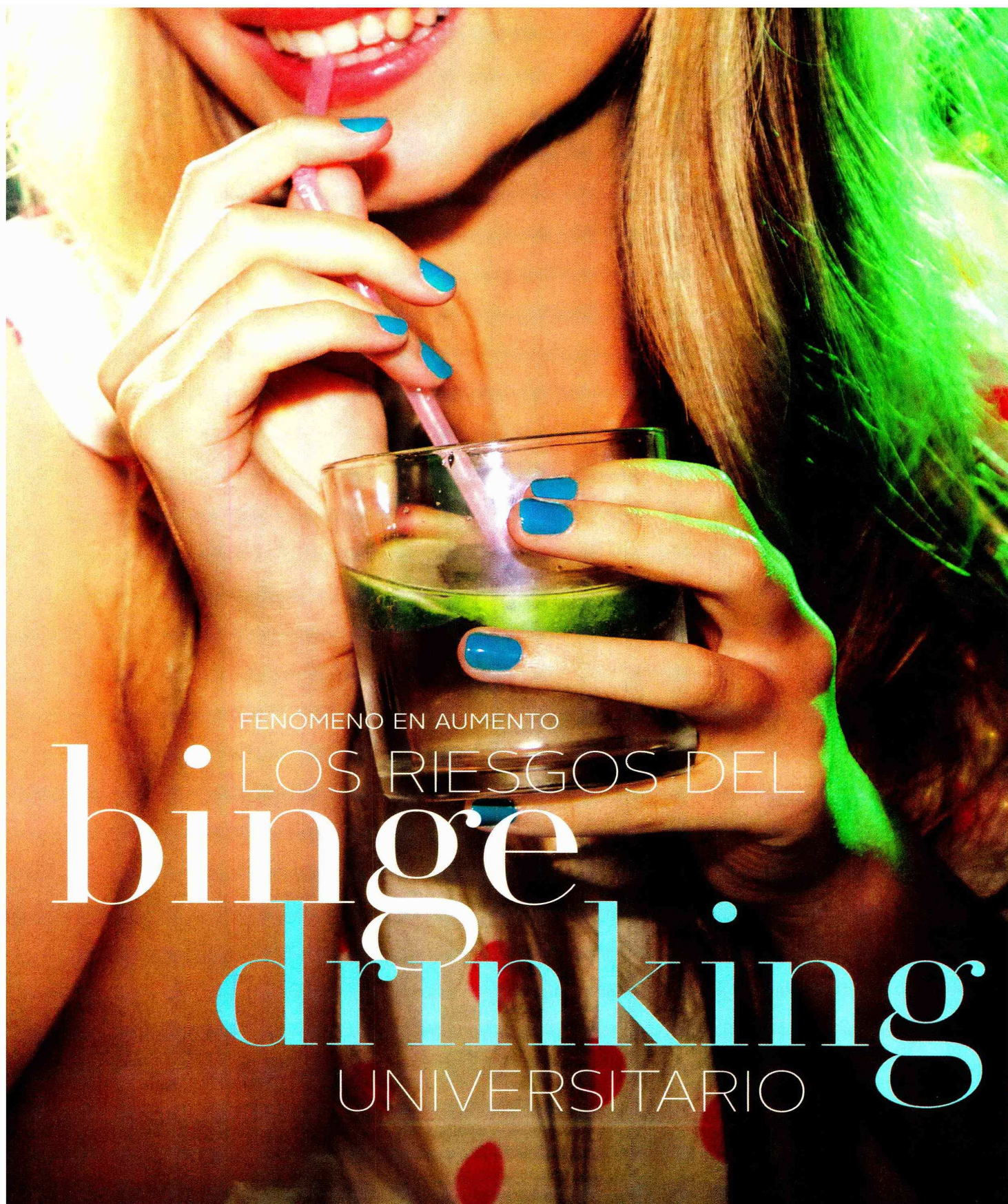


Medio	Revista Ya (El Mercurio)
Fecha	11-12-2012
Mención	Los riesgos del binge drinking universitario. Testimonio de una alumna de la UAH.



FENÓMENO EN AUMENTO

LOS RIESGOS DEL

binge drinking

UNIVERSITARIO

Beber más de cinco tragos por episodio; mezclar ron con cerveza y vodka con vino barato; sufrir “apagones de tele”; no saber qué pasó la noche anterior con la mochila, el auto y la tarjeta de crédito y hasta arriesgarse a abusos sexuales, son signos de este preocupante fenómeno que se intensifica en las universidades chilenas. Aquí, las diversas caras del problema que involucra a jóvenes, terapeutas, educadores y padres.

POR **MARÍA CRISTINA JURADO.**

COLABORACIÓN: **MARÍA LORETO**

PASSALACQUA

A VECES CON
EL *BINGE*
DRINKING se
beben hasta
10 tragos
en tres
horas. LOS
BLACKOUTS DE
LA CONCIENCIA
SON COMUNES.

Lo que el psicólogo clínico, docente universitario y director del Instituto Médico Schilkrut, Andrés Borzutzky, califica de blackout –no recordar más que un mínimo porcentaje de lo vivido la noche anterior por efectos del alcohol– para Margarita S., 22 años, estudiante de Sociología en una universidad privada, se transformó en la peor pesadilla de su año mechón. Sucedió un noviembre.

–Yo iba de mal en peor. Hasta ahí había sido una niña muy protegida, de colegio inglés, la del medio de tres hermanos. En la enseñanza media tomé muy poco, pero al llegar a Sociología, me disparé. Quería, desesperadamente, formar parte del grupo y si no tomaba, no me pescaban. Empecé a probar de todo y a tomar cada vez más rápido, uno como que desarrolla la velocidad para no quedarse atrás. En noviembre de mi primer año, con unos compañeros nos fuimos de paseo a la playa y, la última noche, hicimos una fogata. Me puse a tomar roncola y lo potencié con cerveza. Era tarde y estábamos frente al mar, éramos unos catorce. Pensaba que, por estar al aire libre, no me pescaría el alcohol.

Margarita se equivocó. Después de beber por lo menos ocho roncolas y dos cervezas se le borraron los recuerdos. Despertó, muerta de frío y mojada, a las cinco de la mañana, sola, en plena playa. Su mente estaba en blackout.

–Hasta hoy no tengo idea de qué sucedió, me acuerdo vagamente de que me puse a conversar, en el quinto o sexto ron, con un gallo de otro curso a quien poco conocía. Aparecí, horas después, en la playa, muy lejos de la fogata. Mi mochila había desaparecido, también mi parka y el cinturón de mis jeans. Al otro día encontré todo botado en la arena, me quedé con la idea de que algo había pasado entre ese gallo desconocido y yo. Se me apagó la tele por el trago.

Margarita no contó en su casa, tampoco consultó a un médico. En Santiago tuvo que chequear su tarjeta de crédito. Hasta hoy guarda su secreto, pero sigue bebiendo con

sus compañeros de Sociología. No quiere dejar de pertenecer. “Trato de no pasar del cuarto vodka o ron”.

El binge drinking (atracción de alcohol) se define como beber cinco o más tragos alcohólicos en un solo episodio y de manera muy rápida, en no más de dos o tres horas. Un fenómeno que se desarrolla con fuerza incremental desde hace unos seis años y que, en Chile, comienza en el colegio y estalla con fuerza en la universidad, dicen los expertos en adolescencia. Múltiples razones sociológicas, psicológicas y familiares explican el fenómeno e involucran

a padres, profesores, médicos y, sobre todo, a los protagonistas: adolescentes desde 15 a 24 años. Un binge drinking puede llevar a vivir episodios altamente peligrosos que ponen en jaque la integridad física y emocional de quienes lo practican. Episodios que van desde sufrir un accidente de tránsito o un asalto, una violación, riñas callejeras o incluso comportamientos sexuales no deseados. Porque en situaciones así, donde hay pérdida de conciencia, el argumento del consentimiento sexual no es válido según la ley. Según una encuesta muy reciente de la Universidad Católica, el 41% de menores de 20 años es un bebedor excesivo y toma más de dos tragos a la vez.

Pero, ¿cómo un adolescente llega a perder completamente noción de lo que vivió la noche anterior?

Ocurre cuando la memoria no es capaz de reconstruir lo vivido, por efecto directo en el cerebro de consumir demasiado alcohol en muy poco tiempo. Lo explica Andrés Borzutzky:

–El blackout existe y es muy preocupante. Lo vemos cada vez con más frecuencia entre los universitarios y también en estudiantes de los últimos años de enseñanza media, que es cuando realmente comienza el problema de beber alcohol excesivamente. Imagínate una película compuesta de muchas fotos: cuando miras la tira completa, hay ciertas fotos muy nítidas y otras completamente en negro, borradas. Así es el blackout. Los pacientes relatan no acordarse casi de nada de lo que vivieron la noche antes por muchos esfuerzos que hagan, es como un espacio de tiempo que nunca hubiera existido. Ese es el gran riesgo. En ese espacio de tiempo pueden ser víctimas de cualquier peligro o hacer cualquier acción que jamás harían conscientes, que sería impensable sin esa cantidad de alcohol en el cuerpo.

Mujeres a la par

El Instituto Schilkrut, que dirige Borzutzky está especializado en adicciones, trastornos alimentarios e investigación psicológica. Ahí trabaja un extenso equipo multiprofesional, del cual forma parte Yamil Quevedo, psiquiatra de la Universidad de Chile y especializado en adicciones y adolescencia, quien resume:

–Lo que mantiene el consumo entre los jóvenes –y por eso es un problema tan grave y difícil de enfrentar– es la negación de las consecuencias negativas de las drogas y el alcohol en el cuerpo, la psiquis y las emociones. Consecuencias que pueden ser graves. Nosotros recurrimos a una prueba médica contundente. Pedimos un examen imagenológico muy específico, el Spect, que mide flujos sanguíneos cerebrales y los compara con el banco de datos de un sujeto normal. Nos ayuda a pasar el mensaje a los adolescentes y sus familias de que beber alcohol de manera exagerada no es inocuo para el cerebro. Causa

daño, pero estos daños cerebrales pueden ser reversibles si se adopta la abstinencia. Así y todo, incluso con el examen médico en mano, a veces los chicos y sus familias siguen en negación.

El Spect, un examen caro, es una buena arma para convencer. Pero nada reemplaza la terapia, porque el binge drinking es más que una moda, obedece a profundas razones sociales y psicológicas. Por eso, dice la psicóloga clínica Loreto Arriagada, codirectora de la Unidad de Dependencia Química del Schilkrut, la relación que se construye con el paciente es la "principal arma terapéutica".

—Se necesitan dos años mínimos para que un tratamiento de adicciones dé resultado. En mi experiencia, en Chile la ingesta excesiva de alcohol y drogas en muy corto tiempo ha aumentado exponencialmente entre los jóvenes, lo avalan los estudios del Servicio Nacional para la Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas y Alcohol (Senda). Hay jóvenes que llegan a tomar hasta diez tragos en menos de tres, cuatro horas. Es especialmente grave en las niñas, porque son más vulnerables y tienen distinta constitución física que los hombres, son menos resistente a los estragos del alcohol.

En las jóvenes, dice Loreto Arriagada, el cambio en los patrones de consumo de alcohol es la base de esta cuasi epidemia de tomar a destajo. Y es que se registra una profunda transformación a nivel social: hasta hace diez años ellas tomaban en forma casi oculta, en un bar conocido con gente conocida; la privacidad de un living o una fiesta de amigos. Una modalidad que conservan las mayores de 40 años. En cambio, las universitarias de hoy beben en forma pública, sin tapujos, quieren igualarse a sus compañeros hombres.

Por eso, dicen los psicólogos, esta epidemia de beber en exceso amenaza con igualar, en este terreno, a hombres y mujeres entre los 15 y 30 años.

—Años atrás, la chica que consumía excesivamente a partir de los trece,

catorce años, era una mujer en el grupo de los hombres. Hoy toma a la par que ellos, ya no se distingue. En esto los sexos se han igualado en términos de calidad, cantidad y frecuencia. Al partir muy jóvenes, las estudiantes desarrollan mayor tolerancia al alcohol, el blackout les ocurre casi inmediatamente —dice Borzutzky.

No sólo la cantidad de trago marca el fenómeno, también su calidad: según los expertos, el binge drinking se basa en alcoholes de muy mala calidad que entran más directamente y más rápido en la sangre. Lo popular —y más dañino, por su alta concentración de alcohol— son el ron y vodka de malas marcas. Que se potencian con cerveza de bajo costo, porque, dice la psicóloga Arriagada, lo común es que en una sesión de binge, el estudiante mezcle distintos tipos de trago en sucesión. Lo que empeora la situación, sobre todo en las mujeres.

—En ellas es mucho más grave, porque la mujer tiene menor cantidad de agua en el cuerpo y metaboliza el alcohol de distinta manera en el hígado. Esto provoca que, a igualdad de dosis, la intoxicación sea mucho mayor.

Los médicos expertos en adolescencia se refieren a estudios cerebrales en pacientes de binge drinking. Resonancias nucleares magnéticas han demostrado que en el cerebro de niñas entre 14 y 18 años que toman excesivamente, se observan alteraciones y una disminución del grosor de la mielina que recubre las neuronas cerebrales. Y es justamente durante la adolescencia que se desarrolla el recubrimiento de mielina en las neuronas, responsables de una transmisión nerviosa eficiente.

Las universitarias, quienes viven el fenómeno, intentan una explicación:

—Cuando eres mechona te estás enfrentando a un universo completamente diferente, y para no ir tan pollo, te tomas esa dosis de personalidad que te ofrece el alcohol. Más adelante, cuando estás metida en la vorágine universitaria, es más que nada para salir del es-

trés, dice Laura M., 22, estudiante de segundo año en la Universidad Diego Portales.

Macarena P., en primer año de Enfermería en una casa de estudios del Consejo de Rectores, reconoce que fue al terminar el cuarto medio que su manera de tomar trago se transformó. En los primeros años de universidad, dice, hay mucha presión y muchos estudiantes deciden 'borrarse' con alcohol y a veces marihuana para hacerle frente, especialmente en el primer año universitario:

—En las discotecas hay tipos que invitan a las chicas a los llamados "after", y claramente es con la intención de que pase algo más. Hay niñas que no saben tomar y quedan muertas en plena disco, pero no conozco ningún caso de abuso sexual. Sí tengo amigas que han tenido sexo alguna noche con alguien con quien no querían, por culpa de demasiado alcohol. Al otro día se arrepienten —dice.

Sandra F., alumna de Licenciatura en Historia en la Universidad Alberto Hurtado, 23 años, tuvo su mañana de arrepentimiento después de un carrete:

—Me sentí como una ebria. Igual reconstruí las escenas de esa noche con relatos de terceros, porque puedo estar inconsciente, pero no soy tonta.

Así y todo, Sandra no pudo reconstruir la noche completa. Su blackout de muchas horas lo impidió.

Víctimas y victimarios

Este "borrón de la memoria" tiene profundas causas. En lo biológico, la intoxicación alcohólica causa impacto en el cerebro y se pierden neuronas que no vuelven. Eso sí, cada día generamos nuevas neuronas cerebrales. En lo psicológico, la joven bloquea, disocia, escinde la experiencia. El "borrón" actúa como un mecanismo de defensa inconsciente que bloquea experiencias no admisibles en la conciencia. Por culpa, vergüenza o angustia, las tres emociones negativas más importantes.

Dice el psiquiatra Yamil Quevedo:

—Cuando hay consumo frecuente de sustancias ilícitas, estas tres

emociones están anestesiadas. La vergüenza, culpa o angustia no se sienten pegadas a la experiencia del momento, sino que se disocian. Por eso se reincide fácilmente –es el caso de las universitarias–, porque estas tres emociones, que normalmente protegen de reincidir, dejan de tener efecto. Se viven, pero no se asocian al consumo. Entonces sucede que una chica en desarrollo puede dispararse en sus experiencias sexuales y sufrir grandes riesgos.

Hay otras causas. La gran disponibilidad del alcohol para la juventud –hasta en sitios web que van a dejar las botellas a domicilio– no existía hace quince, veinte años. El progreso económico de Chile, su tasa de crecimiento sobre el cinco por ciento y el pleno empleo en 2012 es causa de mejores mesadas familiares y mayor cantidad de padres ocupados y absortos. Mala cosa porque, aseguran las estadísticas, hay una estrecha relación entre apoderados preocupados y universitarios con menor riesgo alcohólico. También, la “normalización” del consumo de alcohol en la juventud –visión heredada de los países desarrollados– le quita peso real al problema. Que un grupo de adolescentes beba hasta borrarse ya no es pecado capital en la era en que vivimos.

El Senda, concluye en su boletín “Victimización y Alcohol”, –que revisó estudios entre 2008 y 2010– que la conexión entre los bebedores de seis o más tragos en una sola ocasión y la victimización por agresiones, asaltos o episodios de violencia sexual, está probada. Si los hombres aumentan su riesgo de sufrir un asalto en un 45 por ciento, las mujeres lo hacen en 54 por ciento. En agresiones la tasa se dispara: ellos corren un riesgo 1,74 veces mayor que quienes no beben; entre las mujeres la prevalencia es 66 por ciento mayor.

Las cifras de accidentes por alcohol también son demoledoras para las bebedoras. Según el Senda, cada trago extra significa un 24 por ciento más de riesgo de accidente. Y, a más días de consumo semanal, aumenta el riesgo femenino de agresión y violencia sexual. “La prevalencia

para las variables estudiadas (asalto, agresión y violencia sexual) es entre 45 por ciento y 74 por ciento más alta para los hombres que reportan consumo intenso de alcohol y entre 54 por ciento y 302 por ciento para las mujeres”, dice el boletín.

Una abogada de la Fiscalía Oriente en Santiago, experta en delitos sexuales, observa que las denuncias por posibles abusos o violaciones ligadas al consumo excesivo de alcohol han aumentado en los últimos tres a cinco años. Sería

un fenómeno nuevo en Chile que produce casos que son extraordinariamente difíciles de investigar y, aún más, de probar.

–Vodka, roncola, cerveza, es lo más usual. Las chicas que denuncian prueban que no saben tomar: hacen mezclas infernales y de mala calidad. He visto en los informes periciales cómo los tragos más baratos son los más dañinos, porque su contenido químico afecta más rápidamente al organismo. Lo otro que me llama poderosamente la atención es que las niñas que llegan aquí hablan de que “se borran muy rápido”, a los pocos minutos de empezar con el trago. Hay una pérdida de conciencia casi instantánea, y la sufren entre dos y tres veces por semana. Yo creo que el problema se centra en las fiestas mechonas y los famosos paseos a la playa, en los primeros dos años de universidad. Cuando toman en público el riesgo es mayor.

Las denuncias por agresión sexual son hechas, generalmente, por la familia. De la clínica son derivadas al Servicio Médico Legal, que constata lesiones o signos de violencia sexual. Eso, cuando se puede. La abogada de Fiscalía Oriente atestigua:

–Habitualmente la potencial víctima no recuerda nada y los posibles

acusados son, casi siempre, gente desconocida o que no se logra identificar. En muchos casos es imposible saber si los mismos compañeros mienten para proteger al agresor (otro compañero). Tengo varias investigaciones en curso, con poco resultado. Y hay mucha denuncia tardía, dos o tres semanas después de los hechos, lo que dificulta que el Servicio Médico Legal identifique signos físicos.

Sólo hasta siete días después de un ataque hay signos claros. Y, cuando la estudiante ha tenido vida sexual previa, se hace aún más difícil. Pero, dice la Fiscalía Oriente, no es obligatorio hallar signos en el cuerpo para acusar: con un intento de penetración, el legislador ya lo considera delito en grado consumado. “No necesita más signos evidentes, porque una de las hipótesis que plantea la ley es que la persona está privada de sentido o de razón, ya sea por sustancias psicotrópicas o alcohol. Igual puede acusar y el caso reconstruirse de otra manera”.

–Son casos muy difíciles de investigar. Desde el punto de vista investigativo, la ingesta de alcohol provoca que la fuente principal de información no colabore. Y el grupo no sabe o no quiere involucrarse. Las declaraciones son siempre muy confusas.

¿Y los padres en todo esto?

Según el Noveno Estudio Nacional de Drogas en Población Escolar entre Octavo Básico y Cuarto Medio del Senda –etapa donde debuta el binge drinking– el 64,3 por ciento señala haber tomado cinco o más tragos en una sola ocasión, en los últimos 30 días. Es decir, dos de cada tres alumnos. El mismo estudio confirma que las tasas de involucramiento parental muestran que los padres que conversan con sus hijos sobre los peligros de drogarse y beber y que desaprueban el consumo de alcohol y marihuana, disminuyen abiertamente el riesgo.

El psicólogo clínico Andrés Borzutzky dice:

–Hay estudios del ex Conace que demuestran que los papás presentes, que van a buscar a

sus hijos a las fiestas por lo menos hasta el segundo año de universidad, disminuyen mucho las tasas de consumo. Comunicarse, mostrar curiosidad, no desde el control sino desde la apertura mental, es un gran factor de protección. Nunca cansarse de preguntar qué hicieron, con quiénes lo hicieron. Dónde fueron. Conocer a sus amigos y a los padres de sus amigos es otro factor crucial de protección, también comer con ellos. No mandarlos en radiotaxi, tomarse la molestia de ir a buscarlos en medio de la noche. Construir redes con los pares de tus hijos es la red de seguridad del futuro.

Curiosamente, aunque las universidades están conscientes del problema del alcohol excesivo entre sus alumnos, casi ninguna ha implementado un sistema específico de prevención. Por ejemplo, en el caso de la Universidad Diego Portales, la encargada de la Dirección de Asuntos Estudiantiles, Isabel Pons, dice que sólo “desde el próximo año desarrollaremos talleres para hacemos cargo de un problema que, generalmente, se deja en manos del colegio, pero se arrastra hasta la universidad”. La UDP prohíbe el alcohol en sus aulas y, en caso de fiesta, los

alumnos deben pedir permiso a la Municipalidad.

—Antes las fiestas eran más normales, pero ahora los alumnos toman hasta reventarse. Hasta donde sé, nunca ha habido denuncias de accidentes ni de abusos sexuales entre nuestros alumnos —dice Pons.

Parecido es el caso de la Adolfo Ibáñez, cuyo Centro de Asesoramiento Estudiantil tampoco tiene programas de prevención para bebedores excesivos. Distinta es la posición del Servicio de Salud Estudiantil de la Universidad Católica, que comanda la psicóloga y diplomada en Neurobiología de las Adicciones, Lorena Escudero, quien dice:

—En la UC estamos abordando el uso de alcohol y drogas desde 2003, y particularmente abocados a promover un estilo de beber que desincentive el binge drinking. A pesar de que algunos problemas ligados al alcohol comienzan en la universidad, muchos estudiantes traen prácticas de consumo desde antes. Heredamos un número importante de problemas que se desarrollan en la adolescencia y que se pueden mantener o agravar en la etapa universitaria.

Escudero recuerda que los estudios en universitarios refieren que en torno a un 10 por ciento de los consumidores frecuentes de alcohol ha tenido alguna experiencia de agresión sexual.

—Ya sea que se ha sobrepasado sexualmente con alguien o se han sobrepasado con él/ella. En ambos casos la situación es vivida con angustia y culpa, ya que con frecuencia ambos miembros están bajo los efectos del alcohol, por lo que es difícil definir el grado de consentimiento de la conducta, o bien, no recuerdan lo ocurrido. La sensación de vulnerabilidad es mayor en la medida en que se desconoce lo que realmente ocurrió. Y, en muchas ocasiones, no saben si denunciar o no, ya que temen haber colaborado con la situación. **ya**



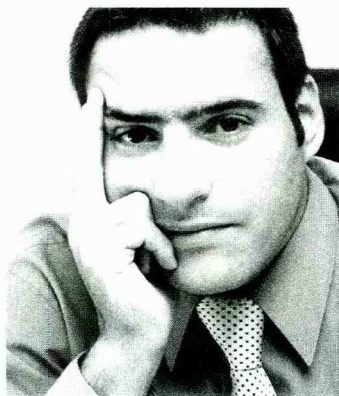
SERGIO LÓPEZ I.

"El Spect es un examen cerebral fino que aterriza el tema en las familias: el alcohol no es inocuo", afirma el siquiatra Yamil Quevedo.



PATRICIO GODOY

"Antes las fiestas eran más normales, pero ahora los alumnos toman hasta reventarse", asegura Isabel Pons de la U. Diego Portales.



MARÍA JOSÉ ABARCA

"Hay una directa relación entre padres preocupados e hijos protegidos del alcohol", dice



TOMÁS FERNÁNDEZ

Fiestas playeras, celebraciones mechonas y otros eventos universitarios son caldo de cultivo del problema. El alcohol fluye, el descontrol también.

ESTUDIOS DEL SENDA PRUEBAN LA *relación entre alcohol, agresión y violencia sexual.* PEOR ES PARA LAS MUJERES.

EL "APAGÓN DE TELE" EN LAS UNIVERSITARIAS *es la primera señal.* NO TODAS CORRIGEN SU CONDUCTA.

