

Biologia de l'alcohol i del seu consum durant l'adolescència

Consuelo Guerri, Fundació Valenciana d'Investigacions Biomèdiques de València

Coneixem les begudes alcohòliques des d'antuvi. Quan parlem d'alcohol ens referim a l'alcohol etílic o etanol, que s'obté per fermentació d'hidrats de carboni, com el midó o la glucosa que es troben a les fruites. Els efectes embriagants de begudes alcohòliques naturals com el vi i la cervesa van ser utilitzats com vincle litúrgic per egipcis, grecs, romans i hebreus. Quan prenguem una beguda alcohòlica, l'alcohol s'absorbeix i passa al torrent circulatori distribuint-se per tot l'organisme, inclòs el cervell. El 90% és metabolitzat en el fetge i aproximadament un 10% és excretat per l'orina i la suor. Els nivells d'alcohol en sang o alcoholèmia determinen l'efecte que produeix. Baixos nivells, causen relaxació i eufòria, mentre que alts nivells produeixen somnolència i poden donar lloc al coma o la mort. De fet, l'alcohol no és un estimulants, com de vegades es creu, és un depressor del sistema nerviós central que adorm progressivament el funcionament dels centres cerebrals superiors, produint desinhibició. L'eufòria inicial que provoca es deu al fet que la seua primera acció inhibidora es produeix sobre els centres cerebrals de l'autocontrol. El metabolisme de l'alcohol produeix 7 kcal/g, encara que es consideren "calories buides" ja que la majoria de les begudes alcohòliques no aporten elements nutritius essencials, com proteïnes i vitamines. El consum moderat d'alcohol pot prevenir malalties cardiovasculars, però el consum excessiu i continuat produeix trastorns gastrointestinals i danya el fetge i el cervell, associant-se a nombroses patologies incloent càncer d'esòfag, estómac, mama, etc. L'alcohol és a més una droga, amb acció de reforç del seu propi consum i amb capacitat de crear, igual que altres drogues, tolerància i dependència. Estudis recents indiquen que l'abús d'alcohol en l'adolescència de forma crònica i intermitent (caps de setmana), pot produir canvis en algunes funcions biològiques, com afectar al creixement, generant un augment de pes i alterar el funcionament normal del fetge. Igualment, s'ha demostrat que el consum d'alcohol durant aquest període pot alterar la funció cerebral i tenir conseqüències i efectes negatius a llarg termini, com augmentar el risc de patir problemes d'alcoholisme i addicció a aquesta i altres drogues.