

“Cuanto antes se comience la ingesta de alcohol más riesgo de consumir alcohol se tiene”

“La cantidad de consumo se aproxima a 4 ó 5 copas lo que equivale a 56 gramos de alcohol... una barbaridad”

“A los jóvenes hay que decirles que beber alcohol a su edad conlleva, si no hay un control, dificultades en la maduración neuronal”



DRA. Dª CONSUELO GUERRI SIRERA

JEFA DE LABORATORIO DE PATOLOGÍA CELULAR

CENTRO DE INVESTIGACIÓN PRÍNCIPE FELIPE

CONSELLERIA DE SANITAT. GENERALITAT VALENCIANA

ENTREVISTA A CONSUELO GUERRI

PADRES y MAESTROS

Un fin de semana más. Muchos jóvenes, algunos de ellos ni siquiera entrarían en este estadio evolutivo si nos limitamos al manual, se apiñan para hablar de sus cosas y desconectar de las rutinas de la semana. Una plaza, un descampado, una calle,... es el punto de reunión. Grupos de chicos y chicas rodean unas bolsas de plásticos de las que sobresalen envases de cristal. Algunos de estos chicos y chicas, y decimos algunos, no saben controlarse, asocian este contexto a beber ingentes cantidades de alcohol sin caer en la cuenta de que esa forma de beber por beber está limitando su desarrollo cerebral.

Padres y Maestros: Cuarenta años dedicados a estudiar e investigar cómo influye el consumo de alcohol en el desarrollo cerebral. ¿En qué medida nos está afectando esta nueva “cultura del botellón”?

Consuelo Guerri: Las investigaciones indican que estamos ante un nuevo patrón de consumo. Constatar qué efectos provoca en los jóvenes a corto y largo plazo es el objetivo de muchos de mis trabajos.

PyM: ¿Qué destacarías de este nuevo hábito de consumo?

C.G.: Hace unos años el patrón de consumo normal en España era un consumo de vino en las comidas, en las nuevas generaciones esto está cambiando, hablamos de una población joven que lo hace en ayunas, empieza a la una de la mañana, por tanto mucho más peligroso, además se realiza de manera compulsiva, se bebe altas cantidades de alcohol en pocas horas y los niveles de alcohol en sangre y en cerebro alcanzan niveles muy elevados y peligrosos.

También hay que señalar que la edad de inicio se sitúa entre los trece y los catorce años, con una frecuencia de consumo de dos o tres veces concentrado durante el fin de semana. La cantidad de consumo se aproxima a 4 ó 5 copas lo que equivale a 56 gramos de alcohol... una barbaridad.

PyM: ¿Es un patrón de consumo basado en borracheras?

C.G.: No es necesario llegar a emborracharse. Lo que ocurre es que se consume mucha cantidad en poco menos de cuatro horas, el organismo no puede

metabolizarlo, los niveles de alcohol en sangre y en cerebro se incrementan y pueden causar daño y muerte neuronal.

PyM: Las consecuencias de esta situación serían...

C.G.: Además de estar ante un patrón de consumo más neurotóxico, no perdamos de vista que hasta los veintiún años no hay una maduración y desarrollo del cerebro, además de eso hay que señalar que todos los estudios indican que este consumo precoz de alcohol, y de esta manera, predispone a problemas posteriores relacionados con el alcohol.

PyM: Sin descartar otro tipo de problemas como, por ejemplo, los académicos.

C.G.: Desde luego, la última zona que se desarrolla es la corteza prefrontal que es la que se encarga de la regulación de tareas ejecutivas, por ejemplo la impulsividad en los jóvenes, la tendencia de los adolescentes a sólo fijarse en lo placentero, en lo positivo y no en lo negativo. Igualmente, hay ciertas áreas del cerebro predispuestas y adaptadas para el aprendizaje. Nosotros hicimos una investigación con ratas, les suministramos dosis intermitentes de alcohol, simulando los botellones de los fines de semana. Estas dosis se las administramos a animales jóvenes, equivalentes a adolescentes entre 14 años hasta 19 años. Los niveles de alcohol en sangre que alcanzaban los animales eran equivalentes a las que puede alcanzar un joven de 15 años tras tomarse, aproximadamente dos cubalibres y medio litro de calimocho. Al terminar el experimento y en ausencia de alcohol en sangre, comprobamos desde muerte neural en hipocampo y en la corteza prefrontal hasta defectos en el aprendizaje motor y cognitivo como problemas de memoria y aprendizaje sin nivel de alcohol

en sangre, descubrimos síntomas de muerte neuronal, especialmente en el hipocampo y en la corteza prefrontal. Los animales tenían alteraciones de aprendizaje, problemas de memoria y dificultades motoras. En la fase adulta los problemas motores se reducen pero los déficits de aprendizaje y de memoria se mantienen.

PyM: ¿Y esto es generalizable a las personas?

C.G.: Estoy en contacto con la única persona en Estados Unidos que estudia esto en humanos, chicos de 15 años. Los resultados coinciden.

PyM: Me consta que visitas muchos institutos y colegios, ¿dónde pones el acento en tus conversaciones con jóvenes?

C.G.: Me suelen invitar para hablar sobre la biología del alcohol desde una visión cultural, ver los aspectos positivos y los negativos. Incido mucho en que ante este problema no puedes utilizar la pedagogía de la prohibición. Si prohíbes a un adolescente, su reacción, es la contraria, la tendencia es a pasarse los límites.

Hay que transmitirles que el consumo descontrolado es algo dañino para ellos y para ellas. Deben comprobar cómo evoluciona un cerebro en función de si está o no alterado por el consumo de alcohol. Hay que decirles que beber alcohol a su edad conlleva, si no hay un control, dificultades en la maduración neuronal que difícilmente se desarrollan en otras etapas de la vida. Beber alcohol bajo este patrón de consumo provoca daños irreparables, la toxicidad del etanol podría alterar la plasticidad cerebral y modificar de forma irreversible ciertas regiones cerebrales del adolescente.

PyM: Siempre habrá que responder a esa pregunta de ¿por qué mi padre o mi madre sí y yo no?

C.G.: Ahí es donde hay que explicar el patrón de consumo y la concentración desproporcionada. Nadie dice que el alcohol de manera moderada, en las comidas, provoque daños irreparables, hablamos de daños neuronales cuando se hace siguiendo los rituales y el patrón de consumo que algunos jóvenes realizan actualmente.

PyM: ¿Y no todos somos igualmente vulnerables ante el consumo de alcohol?

C.G.: Desde luego, sabemos desde hace años que los antecedentes familiares de alcoholismo y la edad de inicio del consumo de alcohol se relacionan con la prevalencia de la dependencia de alcohol. Cuanto antes se comience la ingesta de alcohol más riesgo de consumir alcohol se tiene. Si somos capaces de retrasar el inicio en el consumo de alcohol de los adolescentes ganaremos mucho en la prevención de todos los problemas antes mencionados. Las cifras son muy llamativas, jóvenes con antecedentes familiares de alcoholismo y que comienzan antes de los trece años tienen un 58% de posibilidades de desarrollar un consumo descontrolado, sin embargo, si la edad de inicio se retrasa hasta los veintiún años el porcentaje desciende hasta un 16%.

PyM: Para terminar, ¿qué tratamientos existen para paliar la dependencia alcohólica?

C.G.: Hay mucha diversidad de fenómenos individuales que condicionan el que no haya un tratamiento igual de efectivo para todas las personas con dependencia alcohólica. Lo adecuado es realizar un análisis a la persona afectada y establecer cuál es el mejor tratamiento en función de sus circunstancias genéticas, individuales y sociales.■