¿NO LE GUSTA LA REALIDAD? ¡SIEMPRE HAY ALGO QUE SE PUEDE HACER!

Todos los días hay una noticia que nos desanima y nos quita esperanzas. Escuchamos constantemente, y a veces repetimos, que este es un país poco serio, y miramos con admiración a los países más desarrollados. Lo que más admiramos son los comportamientos de ciudadanos que obligan a sus autoridades, o al mercado, a actuar en favor de la población.

En esta revista inauguramos este nuevo espacio que llamamos **Ciudadanía y salud**. En él, iremos presentando problemas y acciones concretas para acrecentar el compromiso ciudadano y comenzar cambios silenciosos.

Hoy vamos a hablar sobre el consumo de alcohol en la adolescencia.

Tal como publicamos en la nota editorial de RAM 6.3, el alcohol es una de las principales causas de muerte en el mundo, y vimos que en un estudio sobre 195 países, la Argentina presenta el mayor índice de prevalencia de consumo de alcohol de Sudamérica. Por otro lado, según un estudio del Observatorio de Drogas de la SEDRONAR, en 2010 el consumo de alcohol entre los 12 y los 17 años era del 42%, cifra que en 2017 trepó al 60,5%. Es decir, un aumento de casi el 50% en los últimos siete años. Y además, en los jóvenes que consumieron alcohol durante el mes previo a la encuesta, el 47% lo había hecho **en forma excesiva y en más de una oportunidad**. No hacen falta más datos para darnos cuenta de que estamos ante un problema de salud pública, y se presenta una excelente oportunidad para ejercer nuestro rol ciudadano.

Desde un punto de vista colectivo los invitamos a sumarse a EPPICA.

A partir del Consejo de Salud Comunitaria de la SAM, junto a representantes de organismos gubernamentales, organizaciones de la sociedad civil, instituciones académicas, sociedades científicas, organismos públicos no gubernamentales y organismos internacionales, hemos constituido una red llamada EPPICA: **E**quipo de **P**romoción para la **P**revenición **I**ntersectorial del **C**onsumo de **A**lcohol.

EPPICA busca consolidarse como una red de referencia para disminuir el consumo excesivo de alcohol, abordándolo como un problema de salud pública desde una perspectiva integral, intersectorial e interdisciplinaria.

A esta convocatoria ya se sumaron 37 referentes de diversas instituciones y siguen adhiriendo organizaciones e instituciones.

Desde un punto de vista individual, el aporte del lector a la salud pública puede ser incluir en la entrevista médica preguntas vinculadas al consumo de alcohol. Por ejemplo:

- *¿Consumió alcohol en los últimos tres meses?*
- *Frecuencia del consumo de alcohol (diario, semanal, mensual)*
- *¿El consumo le preocupa a su medio social o familiar?*
- *¿Intentó dejar de consumir alcohol y no pudo?*
- *¿Con qué frecuencia, por el consumo de alcohol, dejó de hacer lo que se esperaba de usted en lo laboral o en sus tareas cotidianas?*

Y desde el punto de vista proactivo:

- Informar a sus pacientes sobre el daño del consumo de alcohol en la adolescencia.
- Informar sobre los riesgos del consumo episódico excesivo, en especial en la adolescencia.
- Dejar en la sala de espera del consultorio información sobre el daño del consumo de alcohol en las/os jóvenes.

Tal vez no podamos cambiar al mundo, pero sí podemos cambiar **nuestro** mundo, y así comenzar nuestras pequeñas revoluciones privadas.

Dra. Alejandra Sánchez Cabezas

Consejo de Salud Comunitaria de la SAM
alejandra.sanchezcabezas@gmail.com