

L'ALCOHOLISME

Texte

Imatge

. 16^a de licor (Enric Barbat)

- . Des de l'antiguetat, l'alcohol ha estat apreciat com estimulants i euforitzants. Com a tal s'ha establert des de fa milers d'anys en les nostres tradicions i les nostres costums. És la droga més acceptada per la nostra societat, la preferida per joves i adults. Malgrat ser la droga més antiga de la nostra cultura, els seus efectes no són prou coneguts pels que la consumeixen. Hi ha uns quants tòpics falsos que cal aclarar:

L'alcohol no alimenta, no escalfa, no és estimulants, no dona gana, perjudica el cor i no fa més amables a les persones.

- . L'alcohol o etanol, introduït en el cos humà en forma de beguda alcohòlica, passa en pocs minuts a la sang. La sang el fa arribar a tots els òrgans i els qui més en pateixen són el cervell i el fetge. L'alcohol no es transforma -com els aliments- en els suc digestius de l'estómac i els budells. L'energia que conté no pot ser utilitzada pel cos.

La seva transformació es fa en el fetge, que en aquesta funció antitòxica és, d'alguna manera, el filtre de l'organisme. S'accumula més ràpid que no pas s'elimina. Si es beuen varies copes al dia, les curves d'alcoholemia d'aquestes ingestions es superposen. L'alcoholemia és la quantitat d'alcohol pur en grams contingut en la sang, i varia:

en funció del temps: augmenta a mida que s'absorbeix, arriba al màxim en menys d'una hora, i va disminuint lentament si no hi ha una nova ingestió,

del ritme i el moment de l'absorció: si s'està en dejú i l'estómac buit, l'alcoholemia és més alta i augmenta més rapidament,

segons la corpulència de la persona, el seu estat general (cansament, malaltia), el sexe (la dona és més sensible que l'home),

segons la quantitat i grau de la beguda (% de volum d'alcohol pur:

sidra:	de 2 a 8 ^a
cervesa:	de 4 a 9 ^a
vins:	de 10 a 12 ^a
quina:	de 14 a 17 ^a
vermut:	de 16 a 20 ^a
licor, anís, ginebra, whisky:	de 40 a 65 ^a .

. A part d'això, les begudes es diferencien per les substàncies aromàtiques (resines i essències) que els fabricants afegeixen als suc de fruites i als grans fermentats. La destil·lació augmenta el grau, però sovint el tamany del vas és inversament proporcional al grau de la beguda, de manera que una gerra de cervesa pot contenir tant d'alcohol com un vas de vi, un aperitiu o una copeta de licor. La dosi màxima que pot prendre una persona sense risc d'alcoholitzar-se és de 1 cm^3 per kilo de pes i dia. O sigui que una persona de 75 kilos, per exemple, pot arribar a prendre 75 cm^3 d'alcohol pur diari, equivalent a $3/4$ de litre de vi de 10°.

. La borratxera o intoxicació aguda d'alcohol comença quan la persona té més d'un gram d'alcohol per litre de sang. La primera fase de la borratxera es caracteritza, segons la persona, per un estat d'excitació (xerrameca, alegria, seguretat, però pèrdua de control) o bé al contrari, per un estat d'abatiment (irritabilitat, susceptibilitat).

Segueix una fase més aparent, amb incoherència, lliberació dels instints, perturbacions motores (titubeig, incoordinació de moviments), disminució del'agudeses sensorial (visió doble). A partir d'un cert grau, vé la son que pot arribar al coma i fins i tot a la mort en els casos extrems.

Al despertar, la persona no recorda res. Li pesa el cap i es troba malament: és la ressaca. Si aquesta borratxera és ocasional, és reversible i no té conseqüències greus, fora del risc dels accidents de tràfec, de treball i domèstics i els actes de violència que pot comportar.

. L'altra forma d'alcoholisme és més discreta, però més extesa i més perillosa: és una malaltia progressiva i incurable deguda al consum excessiu i repetit de begudes alcohòliques. El malalt és un ésser que depen de l'alcohol i pateix de perturbacions cròniques a nivell del fetge i del cervell. Aquestes poden tardar anys a manifestar-se de forma aparent, sense que el propi individu en pateixi conscientment, ignorant, per tant, la seva malaltia. Beurà sense moderació durant més de deu anys, insensible a la degeneració del seu fetge, fins que el mal irreperable acabarà amb ell en pocs mesos.

. En els països grans productors i consumidors de vi, l'alcoholisme va lligat a l'estructura social, a la mentalitat i als costums alimentaris. Els hàbits,

bons o dolents, s'adquireixen ràpid. Alguns pares irresponsables ofereixen begudes alcohòliques als seus fills amb el pretexte de que ja són grans, o d'una festa familiar, o fins i tot per fer-los dormir. En quant a l'exemple que ofereixen els adults, amb el seu comportament, eliminen qualsevol desconfiança que el jove pogués sentir cap a l'alcohol i estimulen el seu consum.

Els joves cauen més rapidament en la dependència psíquica de l'alcohol. I també passen del consum abusiu a l'estat alcohòlic en menys de 5 anys. Els amics, la pressió de grup, la publicitat, tot indueix a pensar que els que beuen són més admirats, ténen més bon caràcter i salut que els altres, els abstemis, una gent estrambòtica, covarda i avorrida.

Es beu en els menjars, en qualsevol celebració, al ball. Després vé el vermut abans de dinar i la copeta en acabar. I el "carajillo" per posar-se a to de bon matí abans de començar la feina. I cada cop s'aguanta més.

- . Aquesta és una de les característiques de l'alcoholisme: la tolerància: el malalt necessita beure cada dia més alcohol per quedar satisfet, fins que al cap dels anys, amb la degeneració del fetge, cada dia aguantarà menys sense emborratxar-se.

L'altra és la dependència: la persona converteix l'alcohol en el centre de la seva vida i creu que no pot passar sense ell (dependència psíquica variable).

El cos s'acostuma a l'alcohol. El malalt ha de seguir bevent perquè al disminuir el nivell d'alcohol a la sang es desencadena el síndrome d'abstinència: de primer amb manifestacions lleus, diàries, continuades, que predominen al matí, amb tremolors, nàusees, ansietat, inquietut, cansament i depressió. Totes les manifestacions milloren bevent al matí inevitablement. Després s'hi afegeix l'insomni que només s'evita bevent a la nit, i es complica amb barbitúrics, hipnòtics i d'altres medicaments. Poden passar anys sense que es desencadeni un gran síndrome d'abstinència, amb convulsions, ansietat i al·lucinacions. Al cap d'uns dies es pot presentar un delirium tremens, que en el 20% dels casos és mortal.

- . Conseqüències de l'alcoholisme: els trastorns de la personalitat sovint es manifesten abans que els orgànics: comencen amb irritabilitat, pèrdua del sentit de la ètica, agressivitat, desconfiança dels altres, gelos sense fonament, depressió.

Repercuteix a la família: son freqüents els conflictes conjugals que poden acabar en separacions; els alcohòlics creen un clima inestable a la família, que influeix en la personalitat dels fills.

Segueixen les complicacions laborals: baixa del rendiment en el treball, absentisme, accidents laborals; d'acord amb la llei, és causa d'acomiadament.

Conseqüències en les relacions socials: el malalt alcohòlic és solitari i no té o abandona els seus amics; perd el control de la seva conducta i adopta actituds ridícules.

I finalment, aparèixen les enfermetats físiques que afecten a quasi totes les parts del cos: el cor, els múscles, el metabolisme, la sang (provocant anèmia), la pell (pelagra, llagues i aoné), els nervis i el cervell (crisis convulsives, psicosis alcohòliques), provoca deficiències vitamíniques (beri-beri), trastorns sexuals (a l'home, impotència; a la dona amenorrea i atrofia dels ovaris), a l'aparell digestiu (càncer de boca i d'estómac, gastritis, diàrrea crònica), al fetge (hepatitis i cirrosis).

Donat que l'alcoholisme entre les dones va en augment, cal destacar les conseqüències d'aquells sobre l'embaràs: és una de les principals causes de la deficiència mental; el "síndrome fetal de l'alcohol" consisteix en anormalitats facials, deficiències en la intel·ligència, retràs del creixement del fetus en altura i pes, augment de la freqüència de malformacions congènites i perturbacions psicomotores.

Tota dona que pugui estar embarassada o en període de lactància hauria d'abstenir-se de beure alcohol.

El mateix consell serveix pels automobilistes perquè l'alcohol és el responsable del 35% dels accidents de tràfec. Afecta la conducció, perturbant els reflexes, el control, la visió, la serenitat i la prudència.

- L'alcoholisme és incurable, i l'únic que es pot fer perquè el malalt pugui retornar a una vida familiar i professional normal, és parar l'evolució de la malaltia amb l'abstinència total i definitiva de qualsevol mena d'alcohol. Una petita ingestió d'alcohol després d'anys d'abstinència pot fer recaure al malalt en una nova dependència que ja no podrà controlar.

Hi ha diferents mètodes per assolir la desintoxicació i deshabituant de l'alcohòlic, però és imprescindible que aquest sigui conscient de la seva malaltia i

tingui la voluntat de curar-se. El tractament combina els medicaments i la psicoterapia i dura de 3 a 5 anys. És un tractament llarg, però és que una malaltia que dura des de fa 5, 10 o 20 anys no es pot combatre en quatre dies.

L'entorn familiar i social és fonamental en aquest període perquè el malalt necessita ajuda i comprensió per mantenir de forma continuada l'abstinència i per superar els problemes d'ordre psíquic i afectiu que sovint són l'origen de l'alcoholisme. Per a vèncer les dificultats que troba en el camí de la seva readaptació pot comptar amb l'ajut eficaç d'associacions d'alcohòlics rehabilitats, del alcohòlics anònims o dels grups Teral.

- Segons dades del 11^é Congrés de Metges i Biòlegs de Llengua Catalana, celebrat a Reus el 1980, el tant per cent de persones alcohòliques al nostre país és del 8,5% o sigui uns 3 mil.lions. De les que, una tercera part són dones. Això referit a la població total; si ens referim a la població activa, el percentatge s'augmenta al 20%.

Els intents de calcular el cost de la malaltia alcohòlica per part de la Direcció General de Sanitat indica uns 2.000 mil.lions de pessetes pel 10% de la població activa alcohòlica que va necessitar hospitalització en el 1976. Hem d'afegir-hi el cost social que representa la incapacitat temporal d'un 5% d'aquesta població; una pèrdua d'uns 20.000 mil.lions de pessetes al mateix any 1976.

En l'any 1975 es varen consumir 115 litres de begudes alcohòliques per habitant, amb un total estimat de 4066 mil.lions de litres, i aquestes xifres van en augment,

Segons Mendoza, Sagrera i Vega, també augmenta el nombre d'hectàrees dedicades a la vinya, malgrat que ja ocupem el primer lloc del món en aquest aspecte (1.700.000 HA). L'alcohol ocupa un lloc clau a la nostra economia, pel volum de vendes (60.000 mil.lions de pessetes), pels impostos que n'obté l'Estat (7.000 mil.lions) i pel gran nombre de treballadors que es dediquen a la seva producció i comercialització (dades del 1974). En els últims anys es dona una progressiva concentració de les indústries del ram, que són absorbides per grans holdings nacionals com RUMASA o per multinacionals, que enfonsen empreses més petites i menys mecanitzades, i per tant no creen realment nous llocs de treball.

En el mercat espanyol trobem uns 90.000 establiments venedors de begudes alcohòliques, gairebé sense restriccions d'horari. Per augmentar la demanda, al 1968 es varen invertir uns 6.000 mil.lions de pessetes en publicitat. Llògicament Espanya ha passat a ocupar el segon lloc del món, darrera de França, en el consum mig diari d'alcohol per habitant.

- Des del punt de vista de la prevenció primaria, un estudi de l'any 76 realitzat amb uns 13.000 nens entre 4 i 14 anys, procedents d'escoles estatals i privades de Barcelona i provincia, revela que el 95% consumeixen alcohol, el 32% s'han emborratxat i l'actitud dels pares, en un 30% dels casos, ha sigut de riure i prendre-s'ho a broma. Aquest consum massiu d'alcohol per part dels nens és el preludi de l'alcoholisme generalitzat en els adults, i demostra també la manca d'una política preventiva en aquest camp.

Els metges i biòlegs reunits a Reus arribaren a la següent conclusió: la tolerància envers les begudes alcohòliques, que posen en primer terme les necessitats mercantils i de lucre abans que el dret a la salut i al benestar social, és una actitud de contaminació de les consciències, tant irresponsable com la contaminació dels rius, la caça indiscriminada, les cremades de boscos i la pol.lució de l'atmosfera. Davant d'això, hauriem de resumir les necessitats de prevenció, profilaxi i educació sanitària:

és necessari el reconeixement de l'alcoholisme com una malaltia. Els instruments sanitaris i socials de l'administració central i autònoma n'han de facilitar el guariment en els mitjans d'assistència sanitària i social institucionalitzats.

L'alcohòlic necessita oportunitats de tractament i no repressió.

Els reglaments interiors de les empreses, les lleis de contracte de treball, l'estatut dels treballadors han de reflectir també les oportunitats de tractament i no simplement mesures d'acomiadament, que no fan altra cosa que precipitar l'alcohòlic a la marginació.

Cal que el conflicte de les drogues institucionalitzades sigui objecte d'ensenyament a les facultats de medicina, dret, farmacia i, especialment, d'economia i ciències socials.

Cal que s'estudiïn les necessitats i els serveis especialitzats i la formació de personal.

En el terreny de la rehabilitació i reinserció hauria d'existir una estreta col.laboració entre els serveis médico-socials, el món del treball i les associacions d'alcohòlics.

En la prevenció, els anteriors haurien de col.laborar amb la Universitat, l'ensenyament professional, l'educació bàsica, la promoció de la joventut i d'altres.

Caldria reglamentar i fer complir els textos legals respecte a l'ús i venda de begudes alcohòliques.

Informació ponderada i franca dels riscos de malaltia alcohòlica i dels seus efectes socials a la premsa, radio i TV.

Supressió total i definitiva de la publicitat de begudes alcohòliques a la TV i rigorós control sobre tota la propaganda indirecta.

Protecció alternativa als sucs de fruites i d'altres begudes derivades de l'agricultura.

Lluitar contra les causes primàries, socials econòmiques, polítiques, de costums i culturals, absència d'espais verds, manca de llocs escolars, atur, manca de centres recreatius, esportius, culturals, impossibilitat d'expansió i desenvolupament dels potencials intel.lectuals, artístics i de curiositat científica de les masses, embrutides pel consumisme i contra el model social que ha transformat l'alcoholisme en pandèmia.