

**HOSPITAL PSIQUIATRICO PROVINCIAL DOCENTE
“NGUYEN- VAN-TROI”
CIEGO DE AVILA**

Los problemas relacionados con el alcohol y su prevención en el área norte de Ciego de Ávila 2005. Comunicación breve
Alcohol-related problems and their prevention in the northern area of Ciego de Ávila 2005.
Brief communication

León Mármol Sónora (1), Ana Isis Ocaña Leal (2) Yohanka Diaz Hernández (3).

RESUMEN

Se realizó un conjunto de actividades en un área priorizada del policlínico Norte, de Ciego de Ávila, con el propósito de establecer un sistema que permitiera a la población conocer los efectos deletéreos del consumo abusivo de bebidas alcohólicas, tanto desde el punto de vista individual como para la familia. El sistema aplicado para instruir a los residentes del lugar, estuvo basado en el empleo del Programa de Cantabria: una carpeta que contiene enseñanzas específicas para ser aprendidas por el personal objeto de la intervención, en la misma es posible conocer características socioculturales de las bebidas alcohólicas, sus daños cuando el consumo está por encima de los niveles permisibles y desarrolla un objetivo primordial, constituido por el autocontrol de la persona que consume, la autorregulación, de acuerdo a una tabla de equivalencias, que permite reconocer la cantidad de alcohol puro ingerido durante una semana, después de aplicado este instrumento, el individuo puede identificar su riesgo de consumo de bebidas alcohólicas de acuerdo a las categorías de ligero, medio, alto y severo. Se enfatizó en la instrucción como mejor forma para evitar los problemas relacionados con el alcohol. La intervención también incluye la aplicación de una entrevista estructurada llamada SCAN, para diagnosticar a las personas dependientes, quienes en este estudio fueron remitidas a servicios de rehabilitación, para su incorporación al trabajo en grupos de ayuda mutua o terapias individuales en el Centro Comunitario de Salud Mental.

Palabras clave: ALCOHOLISMO/prevención.

- 1.-Profesor Auxiliar, Especialista de 2do Grado y Máster en Ciencias de Psiquiatría
- 2.-Profesora Asistente, Especialista de 1er Grado en Psiquiatría
- 3.-Especialista de 1er Grado en Psiquiatría

INTRODUCCIÓN

En la actualidad existe una tendencia a modificar la terminología acostumbrada para llamar las diferentes toxicomanías. Expertos en el tema, como Arnold Washton(1-2), y Lucrecia Boundy, del Instituto de Adicciones de Nueva York, plantean que las palabras “adicto” y “alcohólico”, pueden ser peyorativas, por lo que han propuesto ser sustituidas por “uso abusivo de sustancias”, según aparece en el Manual Estadístico de Enfermedades Mentales, en su cuarta edición (DSM IV). En Europa, algunos investigadores (3-5) han propuesto un cambio también en la terminología, se prefiere hablar de Problemas Relacionados con el Alcohol, para definir todas las alteraciones, tanto físicas, mentales como sociales, que pueden tener un origen en un consumo excesivo de bebidas alcohólicas.

Los especialistas coinciden en la necesidad de emplear la instrucción como principal método para evitar la aparición de dependencias, las cuales una vez que se manifiestan, se caracterizan por su curso persistente, progresivo, que solo puede ser controlado con un tratamiento de deshabitación por el resto de la vida (6).

La instrucción debe comenzar con la población general (3), se propone aplicar el método utilizado por especialistas de Cantabria, quienes se basan en la ingestión de bebidas alcohólicas durante la

semana anterior a la entrevista, la confirmación de que este consumo se corresponda con el hábito durante su vida. Las personas son clasificadas de acuerdo a una escala, que toma en cuenta la cantidad de bebida ingerida, cálculo que se expone en gramos de alcohol puro ingerido. Después las personas resultarían portadoras de: Riesgo Nulo, aquellas que no toman bebidas; Riesgo Ligerero, Medio, Alto y Severo, categoría esta última que casi siempre se corresponde con un estado de dependencia.

Las personas que exhiben consumos catalogados como Riesgo Alto y Severo son sometidas a la entrevista estructurada SCAN (7), un cuestionario que permite diagnosticar a las personas en caso de ser dependientes. Para los casos positivos de enfermedad, se reservan los servicios de rehabilitación del hospital psiquiátrico (8-9), donde después de un tratamiento inicial, se tratan de incorporar a grupos de ayuda mutua, donde aprenden a mantener la abstinencia por el resto de la vida.

En la intervención educativa que se realizó en el área norte, específicamente en una zona priorizada, por hacinamiento, problemas de conducta de varios de los miembros del lugar, se enfatizó en la necesidad de autorregular el consumo, además se estratificó la población para la aplicación de la estrategia educativa, según orientaciones de expertos en el tema de la prevención de las adicciones (10). Las mujeres fueron objeto de la instrucción por separado, por considerar el consumo de alcohol en ellas con características muy especiales, pues se conoce que cuando abusan del alcohol, lo hacen de forma escondida, el tóxico las daña precozmente, en comparación con el varón, siendo las complicaciones más severas, con mayor peligro de muerte, además, la solicitud de ayuda médica es tardía, debido a la vergüenza que sienten por la enfermedad. Se explicó durante las actividades instructivas los temas relacionados con las diferencias constitucionales en ambos sexos, sobre todo la menor cantidad de agua en la mujer, motivo por el cual el alcohol ingerido se concentra más y sus efectos son más intensos.

También se concibió una estratificación en cuanto a los grupos de edades (10), se trabajó específicamente con jóvenes, quienes constituyen la población mayormente expuesta a las bebidas alcohólicas, por la participación en fiestas. Se dio a conocer como el organismo de la persona joven, aún carece de la madurez necesaria para el adecuado metabolismo del alcohol, por lo que sus consumos deben ser ligeros o moderados, para evitar complicaciones.

Las personas de edades avanzadas fueron atendidas específicamente, se les explicó la necesidad de consumir bebidas alcohólicas en pequeñas cantidades, debido a la vulnerabilidad ante ellas en estas etapas de la vida. Además, se dio a conocer que los problemas relacionados con el alcohol, aunque son más frecuentes en poblaciones jóvenes, no se puede dejar de considerar como se observan casos en el adulto mayor, quien no está excepto de presentar la dependencia a pesar de haber sobrepasado los 60 años (11).

El equipo de Salud Mental expresó su interés por el aprendizaje de la población objeto de estudio de las principales técnicas y métodos que pueden ser aplicados por la población para mantenerse dentro de consumos adecuados que no dañen la salud, se consideró importante: enseñar a alimentarse, sobre todo con proteínas, antes de una ingestión de bebidas, para provocar dificultades en el proceso de absorción por parte del organismo por el alcohol. También se explicó la necesidad de elegir escenarios adecuados para el consumo de bebidas alcohólicas, los cuales no deben ser ni el hogar, ni la vía pública ni el trabajo, por el efecto imitativo que puede lograr en los demás.

Para ingerir bebidas alcohólicas se deben elegir compañías que suelen tomar en cantidades razonables, para evitar consumos excesivos.

Se concluyó que es necesaria la aplicación de técnicas educativas, que ayuden a la población a conocer los efectos negativos del consumo abusivo de estas sustancias, para evitar los Problemas Relacionados con el Alcohol (P R A). Se argumentaron las actividades de grupo con técnicas inspirativas, mediante el uso de frases de personalidades de la cultura cubana, método que permitió la reflexión profunda y la involucración de la espiritualidad de los participantes en estas tareas. La aplicación de este programa confirma la veracidad del pensamiento martiano "No dejen de la mano los trabajos encaminados a enseñar".

ABSTRACT

A group of activities was made in a selected area of the northern policlinic of Ciego de Avila with the objective of establishing a system that allows the population to know the effects of the heavy alcohol consumption from the individual point of view as well as for the family. The applied system to instruct people living there was based on the Cantabria program: a file that contains specific teaching to be learned by the people selected for this research. By means of this, it is possible to know sociocultural characteristics of the alcoholic beverages, its damages when the consumption is over the level normal limits and it is developed an essential objective by the self-control of the person who consumes, the self-regulation that allows to recognize the amount of pure alcohol consumed during a week. After applying this instrument, the individual can identify his risk of consuming alcoholic beverages according to the categories of slight, medium, high and severe. Emphasis was made on the instruction as a better way to avoid the problems related to alcohol. The investigation also includes the application of an interview called SCAN, to diagnose dependent alcohol people, who were referred to rehabilitation services for group therapy or individual therapy. **Keywords:** ALCOHOLISM / prevention.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Washton AM. Willpower is not enough. Ed. Harper Collins: New York; 2004.
2. Washton AM. Doing what works. New York: Ed Press Guide; 2006.
3. Alonso F. Los secretos del alcoholismo. Madrid: Ed. Libertarias; 2004.
4. Dashaies JL. Alcoolisme de la femme. Impact. 2005; 12(2):18-20.
5. Ey H. Manuelle de Psychiatrie. 8ª ed. Madrid: Masson; 2005.
6. Alonso F. Alcohol y dependencia. Madrid: Masson; 2005.
7. Alonso F. Las otras drogas. Madrid: Ed Libertarias; 2006.
8. Mármol L. Una reflexión acerca de las adicciones. MediCiego. [serie en Internet] Ciego de Avila: CPICM; 2000 [citado 5 Ago 2002]; 6(supl): [aprox. 8 p.]. Disponible en: <http://www.cav.sld.cu/centro/Revista/Vol6.Suple/art6.htm>
9. Mármol L. La rehabilitación del alcohólico en un grupo de ayuda mutua. MediCiego. [serie en Internet] Ciego de Avila: CPICM; 2001 [citado 5 Ago 2002]; 7(2): [aprox. 6 p.]. Disponible en: <http://www.cav.sld.cu/centro/Revista/Vol7No.2/t8.htm>
10. DiClemente CC. Addiction and change. New York: Guilford Press; 2003.
11. González R. Diálogo y ayuda. Santiago de Cuba: Ed Oriente; 1998.