

EL ALCOHOL Y TABACO EN JÓVENES, GENERA EL DOBLE DE RIESGO CARDIOVASCULAR

El daño que produce el tabaquismo es bien conocido, sobre todo cuando se habla de los riesgos cardiovasculares que produce, y existe una clara relación dosis respuesta, es decir a mayor exposición mayor es el daño vascular. La situación es menos clara con respecto a la ingesta de alcohol; desde el punto de vista fisiopatológico, el alcohol y el tabaco inducen disfunción endotelial, y esto es probablemente secundario al aumento del estrés oxidativo en los tejidos vasculares, generando un doble efecto negativo sobre la función vascular¹. Se sabe según los trabajos de Doll² que la expectativa de vida de los fumadores es de 10 años menos que la de los no fumadores. En la Argentina el tabaquismo produce unas 44.000 muertes al año, y de éstas, más de 6.000 muertes son atribuibles al tabaquismo pasivo³, causando daño a las poblaciones más vulnerables, como niños y embarazadas. Los niños expuestos al tabaquismo pasivo en los hogares, probablemente se iniciarán en el consumo de tabaco en el futuro a edades tempranas.

El consumo de alcohol en los adolescentes es uno de los principales temas de salud pública en muchos países. En Argentina, el 60% de los jóvenes de 12 a 17 años consumen alcohol, y casi no existen diferencias en el consumo entre varones y mujeres adolescentes como en años anteriores. Los aumentos en los consumos

de estas sustancias psicoactivas son particularmente mayores entre las edades de 13 y 15 años³. En muchas culturas, los adolescentes perciben que tomar alcohol y fumar tabaco es parte de la vida adulta normal, y usan estos productos para completar necesidades sociales y personales, ya sea intensificando el contacto con sus pares o iniciando nuevas relaciones¹.

El estudio de L Charakida y col, provee datos sobre el riesgo cardiovascular asociado al consumo de alcohol y de tabaco durante la adolescencia, y destaca los efectos combinados, cuando ambos factores de riesgo están presentes. Se evaluaron 1.266 adolescentes y se valoró su grado de compromiso vascular, mediante la medición de la rigidez arterial. Este parámetro también refleja la biodisponibilidad del óxido nítrico vascular y tiene un claro impacto sobre el pronóstico cardiovascular. Se observó que el tabaco y el alcohol pueden tener efectos aditivos negativos sobre la función endotelial, y por lo tanto sobre la rigidez arterial. Por su corta edad los adolescentes tienen un pack-years bajo, lo que hace más inquietantes estos datos de riesgo cardiovascular.

Es por esto que los autores sugieren que se debe iniciar una intervención preventiva conjunta en estas prácticas, cada vez más comunes en los jóvenes; implementando medidas que desin-

centiven el inicio del consumo en los chicos y adolescentes; educar a los familiares y padres de estos chicos, para que tengan información precisa sobre los daños que el alcohol y el tabaco pueden ocasionar.

El tratamiento del tabaquismo en jóvenes se basa en una intervención cognitiva conductual. Es fundamental generar empatía con el paciente para que vaya entendiendo la importancia de cuidar su salud y poder prevenir las adicciones o consumos problemáticos de sustancias psicoactivas. En jóvenes está probado la seguridad y efectividad de la TRN en los casos que presenten una alta dependencia física. Y que puede ser sostenida durante las semanas que presente abstinencia.⁵

Dr. Guillermo Espinosa

Presidente de AsAT

Bibliografías:

1. Double hazard of smoking and alcohol on vascular function in adolescents Thomas Münzel Omar Hahad Andreas Daiber European Heart Journal, ehj430, https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehy430 Published: 28 August 2018
2. Mortality in relation to smoking: 50 years' observations on male British doctors. Richard Doll, Richard Peto, Jillian Boreham, Isabelle Sutherland. BMJ, doi:10.1136/bmj.38142.554479.AE (published 22 June 2004)
3. Muerte, enfermedad y situación impositiva del tabaquismo en argentina. IECs Pichon-Rivière A, Augustovski F, Bardach A, Colantonio L. ValueHealth. 2011 Jul-Aug;14 (5 Suppl 1):S51-9.
4. Early vascular damage from smoking and alcohol in teenage years: the ALSPAC study', by M. Charakida et al., doi:10.1093/eurheartj/ehy524.
5. Smoking Cessation Treatment for Adolescents. Julie P. Karpinski, PharmD,1 Erin M. Timpe, PharmD,2 and Lisa Lubsch, PharmD2. J.Pediatr.Pharmacol.Ther 2010;15:249-263