

Programa "Cuidar Cuidando": Implementando entre los jóvenes una estrategia de concienciación sobre el síndrome alcohólico fetal y otros riesgos del consumo de alcohol.

Eduardo Sacristán Vázquez

Pediatra, psiquiatra. CDIAP Integra Garrotxa

Ester Pla Colomer

Dra. Psicología. Psicóloga clínica. CDIAP Integra Garrotxa

Mireia Sala Moliné

Trabajadora Social. CDIAP Integra Garrotxa

Resumen

Se presenta un trabajo enfocado a prevenir la problemática del alcohol entre nuestros jóvenes y como puede afectar el alcohol a largo plazo y en el feto durante el embarazo. El objetivo es generar consciencia y apoderar a la población porque sean agentes activos por el SAF y síndromes asociados.

Palabras Clave: síndrome alcohólico fetal, desarrollo, prevención en adolescentes.

Abstract

Carecaring. Strategy of prevention of SAF. The SAF impacts in physical, mental and neurodevelopmental handicaps. We explain the clinical work in SAF prevention. It's focused on the alcohol prevention in youngsters and adolescents, and the effects on the fetus along the pregnancy.

Keywords: Fetal alcohol syndrome, development, adolescent prevention

Introducción

El alcohol constituye la droga social más utilizada y su uso se fomenta en la sociedad continuamente. La principal diferencia con otras drogas es que el alcohol es legal, de fácil disponibilidad y consumo, asociado al ocio y la convivencia. Debido a la gran aceptación social hay una baja percepción del peligro que su consumo conlleva.

También es la que ocasiona más problemas sanitarios y sociales por encima del tabaco y el resto de sustancias psicoactivas, ocasionando graves problemas de desarrollo individual y social como: soledad, roturas de las redes familiares y sociales, degradación de la salud mental, daños cerebrales a nivel neuronal entre otros (Cook, Green y Lilley, 2016).

Desde un inicio, el alcohol afecta el desarrollo del feto en todos los órganos con la evidencia más grave sobre el sistema nervioso central, con cuadros que pueden ir desde la anencefalia, microcefalia, paquigíria, microgíria, esquizencefalia, agenesia total del cuerpo calloso o migraciones aberrantes de sustancia gris que conllevan la teratogenia de este cuadro (Fetal alcohol síndrome Foundation of Netherlands, 2012). En las primeras etapas de desarrollo del feto, cuando la madre muchas veces todavía no sabe que está embarazada es cuando esta afectación puede ser mayor.

El SAF (Síndrome alcohólico fetal) es aquel producido cuando los niños que se han visto expuestos al alcohol por parte de la madre presentan una serie de problemas físicos, mentales y de crecimiento que los acompañarán toda la vida. (Martín Fernández-Mayoralas y Fernández Jaén, 2011).

Algunos síntomas observables en el niño son el crecimiento deficiente, el retraso en el desarrollo con problemas en las áreas sociales, cognitivas, de lenguaje y epilepsia. Esto tiene repercusión directa en la vida del niño, su rendimiento académico es más bajo, aparecen problemas de comportamiento (impulsividad, déficit de atención...) y además, hay alteraciones en la capacidad para relacionarse con los demás (Guardia Serecigni, 2008).

Durante la gestación, el alcohol genera vías potencialmente adictivas en un futuro, tanto desde el punto de vista orgánico como social. Atraviesa por difusión simple la barrera placentaria poniéndose rápidamente en contacto con el feto. La inmadurez de éste hace imposible su eliminación y debido a este circuito cerrado, permanece en el feto potenciando su daño.

En definitiva, los descendientes acaban siendo más susceptibles de sufrir alcoholismo, repitiendo patrones de vulnerabilidad. También conlleva debilidad futura a nivel académico, social, laboral y de habilidades, ya que con el consumo de alcohol, el cerebro no tendrá nunca toda su potencialidad.

También son relevantes en las consecuencias, los factores como la cantidad ingerida durante la gestación, las semanas de gestación, la salud materna (edad, uso concomitante de otras drogas y perfil psicopatológico), nivel socioeconómico, sociofamiliar y cognitivo-madurativo.

La prevalencia mundial del SAF y la de los trastornos del espectro alcohólico fetal (FASD) se estima en 0,5-2 y 9-10 casos por cada 1000 nacidos vivos. Cálculo complejo de realizar debido a la insidiosa expresión inicial (Grau, 2012).

Por todos estos motivos mencionados, se desprende la importancia de la concienciación social de esta problemática. Consideramos que la información no sólo de los efectos del alcohol en la persona que consume sino también del efecto en el futuro hijo, puede ayudar a disminuir la afectación de sintomatología relacionada con el alcohol.

Empezar con los jóvenes tiene un doble efecto: ser agentes activos en la detección, prevención y concienciarlos para protegerlos de esta situación. Como datos

significativos, en 2008, un 81,2% de jóvenes entre 14 y 18 años declara haber consumido alguna vez en su vida y un 72,9% de durante los 12 meses previos a la encuesta según el Ministerio de Sanidad y Política social (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2015).

El CDIAP INTEGRA Garrotxa atiende niños con alteraciones en el desarrollo de gravedad diversa. Un 1% presenta un retraso severo, un 24% retrasos relevantes (Memoria anual 2016, CDIAP Integra Garrotxa). En muchos de estos casos, la etiología no está clara y queda en el aire la sospecha de los efectos del alcohol durante el embarazo en un porcentaje de estos niños.

Dado que el SAF es la primera causa de discapacidad intelectual que se puede prevenir dada la creciente problemática del alcohol en nuestra sociedad y en especial en la población joven, se ha ideado esta intervención.

Material y método

Se ha iniciado un proyecto dirigido a jóvenes estudiantes de la comarca de la Garrotxa que están cursando 3º y 4º de ESO y Post obligatorios (bachillerato, ciclos de grado formativo...), a jóvenes con riesgo de exclusión social y población joven a partir de 20 años, para apoderarles de esta información y que puedan ser agentes activos de prevención.

Los objetivos son:

- Generar motor de cambio entre los jóvenes de la comarca en relación al consumo de alcohol.
- Concienciar a la población del riesgo que supone el desarrollo fetal consumir alcohol durante el embarazo.
- Conocer los síndromes asociados al consumo de alcohol durante el embarazo.

Objetivos específicos:

- Informar sobre el riesgo del consumo de alcohol en la población (en especial adolescencia, embarazo, polisustancias,...).
- Hacer énfasis de manera específica en el momento más frágil y vulnerable: las etapas tempranas del embarazo y cómo se estructura la base del niño.
- Aproximar el concepto de evitable -en relación a embarazos no deseados y consumo de tóxicos.
- Concienciación y motivación para que los alumnos sean actores activos de esta problemática. Pasar de receptores de información en verdaderos agentes de salud activos, ya que seguramente serán ellos los más cercanos a esta problemática.
- Reducir el número de niños con retraso mental o retraso psicomotor a consecuencia del consumo de alcohol durante la gestación, a largo plazo.

- Concienciar de la responsabilidad del desarrollo del propio hijo, ya desde el embarazo.

Durante el año 2013 se iniciaron los contactos en diferentes servicios de la comarca de la Garrotxa para ofrecer el programa de concienciación sobre la SAF entre los jóvenes y conseguir hacer un trabajo con red, en concreto:

- CAS (Centro de Atención y Seguimiento de las drogodependencias) de la Garrotxa
- Matronas del Hospital Comarcal.
- Servicios educativos municipales (IME).
- Área de Juventud del Ayuntamiento de Olot.
- Otras especialidades infantiles-juveniles, sin conseguir el trabajo conjunto.

La propuesta fue acogida favorablemente por los servicios. Se ha estado revisando si existen intervenciones directas similares, pero no se han encontrado antecedentes de actuaciones preventivas específicas en adolescentes y SAF.

La población a la que va dirigida la estrategia de concienciación sobre la SAF y otros efectos del consumo de alcohol son:

- Población adolescente escolarizada: se realizan sesiones formativas, sensibilizadoras y de concienciación a alumnos que están cursando 3º y 4º de ESO, post obligatoria y bachillerato. Se ofrece esta actividad a todos los institutos de la ciudad.

Los tutores de los centros educativos pueden escoger como recurso educativo el tema de "Cuidar Cuidando" que trata el riesgo del consumo de alcohol durante el embarazo. El IME (Instituto Municipal de Educación) es el centro colaborador que pone al alcance de los institutos todos los recursos educativos de aquel curso escolar y que hace de intermediario entre el instituto y el centro docente, con el fin acordar día y hora. El pediatra del CDIAP Integra Garrotxa es quien da esta formación.

Se fundamenta sobre los conocimientos y responsabilidades. Se incide en el consumo 0, en las posibles alteraciones en el desarrollo fetal y alteraciones a largo plazo.

En los talleres se utiliza una metodología dinámica combinando aspectos teóricos, imágenes y análisis personal. En cada sesión hay unos veinte alumnos. Finaliza con la entrega de un cuestionario de opinión. En este cuestionario se valora: la sesión a nivel global, el docente, el grado de aplicación, interés que motiva, cómo nos pueden ayudar y propuestas.

- Población adolescente no escolarizada: Se trabaja en contacto con el área de juventud, CAS y servicios sociales.

Este grupo presenta una situación de riesgo sea por cuestiones sociales o para consumo. La metodología y contenido de las sesiones es similar pero se realiza en el espacio joven de la ciudad de Olot.

- Población joven: población general a partir de los 20 años. A partir de la población que asiste a consultas de las matronas para planificación familiar o al inicio de la gestación, se ofrece una sesión taller semestral con su población diana.

También se realiza sensibilización a la población general a partir de charlas informativas anuales abiertas al público en general. A nivel general, también se ha confeccionado un spot informativo sobre el alcohol durante el embarazo, por lo tanto al alcance de la población general.

(<https://www.youtube.com/watch?v=oFLc1RMKUGc>), (CDIAP INTEGRA, 2016)

Resultados

En esta recopilación presentamos los resultados de tres años de trabajo.

Se han impartido 7 talleres en relación a esta problemática a alumnos de instituto y población joven de la Garrotxa:

- Grado Medio (Educación Infantil, Cuidados de enfermería, Auxiliar de Laboratorio).
- Adolescentes que concurren al CAS (Centro de Atención y seguimiento).
- Adolescentes (población general).
- Madres inicio gestación.

Se han realizado también 2 sesiones anuales a la población general. Una sesión abierta a toda la población joven y otra con mujeres en el inicio del embarazo.

Al finalizar cada sesión y se recogen las valoraciones con el 100% de las opiniones de los jóvenes (N = 105). El análisis se ha realizado de forma estadística descriptiva.

En general el 100% han valorado positivamente esta actividad, haciendo sugerencias poder tratar otros tóxicos (cáñamo, tabaco, etc.) durante el embarazo.

Vamos a detallar los resultados en cada ítem:

- Valoración global de la charla a alumnos escolarizados (Grado medio cuidados de enfermería, grado medio de auxiliar de clínica y de educación infantil):
 El 86% de los encuestados considera una puntuación de 5: muy bien a la valoración global de la sesión, un 14% bastante bien.
 El 63% de los alumnos opinan que el grado de aplicación es muy alto, seguido del 37% que considera aplicable y creen que pueden contribuir a esta difusión

compartiendo la información recibida a las personas de su entorno. En general se valora muy positivamente la difusión de la charla como recurso educativo. Se puede confirmar que el 100% de los alumnos ha encontrado interesante el tema que se ha tratado. Se ha ampliado conocimiento, lo consideran importante para el futuro de la sociedad y de sus hijos, tienen información de que es el Síndrome Alcohólico Fetal y creen también que los puede ayudar como futuros profesionales.

La valoración inmediata es favorable pero habrá un plazo de unos 7 -10 años de evolución del programa para ver si se da una disminución del número de niños atendidos en el CDIAP con SAF y de si perdura el mensaje recibido.

- Grupos de jóvenes: el grupo de jóvenes con riesgo de consumo nos ha presentado más dificultades debido a la falta de asistencia a las sesiones. Se han coordinado desde el CAS Garrotxa con escasa asistencia.
- En relación a las mujeres que inician embarazo se ha podido constatar que en algunas futuras madres les ha costado más la aceptación del contenido, tal vez por la sensibilización del momento gestacional en el que se encontraban. Con esto tenemos que plantear qué mecanismos podemos utilizar para mejorar la recepción de la información.

Discusión

A lo largo de las sesiones realizadas se ha podido constatar un interés por parte de la población adolescente y una necesidad expresada claramente de conocer más información al respecto.

A nivel profesional no podemos tener resultados empíricos del efecto de esta información en el inconsciente de la persona y en los actos que realice a largo plazo, pero sabemos que es una información que queda latente y esperamos que se active cuando la situación lo requiera.

La valoración inmediata es muy favorable, pero a largo plazo serán necesarios unos 10 años de evolución del programa para ver si perdura el concepto de gravedad del alcohol durante el embarazo y si se da una disminución en el número de niños atendidos por SAF de forma comprobada. Es por ello que se continuarán creando estos espacios de concienciación a población general y en unos años se realizará un estudio en la población para saber los conocimientos y actitudes al respecto.

Pensamos que el impacto que ya ha tenido en los adolescentes se volverá a revivir una vez estén en situación de embarazo y podrá aportar a conductas más saludables. En la población que ha sido más difícil la asistencia a los talleres se plantearán tácticas

para llegar a estos grupos, como hacer folletos informativos y sesiones individuales dentro del servicio de atención referente.

Esperamos también poder aumentar la colaboración de los otros servicios para poder llegar mejor a la población.

Agradecimientos:

- INTEGRA - Asociación de discapacitados intelectuales, como entidad para darnos la posibilidad de llevar a cabo este trabajo.
- IME - Instituto municipal de educación de Olot, por haber sido el centro intermediario entre los institutos de educación secundaria de la Garrotxa y CDIAP Integra Garrotxa
- IES La Garrotxa y IES Montsacopa por la confianza e interés con nuestra entidad a la hora de escoger el CUIDARSE CUIDANDO como recurso educativo.
- CAS. Centro de Atención y Seguimiento de las drogodependencias.
- Servicio de Matronas Hospital Comarcal de Olot.
- Consorcio de acción social de la Garrotxa- Jóvenes.

Referencias bibliográficas

CDIAP Integra (2016). Prevención del síndrome alcohólico fetal.

<https://www.youtube.com/watch?v=oFLc1RMKUGc>

Centro para el control y la prevención de enfermedades. (2014). *Datos sobre los trastornos del espectro alcohólico fetal*.

Cook, J.L, Green, C.R, Lilley, C.M (2016). *Fetal alcohol spectrum disorder: a guidelance for diagnosi across the lifespan*. CMAJ 2016; feb. 6; 188 (3):191-7.

Fetal alcohol syndrome Foundation of Netherlands. (2012). Alcohol durant l'embaràs. El que tots hauríem de saber. *Quaderns Faros-HSJD*.

Grau, E. (2012). *Cria família. Espectro alcohólico fetal*. Grupo investigación UAB. Barcelona: Publicaciones AFIN.

Guardia Serecigni, J (coord.) (2008). *Alcoholismo. Guías clínicas socidrogalcohol, basadas en la evidencia científica*. Valencia: Ed. Socidrogalcohol.

Martín Fernández-Mayoralas, D., y Fernández Jaén A. (2011). Fetopatía alcohólica: puesta al día. *Revista neurologia*, 52(supl.1), S53-S57.

Martínez Castillo, A. (2011). *Alcohol y embarazo: intervención de enfermería en atención primaria*.

Ministerio de Sanidad y Consumo. (2015). *Alcohol durante el embarazo*. Madrid.

Correspondencia con los autores: CDIAP Integra Garrotxa. Olot. E-mail: cdiap@integraolot.cat