

El trago de la cordura

Publicado: Lunes 30 julio 2018 | 11:05:18 pm.

Publicado por: Ana María Domínguez Cruz

Vacaciones de verano. Playa, campismo, piscina, fiestas, conciertos, bailes... y en muchas de las manos de adolescentes y jóvenes va una botella de ron, o unas latas de cerveza, o el aludido Planchao.

Para divertirse, para relajarse, para pasarla bien... Y la asociación entre una cosa y la otra se instaura en la mentalidad de quienes después, en un futuro, pueden llegar a ser adictos al alcohol.

¿Exageración? ¿Reflexión traída por los pelos? Al contrario. Preocupación de sicólogos, sociólogos, médicos, terapeutas y otros profesionales que comparan estadísticas y valoran conductas adictivas desde edades tempranas.

Recientemente se revelaron los resultados de un estudio realizado en Australia y Nueva Zelanda, en el que tomaron como muestra 9 000 personas con edades comprendidas entre los 13 y los 30 años. Constataron los investigadores que los adolescentes que beben cada semana antes de los 17 años tienen hasta tres veces más probabilidades de ser adictos al alcohol en la edad adulta.

Los autores del estudio refieren que desalentar o retardar el consumo de bebidas alcohólicas acarrea beneficios evidentes para la salud y el bienestar a nivel social.

Lo más importante, subrayan, es que se destruye el mito de que la experimentación con el alcohol en la etapa de la adolescencia promueve el consumo responsable, pues realmente la persona es más propensa a sufrir problemas relacionados con la adicción a esta droga en el futuro.

Insisten los científicos en que es necesario legislar e impulsar acciones de promoción de salud, sobre todo, en las familias, pues desde ahí se siembra o no la semilla de la determinación de una persona, sin importar luego la influencia de las amistades, la pareja o el entorno en general.

Islandia, por ejemplo, exhibe hoy un panorama feliz con respecto a esta tendencia a partir de la puesta en vigor de estrategias de prevención que no nos son ajenas desde nuestros conocimientos, fortalezas y posibilidades.

Veinte años atrás, Islandia era uno de los países europeos con mayor incidencia del consumo de alcohol y tabaco entre adolescentes y en la actualidad apenas el cinco por ciento asegura haber ingerido bebidas alcohólicas y el tres por ciento haber fumado en una región donde la media oscila entre el 47 y el 13 por ciento, respectivamente y ante el 35 por ciento de los muchachos en América Latina con estas costumbres.

No fue cosa de magia, pero al percatarse de la importancia de los factores parentales se desplegó el programa Youth in Iceland (Juventud en Islandia) y a los padres se les explicó que ellos son el principal factor preventivo para sus hijos: pasar tiempo con ellos, apoyarlos, controlarlos y vigilarlos.

No basta con enseñarles a los adolescentes y jóvenes los perjuicios asociados al consumo de todo tipo de drogas, pues es importante también incentivar su participación en actividades extraescolares y promover en las familias conductas sensatas en este sentido, según afirman los promotores de esta iniciativa.

En Cuba es también una situación preocupante, y en lo personal, me inquieta ver que muchachos a edades cada vez más tempranas crean que son más maduros o que pueden divertirse mejor si toman ron, cerveza o mezclan otro tipo de bebidas.

Ciertamente en la sociedad cubana se es muy permisivo desde el ámbito familiar en torno al consumo de alcohol, y en algunos casos, los padres ni se enteran de esas conductas en sus hijos. Mucho se ha hecho en función de educar a la población en este sentido y promover acciones preventivas, pero es necesario hacer más, involucrar a todos y lograr que ese binomio bebida/diversión se desmorone en la mentalidad de adolescentes y jóvenes. Luego los problemas ya serán otros, cuando sean adultos, y las soluciones ya tendrán otra envergadura.

Que el verano sea también un buen momento para actuar. Que hagamos a tiempo todo cuanto esté en nuestras manos sin restarle importancia a lo que, más adelante, puede convertirse en un bumerán. Que en todo caso bebamos todos el trago de la cordura.

<http://www.juventudrebelde.cu/opinion/2018-07-30/el-trago-de-la-cordura>