

La edad de inicio para beber alcohol y el riesgo de desarrollar dependencia



Los horarios nocturnos sociales de los adolescentes son cada vez más largos y la edad en que se inician a probar bebidas alcohólicas es cada vez menor. Por otro lado, es muy común que los locales de diversión no exijan el DNI para vender licor.

Con frecuencia hemos vivido la experiencia de tener un hijo adolescente que llegó pasado de copas a la casa y frente a ello tomamos distintas posiciones, siendo algunas veces permisibles, tal vez considerándolo como parte normal de su aprendizaje.

Los resultados de un estudio publicado ⁽¹⁾ en este mes, basado en encuestas realizadas a una muestra de más de 43,000 adultos, de la población de EE.UU nos pueden ayudar a tomar una posición sobre la ingesta de alcohol en los adolescentes.

Luego de controlar las otras variables como la edad, sexo, raza, nivel de escolaridad, estado marital, fumar, consumo de drogas ilegales, antecedentes familiares de dependencia al alcohol, entre otros, se observó lo siguiente:

1. Las personas que empezaron a beber alcohol antes de los 14 años presentaron mucho mayor riesgo de desarrollar dependencia alcohólica a lo largo de su vida que las que iniciaron luego de los 21 años (47% versus 9%). ¡Cinco veces más!
2. Los que empezaron a beber antes de los 14 años desarrollaron más rápidamente dependencia en los 10 años subsecuentes que las que iniciaron luego de los 21 años (27% versus 4%). ¡Seis veces más!
3. Además, los que empezaron a beber más tempranamente presentaron a lo largo de su vida mayor frecuencia de múltiples episodios de dependencia, los que eran de mayor duración.

Los resultados demostraron que a mayor precocidad mayor riesgo, es decir aumentaba por cada año previo en que empezaron a tener problemas con el alcohol.

Dependencia y edad de inicio de ingesta de bebidas alcohólicas

Edad de inicio	% de dependencia
< 14	47
14	45
15	38
16	32
17	28
18	15
19	17
20	11
21	9



Los autores comentan que en el abuso del alcohol en adolescentes, tiene muy poca influencia la herencia. El caso más claro es de los gemelos adoptados por distintas, ellos tienen un riesgo que depende básicamente del ambiente de crianza.

Un hallazgo que refuerza lo encontrado, es que en países europeos en que la edad legal en que se permite la ingesta de alcohol es menor, tienen mayor frecuencia de problemas con el alcohol en jóvenes de 15 años que en los EE.UU. Sin embargo, interesante y motivo de investigación es que en países en donde el joven toma con su familia durante las comidas (como Italia, Francia, Portugal y Grecia) tienen cifras similares o ligeramente menores que las de EE.UU. ¿Es este un método que protegería al adolescente?

Los autores concluyeron en que es necesario dar consejería sobre el problema de la ingesta de alcohol, además de hacer despitajes en los adolescentes y promocionar políticas y programas que retrasen el consumo de alcohol entre ellos.

Fuente Revisada

⁽¹⁾ Hingson Ralph W, Heeren Timothy and Winter Michael R. Age at Drinking Onset and Alcohol Dependence. Archives Pediatric Adolescence Medical. 2006; 160-739-746.