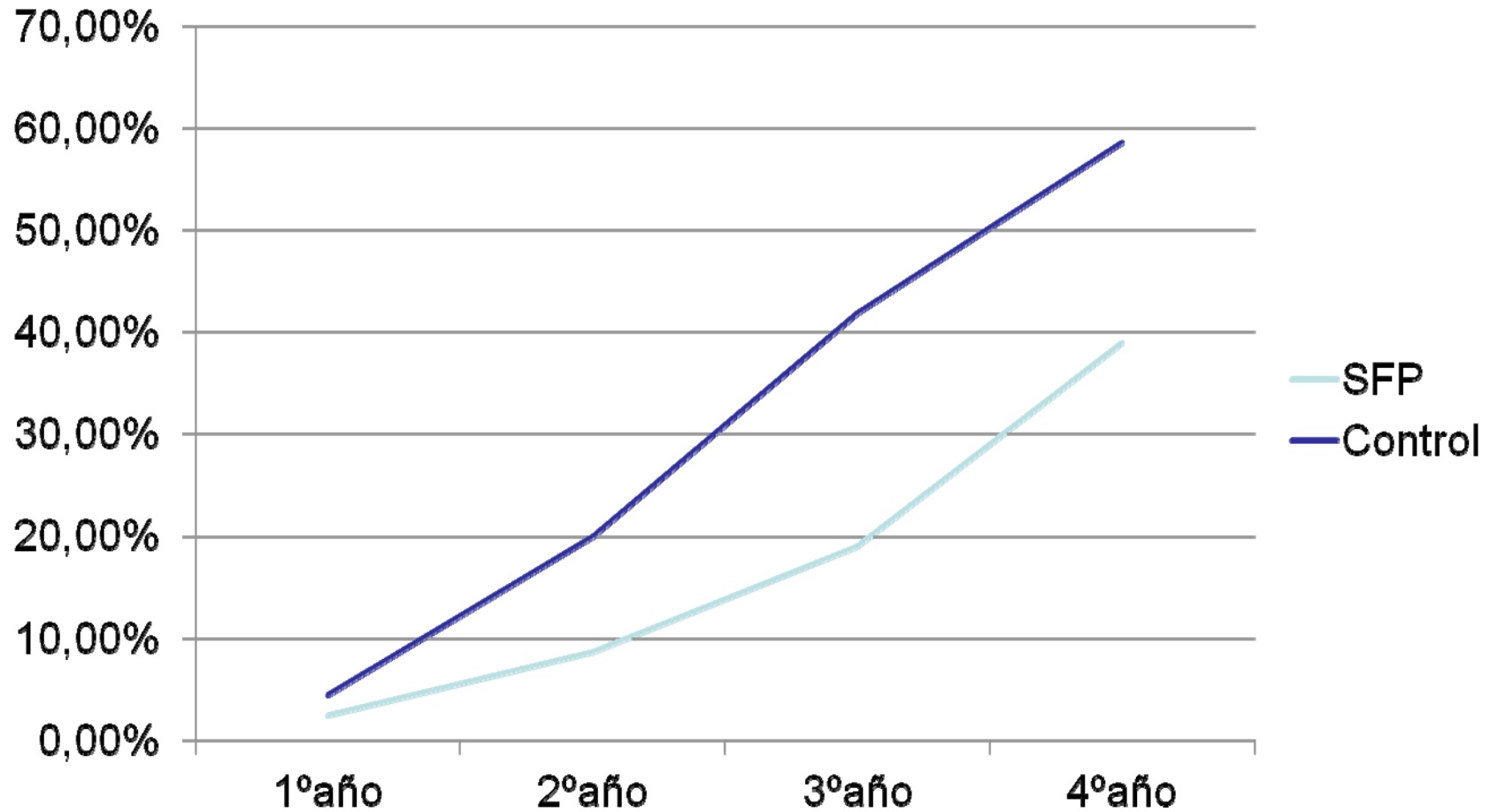


Programa de fortalecimiento familiar Spath. 2001. Beber alguna vez



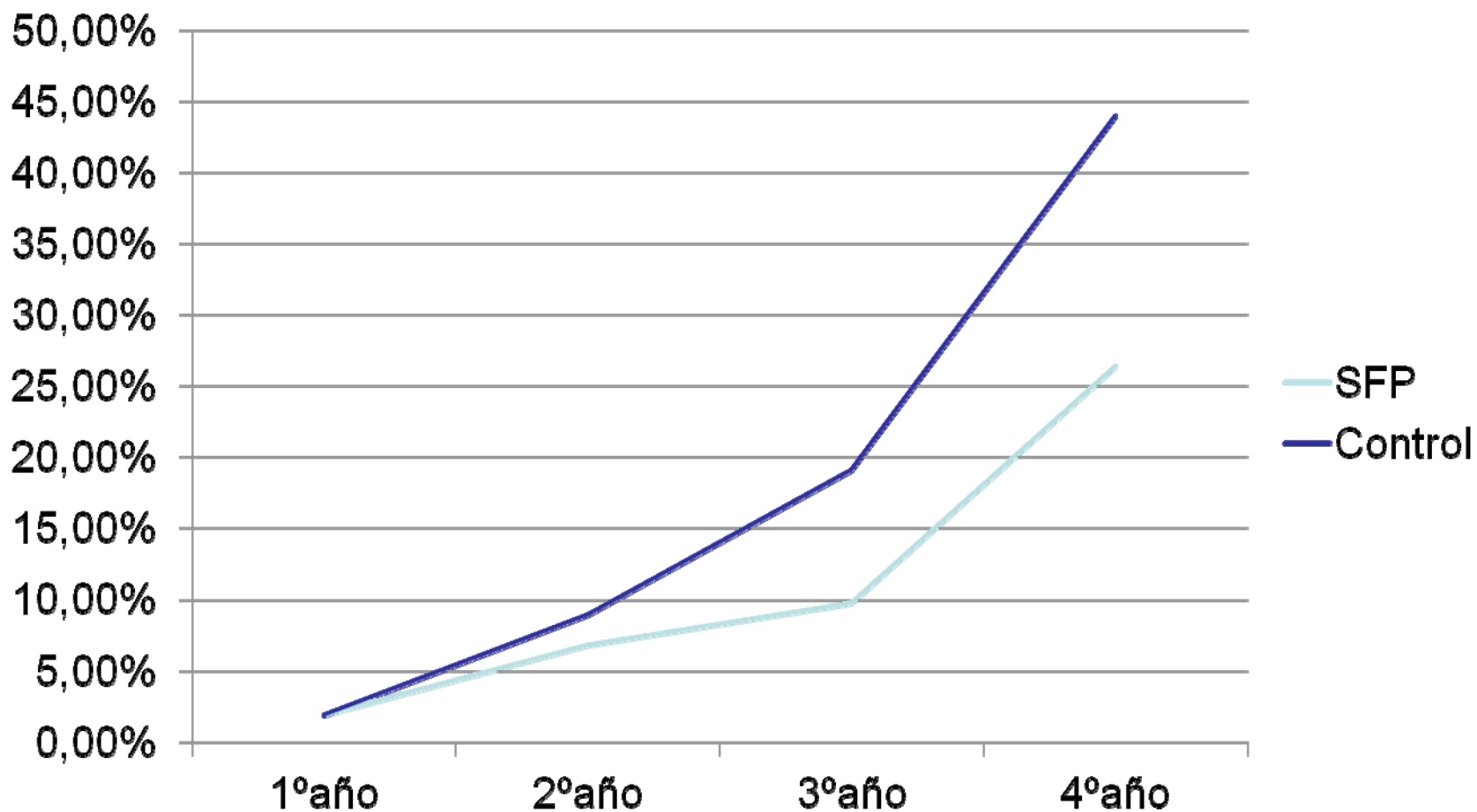
Revisión Cochrane. Foxcroft. Revisión última 2007.

SFP frente a control. Beber sin permiso



Revisión Cochrane. Foxcroft. Revisión última 2007.

SFP frente a control. Borrachera alguna vez



Revisión Cochrane. Foxcroft. Revisión última 2007.