

Resumen conceptual

EL RIESGO DEL ALCOHOLISMO NO ESTÁ EN EL ALCOHOL, SINO EN EL MODO DE BEBER.

Las bebidas alcohólicas no son ni “buenas” ni “malas”...Su efecto autoconstructivo, coadyuvando lo vital (eros) o autodestructivo (tanatos), dependerá del grado de desarrollo de la identidad personal. El substrato de salud o enfermedad bio, psico,social determinará la predisposición del individuo hacia el alcoholismo o hacia el buen beber.

No basta beber con responsabilidad. Lo ideal sería desarrollar capacidad de disfrute, para que la desinhibición permita adentrarse en el deleite del gusto y ennoblecer la capacidad intrínseca del ser humano de ser creativo. Desgraciadamente la falta de formación y desarrollo personal hacen de la desinhibición, motivo de culpa, castigo y autodestrucción.

Así, las adicciones se encuentran entre los diez problemas de salud mental más importantes en México. (alcoholismo segundo lugar; farmacodependencia, octavo).

El alcoholismo entonces, se origina, no a partir de una causa simple, sino de una interacción compleja de factores de carácter orgánico, psicológico y social.

ETIOPATOGENIA MULTICAUSAL: síndrome de dependencia al alcohol
Los individuos con mayor probabilidad de convertirse en alcohólicos poseen características físicas, emocionales y sociales, que predeterminan su vulnerabilidad.

MATRIZ ETIOLOGICA

Rasgos que preceden, si bien no comprobadamente, predisponen al alcoholismo.

FACTORES DE RIESGO

FACTORES FISICOS

Predisposición genética;

- Varones hijos de alcohólicos tienen una probabilidad cuatro a cinco veces mayor de desarrollar alcoholismo que la población general.
- Existe una mayor probabilidad de desarrollar alcoholismo y trastornos de la conducta, en casos de transmisión genética de enfermedades mentales (psicopatía).
- Hijas de alcohólicos tienden mayormente a deprimirse, y desarrollar problemas matrimoniales severos. (espectro depresivo).
- Gemelos monocigóticos presentan mayor probabilidad de alcoholismo genético que gemelos dicigóticos.
- A pesar de ser adoptados, los hijos de padres biológicos, alcohólicos, tienen una probabilidad, cuatro veces mayor, de ser alcohólicos.

Deficiencia neuropsiquiátrica

- Estudios prospectivos de niños hiperactivos durante la infancia, demuestran mayor riesgo a desarrollar alcoholismo.
- Existe disfunción cerebral en hijos de alcohólicos, con trastornos en los componentes P-3 de los potenciales cerebrales evocados.

Alteración física

- Existe anormalidad en las enzimas hepáticas que alteran el metabolismo y la degradación del alcohol (alcohol deshidrogenasa), entre los alcohólicos.
- En el alcoholismo existe alteración de neurotransmisores cerebrales.

FACTORES EMOCIONALES

Se ha descrito una mayor vulnerabilidad en personalidades con la siguiente rasgos:

Psicoestructura con:

- Inmadurez afectiva

Ego defectuoso

Fijación narcisista (Kohut)

Odio hacia objetos internalizados, e imágenes paternas

- Estados de ansiedad, histeria, hipocondriasis que requieren de alivio y relajación.

Mayor tendencia al neuroticismo

Negación, confusión y culpa. (culpas neuróticas)

- Incapacidad de enfrentar estados depresivos, frustración (baja tolerancia a la frustración).

Impulsividad, pasividad y dependencia.

Búsqueda de empoderamiento ante una baja autoestima.

Psicodinamia pasivo-dependiente, con fijación del desarrollo psico-sexual en etapa oral.

Falta de carácter (autodisciplina) debilidad del ego..incapacidad de decir NO; de encarar dificultades; de sobrellevar dolor.

FACTORES SOCIALES

- Entornos que incapacitan el manejo de emociones.
- Respuesta conductual obsesivo-compulsiva, aprendida, que refuerza la aprobación de grupo.
- Falta de perspectiva futura que redimensione la problemática del momento en un contexto integral de vida.
- Inmadurez psico-social
- Sociedades generadoras de tensiones internas como la culpabilidad, la agresión contenida, los conflictos sociales y la insatisfacción sexual.
- Sociedades que propician actitudes de tolerancia al alcohol como reductor de tensiones.

POLARIDAD MORBIDA

Personalidades con mayor propensión al alcoholismo incluyen la personalidad premórbida (borderline: Kernberg):

- Carácter pre-edípico (falta de identificación con familiares; falta de identidad sexual)

Defensas primitivas-negación.

Incapacidad de somatizar emociones, narcisismo no-adaptativo

- Trastornos afectivos primarios (depresivos)

Pobre regulación de los afectos

Baja autoestima y autocuidado

Incapacidad del manejo de la soledad.

- Sociopatía (puntuación elevada en la escala de Desviación Psicopática)

Alteraciones conductuales

Rasgos esquizoides

Pérdida de balance y armonía consigo mismos.

- Conducta compensatoria de defectos psicoestructurales.

Conducta conflictiva

Hostilidad, falta de control

Numerosos estudios han servido para señalar factores socioculturales que influyen en la presencia, incidencia o ausencia de alcoholismo en diferentes culturas.

Es la comunidad la que propicia actitudes definidas hacia el consumo de alcohol a través de sus acuerdos sociales sobre *las reglas en el beber*.

Las actitudes de una cultura hacia el consumo de las bebidas pueden clasificarse en:

Abstinencia; Uso ritual (religión); Uso social (convivencia); Uso utilitario (razones individuales).

Destacan entre los factores que predisponen una menor incidencia de alcohol, los siguientes:

- Los niños ingieren bebidas alcohólicas desde pequeños, pero siempre dentro del grupo familiar unido, en poca cantidad y muy diluida.
- Las bebidas más consumidas son las de alto componente no-alcohólico.
- Las bebidas se consideran principalmente como alimento y se consumen durante la comida.
- Los padres son consumidores moderados.
- El ingerirlas no se considera ni virtuoso ni vergonzoso.
- La abstinencia es una actitud socialmente aceptable.
- No es aceptable el exceso en el beber.
- Sociedades que favorecen la confrontación y resolución de problemas, con tolerancia al error, reforzamiento de la renovación de esfuerzos y estímulo al alcance de metas.
- Sociedades que propician el sano desarrollo de la identidad sexual.

Prevención de la Disfunción Sexual por Alcoholismo

Shakespeare describió gráficamente la disfunción sexual ante el abuso de alcohol, con la siguiente acotación: “El alcohol estimula el deseo pero inhibe la ejecución.”

El alcohol desinhibe la libido reprimida y libera el comportamiento acrítico, muchas veces antisocial. Precisamente por ello, los jóvenes, ante la incertidumbre de iniciar una relación afectiva, recurren al alcohol. Ciertamente que la desinhibición de la autocrítica desenfrena las emociones, con la consecuente producción de hormonas y excitación sexual. Pero se desfasa el cuerpo de la mente; la lógica deja de ser racional, impidiendo la prevención de embarazos, o infecciones de transmisión sexual; el comportamiento traspasa los límites de aceptación social, con riesgo de escenas vergonzosas y accidentes. Además, a largo plazo, el abuso de alcohol iniciado en etapas tempranas de la vida, aumenta el riesgo del desarrollo de alcoholismo

¿Cómo evitarlo? APRENDIENDO A BEBER.

La bebida con alcohol, es parte de la cultura, del refinamiento del gusto, y de la apreciación del placer, pero como tal, requiere de educación. Hay que aprender a desarrollar los sentidos y el refinamiento del gusto con la estética y valores que sublimen el desarrollo humano, para hacer del cortejo y del enamoramiento, un ritual vinculado al erotismo, la música y las artes.

¿Qué se requiere?

- Conocimiento de los riesgos y las responsabilidades, en el consumo de alcohol y las relaciones sexuales.
- Contacto con el cuerpo para reconocer límites personales; “cómo reacciona mi cuerpo ante el alcohol”; “qué respuesta emocional presento cuando bebo”; cuando es “demasiado”.
- Saber distinguir entre lo que da “placer”; y lo que da “displacer”.
- Autocontrol. Saber decir “NO Gracias”.
- Autoresponsabilizarme de “mi comportamiento y sus consecuencias”..

Debemos incluir, en la educación de los jóvenes, la formación de hábitos cotidianos que refuercen su amor a la vida (eros) y contraresten la autodestrucción, **para hacer de la cultura del placer, un derecho.**

