

L'ALCOHOLISME

Texte

Imatge

. 16^a de licor (Enric Barbat)

- Des de l'antiguetat, l'alcohol ha estat apreciat com estimul·lant i euforitzant. Com a tal s'ha establert des de fa milers d'anys en les nostres tradicions i les nostres costums. Es 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 estimul·lant, 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 que més en pateixen són el cervell i el fetge. L'alcohol no es transforma - com els aliments - en els suc·s digestius de l'estomac 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'acumula més ràpid que no 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 contenida a 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} estàs en dejú i l'estomac buit, l'alcoholemia és més alta i augmenta més ràpidament.

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%
cervesa: de 4 a 9%
vins: de 10 a 12%
quina: de 14 a 17%
vermut: de 16 a 20%
licor, anís, ginebra, wiskey: de 40 a 65%.

- A part d'això les begudes es diferencien per les substàncies aromàtiques (resines i essències) que els fabricants afegeixen als suc·s de fruites i als grans fermentats. La destil·lació augmenta el grau ~~de la beguda~~, 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'alcoholitzarse 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 te 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 (xarrameca, alegria, seguretat però perdua de control) o be 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 de l'agudesesa sensorial (visió doble). A partir d'un cert grau, ve 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 resaca. 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'altre 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 depenent de l'alcohol i pateix de perturbacions cròniques a nivell del fetge i del cervell. Aquestes poden tardar anys a manifestarse 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 irreparable 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 rapid. 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, tenen més bon caracter, i salut que els altres, els abtemis, una gent estrambotica, covarda i avorrida.

Es beu en els menjars, en qualsevol celebració, al ball. Després ve el vermut, abans de dinar i la copeta en acabar. I el carajillo per entonarse al 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 satisferse, fins que al cap dels anys, amb la degeneració

del fetge, cada dia aguantarà menys sense emborraxar-se.

L'altre 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 en disminuir el nivell d'alcohol a la sang es desencadena el síndrome d'abstinència: primer amb manifestacions lleus, diàries, continuades, que predominen al matí, amb tremolors, nausea, angoixa, inquietut, cansament i depressió. Totes les manifestacions milloren bevent al matí, inevitablement. Després s'hi afegeix l'insomni que només s'e evita bevent a la nit, i es complica amb barbiturics, hipnòtics i altres medicaments. Poden passar anys sense que es desencadeni un gran síndrome d'abstinència, amb convulsions, angoixa 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: són freqüents els conflictes conjugals que poden acabar en separacions; els alcohòlics creen un clima inestable ~~en~~ 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~~ no té o abandona els seus amics; perd el control de la seva conducta i adopta actituds ridícules.

I ~~finalment~~ finalment apareixen 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, úlceres i acne), ~~xxxxxx~~ 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, diarrea crònica), al fetge (hepatitis i cirrosis).

Donat que l'alcoholisme entre les dones va en augment, cal destacar les conseqüències d'aquest 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 psicomotors.

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

El mateix consell serveix pels automovilistes, perquè l'alcohol és 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 el malalt en una nova dependència que ja no podrà controlar.

Hi ha diferents mètodes per aconseguir la desintoxicació i deshabitació de l'alcolic, 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 psicoteràpia 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 són sovint l'origen de l'alcoholisme. Per a vencer les dificultats que troba en el camí de la seva readaptació pot comptar amb l'ajut eficaç d'associacions d'alcolics rehabilitats, els alcolics anònims o els grups Teral.

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

Els intents de calcular el cost de la malaltia alcohòlica per part de la Direcció General de Sanitat indica uns 2 mil milions de pessetes per el 10% de la població activa alcohòlica que va necessitar hospitalització al 1976. Hem d'afegir-hi el cost social que representa la incapacitat temporal d'un 5% d'aquesta població; una pèrdua d'un 20 mil milions de pessetes al mateix any 1976. // Al 1975 es van consumir 115 litres de begudes alcohòliques per habitant, amb un total estimat de 4066 milions de litres, i aquestes xifres van en augment.

Segons Mendoza, Sagrera i Vega, també augmenta el nombre d'hectàrees dedicades a 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 mil milions de pessetes), pels impostos que n'obté l'Estat (set mil milions) i pel gran nombre de treballadors que es dediquen a la seva producció i comercialització (dades del 1974). Els últims anys es dona una progressiva concentració de la indústria 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 alcoholiques, quasi sense restriccions d'horari. Per augmentar la demanda, al 1968 es van invertir uns 6 mil millions de pessetes en publicitat. Logicament 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'actitut 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 mostra també la manca d'una política preventiva en aquest camp.

Els metges i biòlegs reunits a Reus conclueixen: la tolerància envers les begudes alcoholiques, que col·loquen 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 hauríem 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'alcoholic necessita oportunitats de tractament i no regressió.

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 altre cosa que precipitar l'alcoholic a la marginació.

Cal que el conflicte de les drogues institucionalitzades sigui objecte d'ensenyament a les facultats de medicina, dret, farmacia i especialment 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 medicosocials, el món del treball i les associacions d'alcoholics.

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

Caldria reglamentar i fer complir els textos legals respecte als i venda de begudes alcoholiques.

Informació ponderada i franca dels riscos de malaltia alcoholica 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 ~~extra~~ sobre tota la propaganda indirecta.

Protecció alternativa als sucres de fruites i altres begudes derivades del'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.