



JÓVENES Y ALCOHOL:  
Una MEZCLA PELIGROSA

CADA DÍA MÁS JÓVENES CHILENOS ASOCIAN LA DIVERSIÓN AL CONSUMO DE ALCOHOL. A VECES ES MÁS FÁCIL ECHARLE LA CULPA A LAS MALAS JUNTAS QUE ASUMIR PROBLEMAS EN LA CRIANZA.

Todos los días es posible ver en los parques de nuestras ciudades, a escolares que se juntan a pasar el rato acompañados de una botella de cerveza, vino o pisco.

Las cifras son alarmantes, el Consejo Nacional para Control de Estupefacientes, Conace, posee estudios que afirman que el 37,9% de los adolescentes consume alcohol en Chile, al menos una vez al mes.

¿Por qué los jóvenes comienzan cada vez más tempranamente a ingerir alcohol? ¿Cómo debemos los padres abordar este tema con nuestros hijos? Edmundo Campusano, académico de la Escuela de Psicología de la Universidad Mayor, contesta estas preguntas.

#### PADRES DAN EL EJEMPLO

El psicólogo clínico asegura que desde la primera infancia los padres deben enviar mensajes consistentes a sus hijos con respecto al consumo de alcohol, predicando con el ejemplo.

Es decir, deben evitar beber en frente de los niños o deben hacerlo solo en espacios que sean reservados para los adultos.

“Si un niño ve constantemente a uno de sus padres ebrio u observa que sus papás asocian la diversión al consumo de alcohol, tenderá

a repetir esta conducta”, puntualiza.

Una etapa adecuada para conversar este tema en familia es en la preadolescencia, entre los 12 y 14 años de edad, cuando es necesario explicarles a los menores los efectos negativos que produce el alcohol en nuestra salud: deterioro físico progresivo y alteraciones de la conducta que conllevan un riesgo mayor.

Campusano señala que el abuso de estas sustancias suele ser indicativo de alguna alteración o problema familiar: “lo complejo de esta situación, es que generalmente los padres prefieren no reconocer lo que está pasando al interior del núcleo familiar y optan por responsabilizar al adolescente, las malas juntas o al colegio”.

Agrega que esta situación siempre se produce por responsabilidades no asumidas en la crianza de los hijos y por las dinámicas adoptadas por la familia que a veces no son las correctas, como problemas en la comunicación, normas rígidas o poco afecto y preocupación, las que toman mucha relevancia a la hora de evitar el consumo excesivo de estupefacientes por parte de los hijos.

Al respecto, el académico explica que los padres deben lograr que el hogar sea visto por sus hijos como un espacio agradable y atractivo donde encuentren contención, puedan

compartir y vivir en medio de confianzas, lo que les permitirá lograr una sana inclusión en la vida social. “Es imperioso que los padres dediquen tiempo real a conversar con sus hijos en forma grupal e individual, ya que necesitan sentir pertenencia e identidad”, sostiene.

Agrega que para los adolescentes es fundamental sentir que cuentan con el apoyo de los adultos y saber que ellos respetan sus diferencias y formas de ser, lo que según el especialista se logra a través de la dedicación de tiempo de calidad a cada uno de ellos.

“Tener roles claros en el hogar requiere de un gran esfuerzo de coordinación por parte de los padres, para lograr que los hijos sepan que ellos están a cargo y que les deben respeto. Eso sí, hay que tener claro que la autoridad debe ser combinada con expresiones de afecto y amor”, dice.

#### HOMBRES MÁS EXPUESTOS

Campusano explica que los hombres están más propensos a abusar del alcohol para lograr desinhibirse y poder acercarse a conquistar o para validarse frente a sus pares.

Sin embargo, poco a poco las mujeres han igualado esta conducta abusiva. Para el académico, esta es una realidad que se produce por el cambio del rol social de la mujer:

“antiguamente era mal visto que las jóvenes consumieran alcohol o fumaran en público, pero ahora con la irrupción de la mujer en el mundo laboral, esto ha cambiado diametralmente.

Una adicción se entiende como la incapacidad de detenerse frente a una conducta, una falta de control excesiva que tiene que ver, en este caso, con una maduración inferior a la edad en que se encuentra el joven.

Ahora bien, quienes debieran guiar la madurez y acompañar en el desarrollo de los diversos niveles de autonomía, responsabilidad e independencia de todo tipo pero por sobre todo emocional, son los padres y el colegio.

#### CON DROGAS

A diferencia de lo que se cree, el alcohol no es el primer paso hacia las drogas, sino más bien, ambos son parte de un mismo fenómeno. En muchas ocasiones estas sustancias van de la mano a la hora de “carretear”.

La mayoría de los jóvenes que otrora consumieron alcohol y drogas tiende a limitar y disminuir su consumo, cuando crecen y tienen responsabilidades. Pero si están insertos en familias con multiplicidad de problemas pueden mantenerse en el consumo.



### Cómo prevenir

- 1 •Documentarse y hablar abiertamente sobre los riesgos del abuso de alcohol y otras sustancias.
- 2 •Saber dónde y con quién están sus hijos.
- 3 •Llevarlos y traerlos de las fiestas, como una forma de cuidar y no de restringir sus libertades.
- 4 •La exploración social es necesaria para el crecimiento, hay que permitirla, pero minimizando los riesgos.