

¿Estamos haciendo lo necesario para prevenir y disminuir el consumo de alcohol?

Are we doing what is necessary to prevent and reduce alcohol consumption?

Jorge Ameth Villatoro Velázquez¹, Marycarmen Noemí Bustos Gamiño¹, Nancy Amador Buenabad¹, María de Lourdes Gutiérrez López¹, Raquel Mondragón Gómez², María Elena Medina Mora Icaza³

¹Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz.

²Programa de doctorado, Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.

³Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México.

Diversos estudios en México indican que el alcohol es la sustancia que causa más problemas en el país y en muchas partes del mundo. La prevalencia para el consumo excesivo durante el último año en la población mexicana adolescente de 12 a 17 años, pasó de 12.1% en 2011 a 15.2% en 2016, con el mayor incremento en las mujeres (8.6% a 14.9%). En tanto, para los y las jóvenes de 18 a 29 años de edad, pasó de 19.7% a 46.4% (hombres de 23.8% a 59.1% y mujeres de 15.7% a 33.8%; Reséndiz et al., 2018).

Durante el confinamiento por COVID-19 (de finales de marzo a junio del 2020), se encontraron variaciones en el consumo de alcohol entre la población. Aunque varias fuentes de información en México indicaron que hubo un decremento en su consumo, en aquellas personas que incrementaron su consumo se presentaron mayores síntomas de depresión y ansiedad.

De manera particular, Martínez-Vélez y colaboradores (2021) encontraron -en una encuesta en línea realizada en el mismo periodo- que 19.7% de los participantes disminuyó su consumo de alcohol y 12.5% lo incrementó. Por otra parte, Shamah y colaboradores (2020) encontraron -en la encuesta nacional telefónica que realizaron- que 38.9% presentó un menor consumo y solo 11.9% lo aumentó. Por su parte, la encuesta realizada por la Organización Panamericana de la Salud (OPS) en el mismo lapso, reportó para todas las regiones de América Latina una reducción en el consumo excesivo de alcohol, al pasar de 49.8% a 32% (PAHO, 2021). Es posible que esta disminución se haya debido a la restricción de movilidad impuesta por el confinamiento, a las limitaciones económicas de la población en el periodo y a la reducción en la producción de alcohol durante el

Studies in Mexico have indicated that alcohol is the primary substance that causes most problems in Mexico and many parts of the world. Prevalence in Mexico for binge drinking in the adolescent population aged 12 to 17 years, from 2011 to 2016, went from 12.1% to 15.2%, with the main increase in women (8.6% to 14.9%). Meanwhile, for young people from 18 to 29 years old, it went from 19.7% to 46.4% (men from 23.8% to 59.1% and women from 15.7% to 33.8%; Reséndiz et al., 2018).

During the COVID-19 confinement from the end of March to June 2020, variations in the population's alcohol consumption were found. However, several information sources in Mexico indicated a decrease in their consumption; in those people who increased their consumption, more significant symptoms of depression and anxiety were presented.

Martínez-Vélez et al. (2021) found -in an online survey conducted in the same period- that 19.7% of the participants decreased their alcohol consumption and 12.5% increased it. For their part, Shamah et al. (2020) found -in the national telephone survey they conducted- that 38.9% had lower consumption and only 11.9% increased it. The study carried out by the Pan American Health Organization (PAHO), in the same period, reports for all the regions of Latin America a reduction in binge drinking from 49.8% to 32% (PAHO, 2021). This decrease may be due to the mobility restriction imposed by the confinement, the economic limitations of the population in the period, and the reduction in the production of alcohol during it. Through the pandemic, sales practices were modified, bringing beverages home without regulation for purchase by minors, or in the number of times an order could be sent on the same day or night; furthermore, alcohol sales

Autor de correspondencia:

Jorge Ameth Villatoro Velázquez

Correo electrónico: javvrosh@outlook.com

doi: 10.28931/riiad.2022.1.01



mismo. Pronto en la pandemia se modificaron las prácticas de venta, las bebidas eran entregadas en el hogar sin regulación para menores de edad, ni en el número de veces que se podía atender un pedido en el mismo día o noche; asimismo, en la actualidad las ventas de esta sustancia se han recuperado, lo cual es indicador de que posiblemente los niveles de consumo previos a la pandemia sean al menos similares.

Por otro lado, entre los patrones de consumo de alcohol en adolescentes, una conducta que ha llamado el interés es el precopeo, también denominado *pregaming*, *prepartying*, *preloading*, *front-loading*, *predrinking* o *tail gating*, que consiste en ingerir bebidas alcohólicas antes de asistir a algún evento social o deportivo. En los resultados del estudio de Bustos y colaboradores (en prensa), se encontró que esta conducta fue igual de prevalente en los hombres (20.2%) y en las mujeres (22.5%) de 12 a 17 años, con un promedio aproximado de 6 copas por ocasión. Además, se identificó que de quienes lo practican, la cuarta parte continúa bebiendo en la fiesta o en el evento al que asistirán.

En su mayoría, los y las adolescentes precopean para convivir con sus amistades y para gastar menos y, en menor medida, para desinhibirse, para que sus papás no se den cuenta de su consumo y disminuir la ansiedad y el estrés. Otros hallazgos consistentes con lo que se ha encontrado en la literatura internacional, y que adicionalmente identifica motivos para precopiar son considerar que estarán en mejores condiciones para encontrar pareja al llegar al evento y mejorar el desempeño sexual (Napper et al., 2015; Norberg et al., 2016).

No obstante, tanto el precopeo como el consumo excesivo de alcohol, trae consecuencias importantes como una congestión alcohólica, pérdida de memoria, posibles agresiones físicas o sexuales, peleas, accidentes, etcétera. (Rutledge et al., 2016).

Pero, ¿qué factores están asociados al consumo de alcohol? En un artículo reciente, Mondragón y colaboradores (2022) señalan que si alguno de los padres o ambos tienen un consumo problemático, la probabilidad de que los hijos e hijas presenten un consumo excesivo se incrementa en un 35% si es el papá, y en 120% si es la mamá, o si son ambos padres. Además, encontraron un consumo excesivo mayor en personas con niveles socioeconómicos más altos, que viven en comunidades urbanas, y entre quienes tienen un empleo (Mondragón et al., 2022).

Cabe mencionar que de acuerdo con un estudio sobre el precopeo (Bustos et al., prensa), los factores son similares: mayor nivel socioeconómico, alta tolerancia social por parte de los papás, mamás y amistades, así como la presencia de malestar emocional.

Así pues, todos los datos indican una problemática compleja que debe ser abordada desde diferentes ám-

have now recovered, which is an indicator that pre-pandemic levels of consumption may be at least similar.

On the other hand, among the patterns of alcohol consumption in adolescents, a behaviour that has attracted interest is pre-drinking, also called pre-gaming, pre-partying, pre-loading, front-loading, pre-drinking, or tail-gating, which consists of drinking alcoholic beverages before attending a social or sporting event.

In the results of the study by Bustos et al. (in press), it was found that this behaviour was equally prevalent in men (20.2%) and women (22.5%) from 12 to 17 years old, with an approximate average of 6 drinks per pre-drinking occasion. In addition, it was identified that of those who pre-drink, a quarter continues to drink at the party or event they will attend. Additionally, adolescents mainly pre-drink to share with their friends and spend less. To a lesser extent, they disinhibit themselves so that their parents do not notice their consumption and reduce anxiety and stress. These findings are consistent with what has been found in the international literature, and which additionally identifies two other reasons for pre-drinking: feeling in a better position to find a partner when arriving at the event and to improve his or her sexual performance (Napper et al., 2015; Norberg et al., 2016).

However, this pre-drinking, and binge drinking in general, has significant consequences such as alcoholic congestion, memory loss, possibly physical or sexual aggression, fights, accidents, etc. (Rutledge et al., 2016).

But what factors are associated with alcohol consumption? The recent article by Mondragón et al. (2022) points out that, if one or both of the parents have problematic consumption, the probability that the sons and daughters present binge drinking increases by 35% if it is the father, and by 120% if it is the mother or both parents. In addition, they found greater binge drinking in higher socioeconomic levels, in urban communities, and if they are employed, among others (Mondragón et al., 2022). It is worth mentioning that in the study above on pre-drinking (Bustos et al., press), the factors are similar: higher socioeconomic level, high social tolerance on the part of fathers, mothers, and friends, as well as the presence of emotional discomfort. Thus, all the data indicates a complex problem that must be addressed from different spheres (not considering, for the moment, that the laws on alcohol regulation have not been updated and that there is practically no monitoring for compliance).

In this sense, what can we do towards prevention using evidence-based practices? Prevention in this area has been worked on in various fields, in developing socio-emotional skills of children and adolescents, in working with fathers and mothers to have better parenting skills.

At the international level, PAHO has made available the SAFER strategy, which aims to reduce the harm

bitos, aunado a que las leyes sobre regulación de alcohol no han sido actualizadas y prácticamente no existe ningún monitoreo para su cumplimiento.

En este sentido, ¿qué podemos hacer para prevenir mediante prácticas basadas en evidencia? La prevención en esta área se ha trabajado en diversos ámbitos: en el desarrollo de habilidades socioemocionales de los niños, niñas y adolescentes; en el trabajo con los padres y madres para tener mejores habilidades de crianza; a nivel internacional, la OPS ha puesto a disposición la estrategia SAFER, que pretende reducir los daños del uso nocivo de alcohol en los distintos países del continente, a través de fortalecer las restricciones de la disponibilidad de alcohol, impulsar estas medidas contra el consumo de alcohol, facilitar el acceso al tamizaje e intervenciones breves y tratamiento, hacer cumplir las prohibiciones respecto a publicidad, patrocinio y promoción del alcohol y aumentar los precios del alcohol a través de los impuestos (OPS, 2020).

No obstante, se ha trabajado poco sobre las implicaciones que el consumo de los padres y madres tiene sobre las conductas que modelan hacia sus hijos e hijas, además, la alta aceptabilidad social del consumo de alcohol por parte de las familias y amigos no ha facilitado esta tarea preventiva, que es prioritaria.

En este contexto es importante el desarrollo de campañas basadas en evidencia, enfocadas en esta problemática y dirigidas a los papás y las mamás, con la finalidad de sensibilizarlos sobre las posibles consecuencias que su consumo conlleva para su familia, y que se les muestren diferentes opciones o alternativas saludables de convivencia familiar y social, que son posibles sin consumir alcohol. No se trata de estigmatizar el consumo, sino de dar una respuesta que mejore las relaciones dentro de su entorno familiar y social, y que disminuya la aceptación social del consumo del alcohol en las familias.

Un ejemplo de ello es la campaña “Vive mejor, bebe menos”, realizada por la Organización Panamericana de la Salud. Por ello, desarrollar, promocionar y diseminar este tipo de acciones en nuestro país y dirigir las centralmente a los padres y madres en el contexto que se ha señalado anteriormente es relevante, ya que ellos forman el núcleo más próximo de los niños, niñas y adolescentes y son quienes inicialmente les enseñan, muestran, comparten y modelan los valores y conductas más importantes de su formación.

caused by the damaging use of alcohol, by strengthening restrictions on the availability of alcohol, promoting these measures against the consumption of alcohol, facilitating access to screening and brief interventions and treatment, enforcing bans on alcohol advertising, sponsorship, and promotion, and increasing alcohol prices through taxes (PAHO, 2020).

However, preventively little work has been done on the implications that the consumption of fathers and mothers has on the behaviour that they model towards their sons and daughters. In addition to this, it seems that the high social acceptability of alcohol consumption by families and friends has not facilitated this preventive task, which is a priority.

In this context, it seems essential to develop campaigns, evidence based, focused on this problem aimed at fathers and mothers, to make them aware of the possible consequences that their consumption entails for their family, and to show them different options or healthy alternatives for family and social coexistence that are possible without consuming alcohol. It is not about stigmatizing consumption, but about giving a response that improves relationships within their family and social environment, reducing the social acceptance of alcohol consumption in the families.

An example of this is the campaign “Live better, drink less”, carried out by the Pan American Health Organization. For this reason, developing, promoting, and disseminating this type of actions in our country, and targeting them to fathers and mothers, in the context that has been indicated above, is relevant since they form the closest nucleus of children and adolescents, and they are the ones who initially teach them, show them, share and model the most important values and behaviours of their formation.

REFERENCIAS

- Bustos, M., Villatoro, J., Hernández, N. F., Fleiz, C., Amador, N., Gutiérrez, M. L., Sabines, J. A., & Medina-Mora, M. E. The Party Starts Before You Think: "Predrinking," or "Pregaming," among Mexican Youth. *En prensa*.
- Martínez-Vélez, N. A., Tiburcio, M., Natera-Rey, G., Villatoro, J. A., Arroyo-Belmonte, M., Sánchez-Hernández, G. Y., & Fernández-Torres, M. (2021). Psychoactive Substance Use and Its Relationship to Stress, Emotional State, Depressive Symptomatology, and Perceived Threat During the COVID-19 Pandemic in Mexico. *Frontiers in Public Health*, 9, 709410. doi: 10.3389/fpubh.2021.709410
- Mondragón Gómez, R., Medina-Mora Icaza, M. E., Villatoro Velázquez, J. A., Bustos Gamiño, M., Tiburcio Sainz, M., & Lucio Gómez-Maqueo, E. (2022). Problematic alcohol use in Mexican students: Transmission from parents to children. *Salud Mental*, 45(1), 19-28. doi: 10.17711/SM.0185-3325.2022.004
- Napper, L. E., Kenney, S. R., Montes, K. S., Lewis, L. J., & LaBrie, J. W. (2015). Gender as a moderator of the relationship between preparty motives and event-level consequences. *Addictive Behaviors* 45, 263-268. doi: 10.1016/j.addbeh.2015.02.010
- Norberg, M. N., Ham, L. S., Olivier, J., Zamboanga, B. L., Melkonian, A., & Fugitt, J. L. (2016). Pregaming and Emotion Regulation's Relationship to Alcohol Problems in College Students: A Cross-Sectional Study. *Substance Use & Misuse*, 51(8), 1024-1033. doi: 10.3109/10826084.2016.1152498
- Organización Panamericana de la Salud (2021). *Campaña "Vive mejor, bebe menos"*. En línea <https://www.paho.org/es/campanas/vive-mejor-bebe-menos>
- Pan American Health Organization (2020). *Alcohol Use during the COVID-19 pandemic in Latin America and the Caribbean*. Pan American Health Organization.
- Reséndiz, E., Bustos, M. N., Mujica, R., Soto, I. S., Cañas, V., Fleiz, C., Gutiérrez, M. L., Amador, N., Medina-Mora, M. E., & Villatoro, J. A. (2018). National trends in alcohol consumption in Mexico: results of the National Survey on Drug, Alcohol and Tobacco Consumption 2016-2017. *Salud Mental*, 41(1), 7-15. doi: 10.17711/SM.0185-3325.2018.003
- Rutledge, P. C., Bestrashniy, J., & Nelson, T. B. (2016). Problematic Drinking Among Postgraduate Students: Binge Drinking, Prepartying, and Mixing Alcohol with Energy Drinks. *Substance Use & Misuse*, 51(8), 972-982. doi: 10.3109/10826084.2016.1152499
- Shamah, T., Gómez, L. M., Mundo, V., Cuevas, L., Gaona, E.B., Avila, M. A., Méndez, I., Rivera, J. A. (2020). *ENSARS-COV-2. Resultados de la evaluación basal de la encuesta nacional de las características de la población durante la pandemia de COVID-19*. Instituto Nacional de Salud Pública, México.