

Alcohólicas

ENRIQUE GOLDBARD

Borrachita de tequila llevo siempre el alma mía para ver si se mejora de esta cruel melancolía.

Fragmento de la canción "La Tequilera".

Así cantaba Lucha Reyes (1906-44), como confesando una adicción de la que no pudo escapar y que a la postre contribuiría a su muerte prematura por suicidio.

Aunque sigue siendo mayor el número de hombres que abusan del alcohol, son las mujeres quienes corren mayor peligro de morir como efecto de su adicción a la bebida. En el caso de las alcohólicas, las cifras de mortalidad, que incluyen suicidios, accidentes, padecimientos cardio y cerebrovasculares y cirrosis hepática son de 50 a 100% mayores (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, NIAAA, EU, 2005).

Alrededor de una tercera parte de las mujeres en los países desarrollados o en las grandes urbes de las zonas en desarrollo –con las consabidas excepciones de tipo cultural– consumen bebidas alcohólicas; de ellas, una de cada diez toma más de dos copas al día, cantidad que está por encima de lo que internacionalmente se considera como "beber con moderación" para una mujer. Es decir, mientras que para un hombre dos copas diarias son el límite, para una mujer es tan sólo una y hay razones fisiológicas que apoyan esta consideración. El alcohol pasa por el tracto digestivo y se dispersa en el agua del organismo; mientras más agua, más se diluye el alcohol. El hombre pesa habitualmente más que la mujer y, por regla general, el cuerpo de ellas contiene menos agua, por lo que su cerebro y otros órganos se encuentran más expuestos al alcohol antes de que éste se metabolice. Estas diferencias juegan un papel importante en los efectos del alcohol en las mujeres, tanto a corto como a largo plazos.

Pero, ¿cuánto es una copa? Una copa estándar equivale a: una botella o lata de cerveza o una de

cooler; una copa de vino; una copita –45 ml– de bebida fuerte.

Según el NIAAA, existen algunos *beneficios* de beber con moderación:

Los padecimientos cardíacos, antes considerados como problemas de propiedad masculina, son ahora también la principal causa de mortalidad en las mujeres en EU. Beber con moderación puede disminuir la ocurrencia de la enfermedad coronaria, sobre todo para las mujeres mayores de 55. Obviamente existen otros factores con más vigencia que reducen la posibilidad de enfermarse del corazón, como una dieta sana, ejercicio, abstenerse de fumar y mantener un peso adecuado.

Los riesgos, en cambio, son mucho mayores, más aún cuando se sobrepasa el límite de la moderación (también de acuerdo al NIAAA):

Las mujeres son aparentemente más vulnerables a muchos de los efectos de la ingestión de bebidas alcohólicas. Dado que alcanzan concentraciones más altas en la sangre que los hombres con cantidades equivalentes de alcohol y llegan más rápidamente a experimentar incapacidad de ciertas funciones motoras y de discernimiento, se hallan ante un mayor trance de verse involucradas en accidentes de tránsito y en violencia interpersonal y por lo tanto, más expuestas a traumas y lesiones orgánicas como resultado de ello.

Comparada con el varón, la mujer desarrolla daño hepático en un periodo más corto y después de consumir menos alcohol. Las mujeres se enferman más de hepatitis relacionada con el alcoholismo y mueren con más frecuencia de cirrosis. Algunos trabajos de investigación indican que el incremento de la probabilidad para la mujer de padecer estos trastornos hepáticos, podría estar relacionada con los efectos fisiológicos de los estrógenos.

Estudios obtenidos de imágenes de resonancia magnética, sugieren que ellas son más vulnerables al daño cerebral de origen alcohólico. Se encontró que cierta región del cerebro que coordina diversas funciones de este órgano se veía en las imágenes signifi-



cativamente más pequeña en las mujeres alcohólicas, comparada con las imágenes obtenidas en los hombres alcohólicos o en las mujeres no alcohólicas.

En lo que se refiere al corazón, en especial a un padecimiento de este órgano asociado al consumo de alcohol conocido como cardiomiopatía, los trabajos de investigación especializados muestran índices similares para ambos sexos, a pesar de que el consumo de alcohol de por vida en una mujer es 60% menor, lo que significa de algún modo, que el riesgo para la mujer es mayor.

Se ha reportado, asimismo, en diversas fuentes, que el consumo de más de una copa de alcohol incrementa la posibilidad de padecer cáncer de mama, aunque no se ha demostrado fehacientemente alguna relación causa-efecto.

En un amplio trabajo de investigación con estudiantes femeninas del nivel preparatoria, se halló una relación significativa entre la cantidad de alcohol ingerida a la semana y sus experiencias de maltrato. Aquellas estudiantes que bebían se veían involucradas con más frecuencia en actos de violencia en sus citas.

También se ha establecido una relación entre mujeres bebedoras y violencia marital, independiente del nivel de ingestión de alcohol del esposo.

A pesar de que las mujeres presentan una menor propensión a manejar bajo los efectos del alcohol que los hombres, pueden con mayor frecuencia encontrarse involucradas en accidentes fatales ante concentraciones iguales de alcohol en la sangre. En el laboratorio se han efectuado trabajos que parecen indicar diferencias atribuibles al género, en cuanto a la forma en que el alcohol afecta las habilidades de manejo.

La existencia de bajos índices de “beber y manejar” en el caso de las mujeres puede deberse a la menor tendencia de ellas a incurrir en conductas temerarias, además de que la mujer habitualmente considera que conducir bajo los efectos del alcohol no es una conducta aceptable. En una encuesta en hogares estadounidenses en el año de 1990, 17% de las mujeres y 27% de los hombres consideraban aceptable beber dos copas antes de manejar. No obstante, el número de mujeres involucradas en accidentes de tránsito fatales está aumentando; en 1996 16% de todos los conductores en accidentes de este tipo fueron mujeres, cuando en 1986 fueron 13% y 12% en 1980. De todos modos, aun ba-

jo el efecto del alcohol, ellas se muestran siempre más responsables y su adicción tiende más hacia la autodestrucción que al daño a los semejantes.

En varios estudios efectuados entre diversos grupos de población, que incluyó a gemelos, padres e hijos adoptivos y biológicos, con diferentes índices de dependencia al alcohol, no se ha podido demostrar alguna predisposición hereditaria relacionada con el género. En cambio, el maltrato y el inicio temprano del hábito son importantes contribuyentes del alcoholismo entre las mujeres.

Una amplia encuesta llevada a cabo en EU ha mostrado que más de 40% de las personas que se iniciaron en la bebida antes de los 15 años de edad fueron diagnosticadas como dependientes del alcohol en algún momento de sus vidas. Estos índices de dependencia se reducen cuando el comienzo se da después de los 20 años de edad, y la disminución es igual para hombres que para mujeres.

En el pasado, la edad de inicio en la bebida era más temprana en los hombres que en las mujeres, ahora esta diferencia ha prácticamente desaparecido.

Se ha hallado, como resultado de amplias encuestas en la población abierta, que aquellas mujeres que fueron objeto de abuso sexual durante su infancia, tienen altas posibilidades de experimentar problemas relacionados con el consumo de alcohol (como desencuentros familiares o accidentes en el hogar), así como diversos síntomas de dependencia del alcohol. De igual manera y para reafirmar lo anterior, otros estudios con mujeres en tratamiento por alcoholismo reportan con mucha mayor frecuencia abuso sexual en su infancia, agresión verbal de padre a hija o violencia física.

El alcohol puede causar daños serios al feto de una mujer que bebe durante el embarazo, dando lugar a una serie de defectos que se conocen como síndrome alcohólico fetal que es, además, la forma más común de deterioro mental prevenible. Los niños con este síndrome nacen pequeños y presentan ciertas características faciales típicas. Los daños mentales que ocurren por este padecimiento pueden llegar a ser permanentes, alterando capacidades como el aprendizaje, la memoria, la atención y la habilidad para solucionar problemas. Una mujer embarazada o que intenta embarazarse, simplemente no debe tomar alcohol.

El alcoholismo femenino es, asimismo, un fenómeno estudiado por quienes se interesan en las co-

rrientes migratorias y sus peculiaridades, en especial cuando se trata de las minorías mexicanas en EU. Para R. Lorraine Collins y Lily D. McNair (2002), las mexicanas de reciente llegada a EU tienden a reportar niveles de abstinencia más altos que la generalidad de la población femenina, tanto en su país de destino como en su país de origen. Esta característica va disminuyendo de generación en generación, de modo tal, que las nietas o bisnietas de estas mujeres son ya tan bebedoras de alcohol como el resto de la población femenina, incluso con índices más altos de consumo intenso. Para las autoras mencionadas: "A pesar de que la

aculturación puede representar un cambio personal y social positivo para las latinas (las autoras se refieren a varias minorías además de la mexicana), lo que incluye la mejora de su estatus socioeconómico, independencia y empoderamiento, la aculturación es también un factor de riesgo para el consumo agudo de alcohol."

Información no referenciada obtenida de:

www.nutrition.gov

<http://orwh.od.nih.gov/>

<http://niaaa.nih.gov>