

## Chicos y alcohol: el modelo islandés que apunta a todas las facetas del problema

Tras estudiar los hábitos de consumo, elevaron la edad mínima para la venta y fomentaron el tiempo en familia y las actividades extraescolares



### Consumo de alcohol en adolescentes

Ver importante video en:

<https://www.lanacion.com.ar/2148088-chicos-y-alcohol-el-modelo-islandes-que-apunta-a-todas-las-facetras-del-problema>

La primera vez que Carolina, de 43 años, habló del [alcohol](#) con Joaquín fue hace tres años, cuando él tenía 14 y se quedó a dormir en la casa de un compañero. Al día siguiente, su hijo le contó que habían tomado cerveza y whisky. Ella se enojó y habló con la madre del amigo. Pero el año pasado, cuando Iván, su segundo hijo, llegó a los 14, las reglas en la casa ya habían cambiado: el consenso entre sus amigas y otras madres del colegio había marcado que era mejor que los chicos hicieran la previa en casa. El énfasis estaba ahora puesto en los excesos. "Tenés que evitar quebrar", le dijo a Iván el padre. Usó un término que no manejaba. Quebrar, para él, era emborracharse. Su hijo mayor se rio y le explicó que quebrar era vomitar estando muy borracho.

Las reglas sociales del alcohol en la adolescencia cambiaron. Y muchos padres navegan en el desconcierto: ¿Montar una guerra contra sus hijos? ¿Enseñarles a "consumir responsablemente" y soltarles la mano cuando cumplen 18 años aunque todavía no hayan alcanzado la madurez para evitar ser víctimas de sus excesos?

## ¿A qué edad se empieza a consumir sustancias psicoactivas en la Argentina?

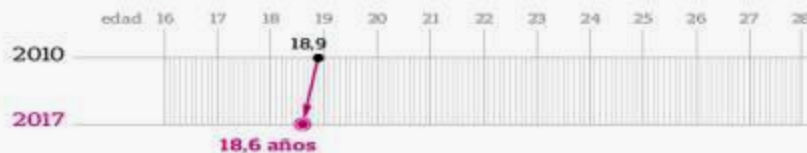
Y ¿a qué edad se consumían hace diez años?

Se empiezan a consumir antes que en 2010

### ALCOHOL



### MARIHUANA



### TRANQUILIZANTES



### ÉXTASIS



Se retrasó la edad de inicio del consumo

### COCAÍNA

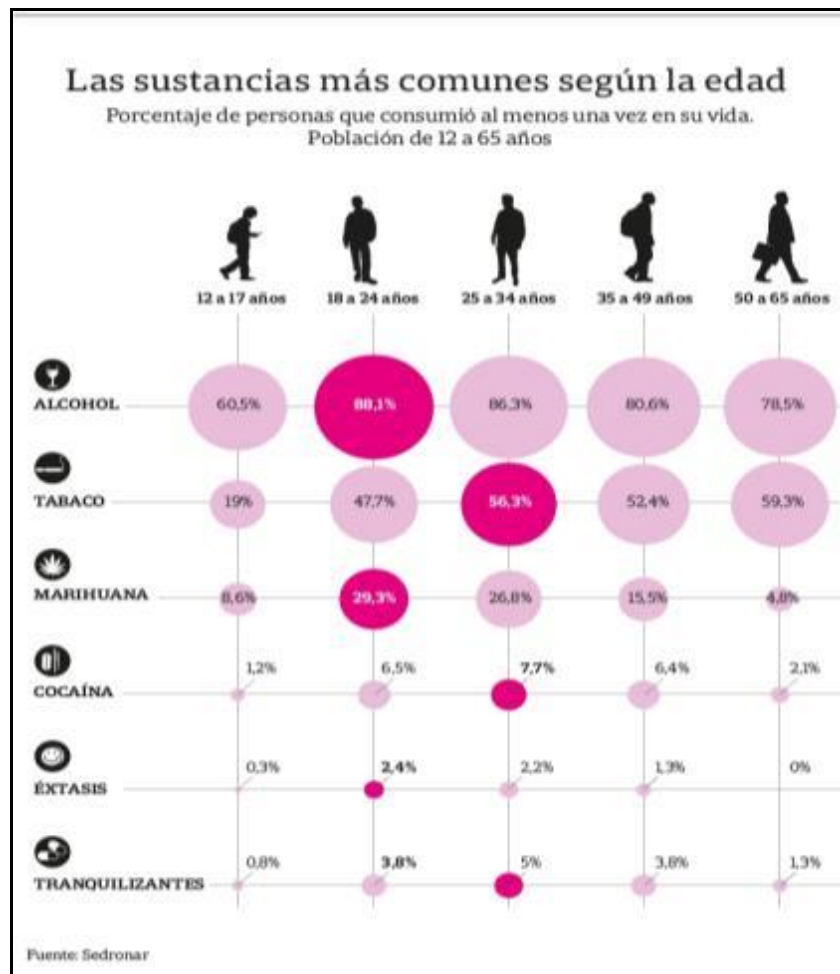


Se mantuvo igual la edad de inicio del consumo

### TABACO



El problema de cómo manejar el alcohol en la adolescencia preocupa a todos los países. Mientras algunos, como Uruguay o Suecia, se enfocan en la prohibición legal, otros, como Canadá, apuntan a la dimensión psicológica del problema, pero todos con éxitos parciales. El modelo islandés, en cambio, ya ostenta el mote de milagro: en 1998, el 47% de los adolescentes habían consumido alcohol en el último mes, y hoy ese porcentaje es inferior al 5%. Gracias a los resultados que logró, el programa Youth in Island (Juventud en Islandia) se replicó en varios países de Europa e incluso fuera del continente, como en Chile. ¿La clave? Estudiar durante una década los hábitos y conductas de los jóvenes y trabajar sobre esos resultados.



Las grandes perdedoras fueron las campañas de concientización que apuntan a los adolescentes, como la que impulsaba Estados Unidos en los 80, *Just say no* (Si alguien te ofrece alcohol, decí no). También fracasaron las que quisieron mostrar la abstinencia como algo *cool* y las que pretendieron combatir el consumo con la promoción de deportes en equipo, como en Gran Bretaña. Si bien la práctica de un deporte a nivel individual protege a los jóvenes del consumo de alcohol, los deportes colectivos lo incentivan, en su mayoría debido a fenómenos psicológicos ligados a la imitación y la emulación de la virilidad. En cambio, las que mayores logros consiguieron fueron las que abordaron el

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

conflicto en todas sus dimensiones: la parte que le toca al Estado, a los padres, a la escuela y a los propios chicos.

En la Argentina, cinco de cada diez padres aprueban que sus hijos se reúnan con amigos y hagan una previa. Y dos de cada diez les facilitan el alcohol con el argumento de que prefieren que tomen lo que ellos les dan, según un estudio de la Universidad Abierta Interamericana (UAI). Y la edad de inicio en el consumo de alcohol sigue bajando. Los adolescentes empiezan hoy a los 14 años, según el estudio nacional que hizo el año pasado la Sedronar entre la población de 12 a 65 años. Reveló además que los que hoy tienen entre 18 y 24 años empezaron a tomar cuando tenían casi 16 años. Y los que tienen entre 25 y 35 años tuvieron los 16 y seis meses como edad de comienzo. Los que hoy tienen entre 50 y 65 años, en cambio, empezaron a los 19 y medio.

## Invertir en investigación

¿Cómo hizo **Islandia** para pasar de tener los peores indicadores de consumo de alcohol hace apenas dos décadas a convertirse en el país faro en la lucha contra las adicciones? A fines de los 90, los adolescentes islandeses eran los que más tomaban en Europa. El gobierno intentó lo que todos solían hacer: invirtió millones en una campaña basada en charlas sobre los riesgos y las consecuencias del alcohol. Los resultados fueron nulos. Entonces entró en escena el Instituto Islandés de Análisis y Estudio Social (Icsra), con Jon Sigfússon como director, y se propuso cambiar radicalmente la estrategia. Había que invertir en investigación. Si no sabían por qué tomaban los chicos, ¿cómo iban a lograr que dejaran de hacerlo?

Pasaron diez años estudiando los hábitos y las conductas de los estudiantes. Después de semejante relevamiento encontraron que existía una asociación estadísticamente significativa que demostraba que hay tres factores que actúan en la adolescencia como protectores frente a conductas adictivas: postergar la edad a la que los chicos empiecen a tomar alcohol, idealmente hasta después de los 18; pasar tiempo con sus padres (al menos una hora diaria), y tener actividades extraescolares como deporte, teatro, danza.

"Las estadísticas son como la verdura. Tienen que ser frescas", explica Sigfússon, el creador del programa. A partir de ese conocimiento se diseñaron tres políticas públicas.

En primer lugar, endurecieron la prohibición de alcohol a menores y redoblaron los controles. No fue una medida simpática. Y por supuesto, al principio hubo resistencia: se elevó la edad a la que se permite la compra de bebidas: de 18 a 20 años. Está demostrado, dice Sigfússon, que retrasar la edad de inicio de consumo de alcohol baja las chances de adicción.

La segunda tampoco fue una medida popular. Se prohibió que los niños menores de 12 años circularan solos por la calle después de las 20, y los adolescentes de entre 13 y 16

años, después de las 22. La medida apuntó a forzar de alguna manera que los chicos estuvieran más horas en compañía de sus padres. Aunque muchos puedan creer que es



una edad en la que los hijos poco necesitan de sus padres, cuantas más horas pasa un adolescente con sus progenitores menos chances tiene de consumir alcohol.

El tercer punto de la receta involucra al Estado, a las escuelas y a los pares. Los adolescentes que tienen actividades después de la escuela tienen menos riesgo de caer en adicciones. Islandia optó por promover y becar las actividades extracurriculares para adolescentes. La plata mejor invertida en prevención de adicciones, afirman.

La fórmula no es estática y las medidas no surgieron de la nada. Desde que comenzó el programa, cada dos años se realizan monitoreos para actualizar las estadísticas.

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)



En Islandia Crédito: Archivo Y Planet Youth

Para Carlos Damin, jefe de toxicología del Hospital Fernández, el modelo islandés resulta muy interesante más allá de las diferencias de una sociedad nórdica y la nuestra. "Hay lecciones que deberíamos incorporar. Es utópico pensar acá en la prohibición de circular por la calle de noche para adolescentes -dice-. Pero sí deberíamos incorporar la importancia en el rol de los padres y en la función preventiva que cumplimos al pasar tiempo con ellos y de hacer actividades juntos. Además, en Islandia empezaron por casa. Por reducir el consumo en los adultos. Darle un vaso de cerveza a un chico de 15 años no solo lo daña físicamente. También le enseña que las leyes son para romperlas. Después, como padres, no nos podemos quejar".

En 2006, los exitosos resultados obtenidos llevaron a que el programa islandés pasara a llamarse *Youth in Europe* (Juventud en Europa). En los diez años siguientes, más de 30 municipios europeos no solo lo adoptaron, sino que también lograron replicar su éxito. Hoy el programa se llama Planet Youth (Planeta Joven), porque se desarrolla en Portugal, España, Francia, Italia, Grecia, Turquía, Eslovaquia, Bulgaria, Lituania, Rusia y Kenia, entre otras. Hoy, el 5% de los islandeses de entre 14 y 16 años aseguran haber tomado alcohol durante el mes anterior, contra el 47% de los europeos de esa edad.

Pero ¿es posible aplicar una receta nórdica en países con realidades tan distintas? [Chile](#) es el primer país americano en intentarlo. El diagnóstico dice que allí el 35% de los adolescentes reconocen haber bebido durante el último mes y más del 20% haberse emborrachado. Empiezan a tomar alcohol pasados los 13 años y a partir de los 15 toman un promedio de ocho tragos por noche. El dato más preocupante es que el 50% de las muertes juveniles son atribuibles al alcohol.

La inquietud de las sociedades científicas chilenas impulsó a las autoridades a analizar experiencias del mundo. "La receta islandesa es una de las más renombradas y es un ejemplo a nivel mundial", dice Carlos Ibáñez, jefe de la unidad de adicciones de la Clínica Psiquiátrica y coordinador de la iniciativa en Chile. "Nos pareció una experiencia digna de conocer y adoptar".

El plan chileno comenzó en agosto último, y como dura al menos cinco años, todavía no se vieron los resultados. El plan es disminuir el consumo de alcohol y drogas a través de

[www.psicoadolescencia.com.ar](http://www.psicoadolescencia.com.ar)

cambios en los factores de riesgo y protectores del consumo. Esa es la parte global. La parte local es identificarlos. Para ello, el programa se inicia con una evaluación en estudiantes de 15 años de seis comunas de Santiago. El empoderamiento de los padres es clave, explican en Chile. Que en las fiestas no haya alcohol, que en las horas de salida de las fiestas los menores no estén en las calles solos y que no se promueva el consumo dentro de la familia, con la falsa creencia de que esa es la mejor forma de que el chico "se acostumbre a beber" o porque prefieren que lo haga en la casa.

Pero no son los únicos que hallaron la respuesta que tantos padres buscan a lo largo del planeta. En [Canadá](#), la investigadora de la Universidad de Montreal Patricia Conrod diseñó un programa de prevención que, tal como publicó *The New York Times*, "parece que sí funciona".

El programa se llama Preventure. Conrod postula que es posible determinar a partir de la aplicación de tests de personalidad cuáles son los adolescentes que son más vulnerables o que tienen mayores riesgos de caer en adicciones. A partir de este diagnóstico, que se hace en absoluta confidencialidad, se busca darles herramientas que los ayuden a enfrentar sus conflictos sin recurrir al alcohol y a las drogas. El programa se aplicó en Canadá, en Australia, en Gran Bretaña, Holanda y en otros países de Europa y permitió reducir sensiblemente a largo plazo el nivel de consumo en la población que participó de los talleres.



En Argentina Crédito: Mauro V. Rizzi

Las pruebas de personalidad se enfocan en cuatro características de riesgo: los buscadores de sensaciones, los impulsivos, los que son sensibles a las ansiedad y los que padecen de desesperanza. Estas cuatro características se asocian, según Conrod, con mayores riesgos.

Lo positivo es que esos rasgos pueden identificarse a edades tempranas. En los talleres se enseñan técnicas conductuales cognitivas para enfrentar problemas emocionales y de comportamiento específicos. El programa redujo el consumo de alcohol en las escuelas en un 29%. Entre los estudiantes de alto riesgo identificados mediante el test, el consumo desmedido de alcohol se redujo un 43%, de acuerdo con los resultados publicados por *JAMA Psychiatry* en 2013, sobre los resultados aplicados en 21 escuelas en Gran Bretaña.

## Subir la edad de inicio del consumo, una meta posible a largo plazo

Poco después de cumplir 14 años. Esa es la edad a la que los adolescentes argentinos empiezan a tomar alcohol. El 50% de los padres habilita las previas con alcohol a sus hijos menores de edad. Y el 35% de los menores de 17 dice haber tomado en el último mes. El panorama era similar hace 20 años en Islandia, hasta que el gobierno impulsó un programa que fomentó las actividades extraescolares, alentó a los padres a pasar más tiempo con sus hijos y restringió su circulación en las calles después de cierta hora. Hoy es el país con menos niveles de consumo en adolescentes: menos del 5% de los que tienen entre 14 y 16 años consume alcohol.

**Evangelina Himitian**

**Con la colaboración de Víctor García (Chile)**

28 de junio de 2018

<https://www.lanacion.com.ar/2148088-chicos-y-alcohol-el-modelo-islandes-que-apunta-a-todas-las-facetas-del-problema>

OPINION

### UN FENOMENO NATURALIZADO QUE CAUSA SEVEROS BAÑOS NEUROLOGICOS

Chicos sin alcohol es el título de la campaña que lanzamos desde el Consejo Publicitario Argentino en marzo, en busca de concientizar a los padres sobre los daños a la salud que ocasiona el consumo precoz de alcohol. Daños severos y muchas veces irreversibles en el plano neurológico.

"Pareciera naturalizado el fenómeno", nos transmitieron desde las organizaciones expertas que nos asesoraron en la realización de la campaña. Vemos muy frecuentemente padres que abren sus casas para las "previas", en las que los chicos consumen alcohol y en muchos casos son ellos mismos los proveedores de las bebidas, con la excusa de que "es mejor que lo que tomen sea de buena calidad".

El consumo de alcohol en adolescentes ocurre cada vez a más temprana edad, con datos que sitúan el inicio a los 14 años. Observamos padres en roles cómplices, indiferentes o impotentes frente a esta situación que amenaza a nuestros adolescentes. La necesidad de poner límites parece diluirse: "Otros padres no los ponen" o "Me va a ocasionar una pelea con mi hijo" son las frases que más escuchamos durante las investigaciones que hicimos antes de lanzar la campaña.

Las agencias de publicidad, socias de nuestra institución, buscan los mejores caminos creativos en cada campaña para lograr mensajes impactantes. En el caso de "Chicos sin Alcohol", la agencia JWT utilizó el eslogan "Sigue siendo un chico, no dejes que tome alcohol" y realizó un paralelismo en la pieza de TV con la imagen de un bebé que trastabilla tanto como un adolescente, como recursos creativos para interpelar a los padres sobre su indelegable rol tanto en la primera infancia como cuando los chicos superan los 12 años.

Los medios socios y no socios del Consejo se hicieron eco del mensaje permitiendo darle gran difusión, y las empresas anunciantes apoyaron la campaña. Desde el Consejo confiamos desde



[www.psicoadolescencia.com,ar](http://www.psicoadolescencia.com,ar)

hace 58 años en el gran valor de la comunicación de bien público para contribuir a modificar conductas, o prevenir situaciones que pueden ser perjudiciales para la sociedad, y esta iniciativa ha sido una muestra más de nuestro compromiso.

La campaña cuenta con el sitio web [www.chicossinalcohol.org.ar](http://www.chicossinalcohol.org.ar) donde se puede obtener información y asesoramiento sobre la problemática, con el aporte de las organizaciones expertas, Fundartox, El Reparó y Fundación Padres.»

*María Álvarez Vicente  
La autora es directora ejecutiva  
del Concejo publicitario Argentino*