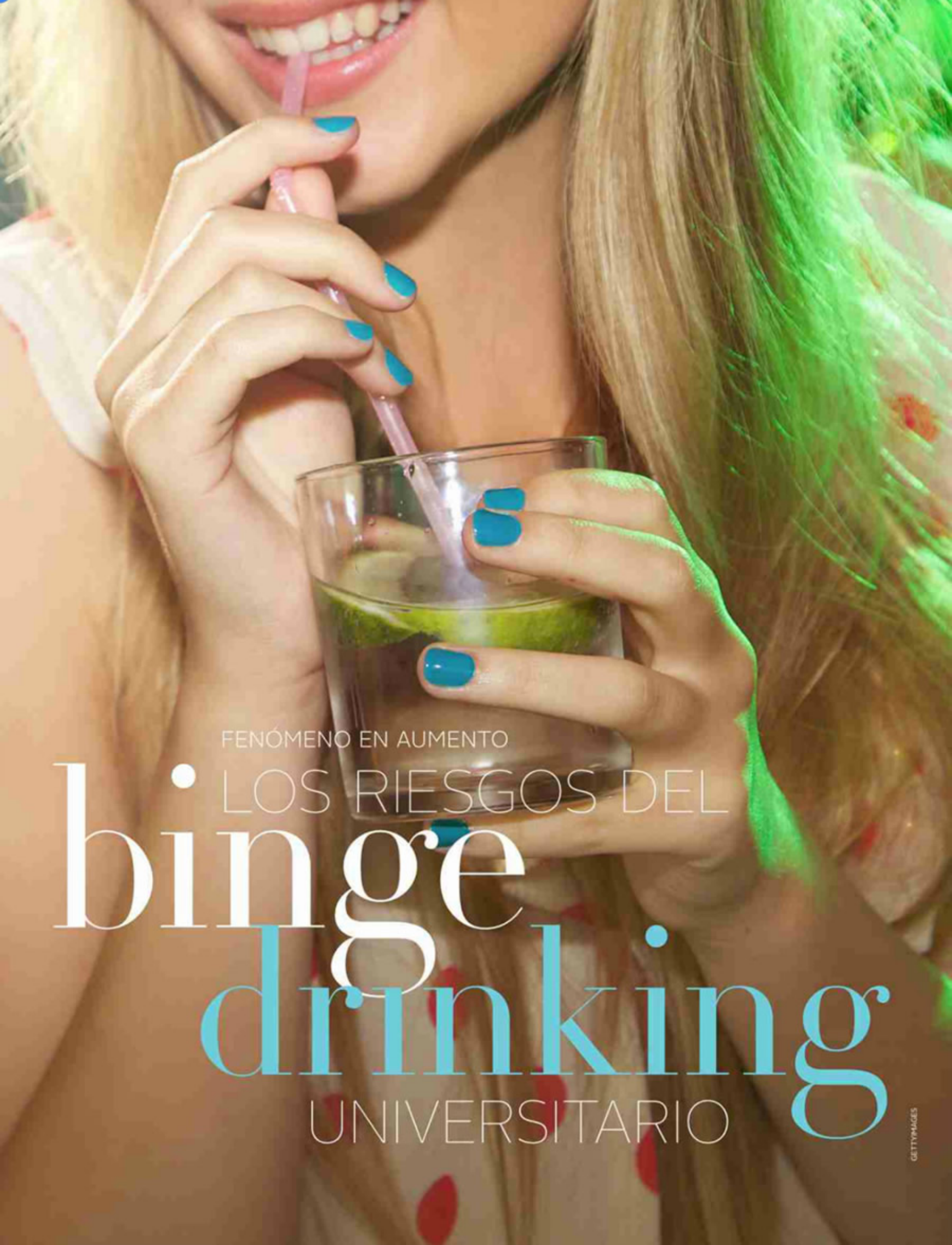




FENÓMENO EN AUMENTO

• 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**

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

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,



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



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



"Hay una directa relación entre padres preocupados e hijos protegidos del alcohol", dice Andrés Borzutzky, sicólogo clínico.

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 discos 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.

Victimas 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