

# PROGRAMA DE ASESORAMIENTO ON-LINE EN CONSUMO RESPONSABLE DE ALCOHOL

*Marchena, E.; López, M .M.; Romero, C.; Araujo, A.; Barrios, D.; Navarro, M.J.; Menacho, I.; Hervías, F.; Gutiérrez, C. y Senín, C.*

Servicio de Atención Psicológica de la Universidad de Cádiz

[sap@uca.es](mailto:sap@uca.es)

Si bien el consumo global de alcohol está descendiendo en España, estamos asistiendo desde hace algunos años a un incremento de su consumo por parte de los jóvenes en forma de borracheras o de ingesta de alcohol, concentrados en pocas horas para alcanzar un cierto nivel de embriaguez, lo que los anglosajones llaman 'binge drinking'. La expresión más típica – aunque no única- de este fenómeno es el *botellón*, que en realidad no es más que una de las expresiones del consumo de alcohol a lo largo de los espacios recreativos nocturnos del fin de semana (<sup>1</sup>Cortés Tomán *et al.*, 2010; <sup>2</sup>Ruiz Juan, Ruiz Risueño, 2011) .El alcohol es una de las drogas más consumidas por los jóvenes españoles. Se ha generalizado hasta el punto de ser hoy una práctica habitual del ocio juvenil de fin de semana. Ha dejado de ser un medio a través del que socializarse y afianzar la pertenencia al grupo de iguales, para pasar a ser un “fin en sí mismo” para ellos. Este hecho lo convierte en un grave problema social. Asimismo, en los últimos años se ha avanzado mucho en el conocimiento de la eficacia relativa de distintos abordajes terapéuticos y se ha tomado conciencia de la necesidad de comprobar el coste-efectividad de las intervenciones. Existen numerosos estudios que han evaluado diferentes modalidades terapéuticas, evidenciando la eficacia de las intervenciones breves en problemas de alcohol. El consejo breve contribuye a reducir de forma significativa el consumo de alcohol y la prevalencia de consumidores de riesgo. Su eficacia aumenta si se repite periódicamente y se realizan actuaciones de seguimiento.

---

<sup>1</sup> Cortés Tomán, M<sup>a</sup> T.; Espejo Tort, B.; Martín del Río, B.; Gómez Iñíguez, C. (2010). Tipologías de consumidores de alcohol dentro de la práctica del botellón en tres ciudades españolas. *Psicothema*, vol. 22, nº 3, 363-368.

<sup>2</sup> Ruiz Juan, F.; Ruiz Risueño, J. (2011). Variables predictoras de consumo de alcohol entre adolescentes españoles. *Anales de psicología*, vol. 27, nº 2, 350-359.

El Servicio de Atención Psicológica y Psicopedagógica de la Universidad de Cádiz atiende diariamente a estudiantes de sus diferentes Campus, que refieren un alto nivel de satisfacción con sus servicios. En este sentido, creemos que se encuentra en una situación privilegiada para realizar una actuación informativa y preventiva, en el campo del consumo de drogas. Los informes proporcionados por *Google Analytics*, indican una media de 900 visitas mensuales a la web del SAP.

La creación de una página web sobre el uso y abuso de alcohol integrada en la web site del SAP (<http://www.uca.es/sap/>) es un complemento deseable de detección de demandas de información y asesoramiento *on-line*. Las personas que abusan del consumo de alcohol con frecuencia tienen dificultad en reconocer su conducta ante los allegados y profesionales, siendo más fácil su evaluación en un contexto anónimo y privado como es el procedimiento *on-line*.

Este proyecto pretende, en el marco del Programa de Prevención de Drogodependencia de la UCA, desarrollar desde el SAP propuestas de consejo breve *on-line*, así como de asesoramiento a estudiantes con consumo problemático de alcohol. En concreto, trata de informar e identificar a los universitarios de riesgo y generar un clima propicio para la aceptación de las medidas de detección precoz. No sólo se trata de detectar, es preciso asesorar sobre las pautas básicas para reducir o eliminar el consumo (intervenciones breves o muy breves) así como promover los recursos específicos para orientar a los universitarios al lugar adecuado (Servicio de Atención Psicológica de la UCA, recursos comunitarios, atención primaria, etc.).

Para ello se ha procedido al diseño y la aplicación de un programa *on-line* para detectar la incidencia de consumo de alcohol de los jóvenes universitarios. Han participado de forma voluntaria un total de 261 estudiantes, 109 hombres (41.76%) y 152 mujeres (58.24%), con edades comprendidas entre los 18 y 32 años. Los resultados muestran que el 21.46% del grupo se considera abstemio frente al 78.54% que afirma que consume alcohol. Se observa que el patrón de ingesta de chicos y chicas es diferente: el consumo de fin de semana alcanza el 55.96% en los chicos frente al 41.45% en las chicas, asimismo, la cantidad de alcohol consumida es mayor en hombres (4.55 UBEs) que en mujeres (3.35 UBEs).

**PALABRAS CLAVES:** Alcohol, jóvenes universitarios, factor de riesgo, consumo responsable, consumo intensivo de alcohol, UBE, AUDIT.