

## **El alcohol y las chicas adolescentes**

### **Silvio Morales y Rebeca Reynaud**

Séneca afirma que la embriaguez no es más que locura voluntaria.

Como un adolescente más, fuimos a bailar. Comprobamos que hay de todo, como en otras épocas. Pero es una realidad que hoy las mujeres toman sin ninguna inhibición. Es una fiesta de la juventud. Alrededor de la pista de baile grupos de mujeres y hombres conversando, separados o revueltos. Gente que camina de un lado para otro. No hay dónde sentarse, más que una especie de pasillo con mesas y sillas, muy oscuro, donde algunos conversan. En la pista de baile, parejas bailando y grupos de mujeres que se mueven de manera bastante sensual. Las sacan a bailar aunque ellas estén bailando solas. Caminando, tropiezo con una pila de chalecos y chaquetas, otros los amarran a los postes.

La barra está repleta. A nadie le piden identificación y todos son menores. Casi todas las mujeres tienen un vaso en la mano. Al correr de la noche se ven los efectos, a algunos se les ha pasado la mano: les cuesta más caminar o están con la mirada perdida. Pocos, aunque siempre los hay, están realmente borrachos. Ellas bailan más sueltas, más desinhibidas. Una pareja de novios se mueve provocativamente en la pista...

### **SIN COPETE NO SE ATREVEN**

Quizás no hay nada nuevo bajo el sol y la juventud siempre ha sido igual. A algunos se les pasa la mano con el trago, a otros no. En algunas fiestas casi todos están borrachos, otras son muy sanas. Unos son reventados, otros no. Pero lo que está claro es que ahora, en las fiestas -públicas o privadas-, se ve algo que antes no se veía: las mujeres tomando.

Según el psiquiatra Sergio Canals, en la última década ha cambiado la forma de tomar de las mujeres. Por un lado, empiezan antes, y a los 13 años muchas han probado y algunas hasta se han emborrachado. Y, por otro, toman con más desinhibición social, cuentan que se emborracharon y no pasa nada, porque hay mayor tolerancia.

"Hago charlas en colegios y en cursos de mujeres o mixtos de 7º y 8º básico. Cuando pregunto quién se ha emborrachado, un porcentaje importante levanta la mano. Además, ahora sienten la aprobación social para contar una borrachera, lo

que antes era privilegio del hombre. Antes daba vergüenza contarlo".

"Toman por lo mismo que los hombres: curiosidad, influencia del grupo, sentir mayor autonomía, ser adultos. Pero si nos preguntamos, para qué toman, es distinto. Toman para hacer cosas que sin alcohol, no se atreven. Buscan desinhibirse para establecer vínculos con los hombres. En la adolescencia es muy fuerte el deseo de explorar su cuerpo en relación con el hombre y poner a prueba su capacidad de relacionarse emocionalmente", dice Canals.

Al parecer, el alcohol las ayuda en su búsqueda. "La desinhibición que produce el alcohol les da sensación de libertad: pueden hacer más cosas. Pero, la verdad es que son menos libres porque no quieren ser conscientes de lo que hacen. Como resultado, al día siguiente no sienten culpa, fue por culpa del alcohol, dicen", explica Sergio Canals.

## **ALCOHOL Y ADOLESCENCIA**

El adolescente tiene un riesgo natural de caer en el alcohol ya que vive una época de exploración del mundo, de la vida, de su sexualidad y busca entretenerse y pasarlo bien. Pero, por dentro no lo pasa tan bien. Entonces, el alcohol, que produce un efecto tranquilizante, de euforia y desinhibición, engancha perfecto con esta etapa.

El mundo ofrece a las mujeres modelos femeninos como famosas actrices que tienen una vida sexual precoz, que consumen drogas y alcohol, y que son muy atractivas para ellas pues encarnan la perfección, son bonitas, tienen personalidad... Hagamos lo que ellas hacen.

Algunos publicistas interpelan a los adolescentes porque los consideran un mercado importante y saben que mientras antes se les incorpore el hábito, más fácil será que sigan consumiendo cuando adultos. A la vez, en el comercio se les vende alcohol como si fueran adultos, hay bares abiertos, las fiestas se llaman "Hígado valiente",... "Hay una permisividad legal y una falta de ética al vender una droga a personas que todavía no son adultas, que aún no tienen estructurado su mundo valórico, ideológico y emocional", afirma Canals.

Para tranquilidad de los padres, el Dr. Canals señala que "La mayoría de las adolescentes tiene una vida normal, estudia, no lleva una vida sexual promiscua y cuando se toma una copa, no se emborracha". Agrega que cuando se transforman en bebedoras excesivas tampoco lo hacen por "buscar el sentido de la vida y evadir problemas", como podría suponerse. En su afán de explorar el mundo, quieren llegar al límite de la euforia y de la desinhibición, pero ese límite está muy próximo al punto en que se pierde el control y la memoria. Es muy difícil no pasarse. Y como son muy jóvenes, se les pasa la mano más fácilmente. Mientras más tardío es el consumo hay mayor autocontrol".

## **EL DIÁLOGO CON EL PAPÁ ES INSUSTITUIBLE**

"La mejor prevención es que el papá llegue a la casa y le dé un beso cariñoso a su señora, otro a su hija y no le pregunte cómo le ha ido en el colegio, sino cómo ha estado", dice el psiquiatra Pablo Egenau en sus charlas. "El vínculo entre el papá y la hija adolescente es fundamental", agrega Canals y señala cuatro factores que el papá debe considerar para guiar a su hija en la construcción de su identidad, su mundo valórico, y su proyecto de vida.

El triángulo del amor: Querer, quererse y ser querido, que está atravesado por el amor de Dios y hacia Dios. Aquí juega un papel fundamental la autoestima. Si no me quiero, no me siento querido y no puedo querer. Se produce un vacío enorme. Pero el día que descubro que con un trago o una probada de droga eso se me pasa, de ahí a quedarse pegado hay un paso. La religiosidad es un factor muy protector, porque el hijo se siente querido por Dios.

- Construir un proyecto de vida con sentido, es decir tener una motivación para esforzarse y crecer. Que las preguntas de por qué, para qué y por quiénes vivo vayan teniendo respuesta.
- Construir una identidad sólida: Es lo que hace ser diferente a un joven de otro y no dejarse arrastrar por el grupo. Aunque en la adolescencia se está construyendo la identidad, ya se necesita estar contento con lo que se es.
- Mundo valórico: Muchas veces la gente que hace prevención evita decir que es malo consumir alcohol. Pero a esta edad hay que decirlo con todas sus letras. No es malo porque sí, sino porque en la juventud, y por todo lo dicho anteriormente, es muy fácil caer en la adicción, y eso destruye la vida, la libertad y la dignidad, y deshumaniza.

El psiquiatra finaliza asegurando:

"En un buen entorno familiar, en que hay estabilidad emocional, valores claros, un mundo con sentido religioso..., hay pocas probabilidades de que el alcoholismo se convierta en un problema".

Dentro de las señales de alerta que pueden ser indicios de ingestión imprudente de alcohol aparecen:

- Baja en el rendimiento escolar.
- Cambios en la conducta que no se explican sólo por estar en la etapa de la adolescencia.
- Mentiras reiteradas.

- Aislamiento o retraimiento.
- Repentinos cambios de ánimo.
- Cambio de amistades.
- Solicitud excesiva de dinero.
- Pérdida de dinero, objetos y prendas de vestir.
- Accidentes, moretones o heridas inexplicables.

### **"ASÍ LA VI YO" (TESTIMONIO MASCULINO)**

"Yo estaba con mis amigos cuando llegó ella. Me acuerdo que me saludó de manera muy efusiva. Era súper bonita, la conocí en la semana y me llamó la atención su forma de ser tranquila y femenina. Por eso, desde el minuto en que llegó, me pareció muy extraña. No se despegó de la barra. Llevaba ya dos o tres vasos en el cuerpo y comenzó a gritar, a saltar y a bailar súper vulgar. Atraía a algunos, pero le perdían el respeto. Siguió tomando. Bailaba con sus amigas, empujando y riéndose de manera poco femenina. De pronto se cayó entre gritos y burlas de los que la rodeaban. Las amigas ni se dieron cuenta porque coqueteaban con unos gallos ebrios.

Cuando vi que no podía pararse, la levanté, la tomé en brazos y la saqué de ahí. Tomamos un taxi. Estaba inconsciente y vomitó. La dejé en la puerta de su casa, como si fuera un bulto. Sentí una especie de rechazo, y una gran desilusión. Pero también me dio pena porque el problema no está en el trago, sino en ella. El lunes me saludó como si nada. Y el fin de semana siguiente, increíble, pero la vi igual de borracha". (alumno de secundaria).