

Programa “Cuidar Cuidant”: Implementant entre els joves una estratègia de conscienciació sobre la síndrome alcohòlica fetal i altres riscos del consum d’alcohol

Eduardo Sacristán Vázquez

Pediatre, psiquiatre. CDIAP Integra Garrotxa

Ester Pla Colomer

Dra. Psicologia. Psicòloga clínica. CDIAP Integra Garrotxa

Mireia Sala Moliné

Treballadora Social. CDIAP Integra Garrotxa

Resum

Es presenta un treball enfocat a prevenir la problemàtica de l’alcohol entre els nostres joves i com pot afectar l’alcohol a llarg termini i en el fetus durant l’embaràs. L’objectiu és generar consciència i apoderar a la població perquè siguin agents actius per la SAF i les síndromes associades.

Paraules Clau: síndrome alcohòlica fetal, desenvolupament, prevenció en adolescents.

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 youngers and adolescents, and the effects on the fetus along the pregnancy.

Keywords: Fetal alcohol syndrome, development, adolescent prevention

Introducció

L’alcohol constitueix la droga social més utilitzada i el seu ús es fomenta en la societat contínuament. La principal diferència amb altres drogues és que l’alcohol és legal, de fàcil disponibilitat i de consum, associat al lleure i a la convivència. A causa de la gran acceptació social hi ha una baixa percepció del perill que el seu consum comporta.

També és la que ocasiona més problemes sanitaris i socials per sobre del tabac i la resta de substàncies psicoactives, ocasionant greus problemes de desenvolupament

individual i social com: solitud, ruptures de les xarxes familiars i socials, degradació de la salut mental, danys cerebrals a nivell neuronal entre altres (Cook, Green i Lilley, 2016).

Des d'un inici, l'alcohol afecta al desenvolupament del fetus en tots els òrgans amb l'evidència més greu sobre el sistema nerviós central, amb quadres que poden anar des de l'anencefàlia, microcefàlies, paquigíria, microgíria, esquizencefàlia, agenèsia total del cos callós o migracions aberrants de substància gris que comporten la teratogènia d'aquest quadre (Fetal alcohol syndrome Foundation of Netherlands, 2012). En les primeres etapes de desenvolupament del fetus, quan la mare moltes vegades encara no sap que està embarassada és quan aquesta afectació pot ser més gran.

El SAF (Síndrome alcohòlic fetal) és el que es produeix quan els nens que s'han vist exposats a l'alcohol per part de la mare presenten una sèrie de problemes físics, mentals i de creixement que els acompanyaran tota la vida (Martín Fernández-Mayoralas y Fernández Jaén, 2011).

Alguns símptomes observables en l'infant són: el creixement deficient, el retard en el desenvolupament amb problemes a les àrees socials, cognitives, de llenguatge i epilèpsia. Això té repercussió directa en la vida del nen, el seu rendiment acadèmic és més baix, apareixen problemes de comportament (impulsivitat, dèficit d'atenció...) i a més, hi ha alteracions en la capacitat per relacionar-se amb els altres (Guardia Serecigni, 2008).

Durant la gestació, l'alcohol genera vies potencialment addictives en un futur, tant des del punt de vista orgànic com social. Travessa per difusió simple la barrera placentària posant-se ràpidament en contacte amb el fetus. La immaduresa d'aquest fa impossible la seva eliminació i a causa d'aquest circuit tancat, resta en el fetus potenciant el seu dany.

En definitiva els descendents acaben essent més susceptibles de patir alcoholisme, repetint patrons de vulnerabilitat. També comporta feblesa futura a nivell acadèmic, social, laboral i d'habilitats, ja que amb el consum d'alcohol, el cervell no tindrà mai tota la seva potencialitat.

També són rellevants en les conseqüències, els factors com la quantitat ingerida durant la gestació, les setmanes de gestació, la salut materna (edat, ús concomitant d'altres drogues i perfil psicopatològic), nivell socioeconòmic, sociofamiliar i cognitiu-maduratiu.

La prevalença mundial del SAF i la dels trastorns de l'espectre alcohòlic fetal (FASD) s'estima en 0,5-2 i 9-10 casos per cada 1000 nascuts vius. Càlcul complexa de realitzar degut a la insidiosa expressió inicial (Grau, 2012).

Per tots aquests motius esmentats, es desprèn la importància de la conscienciació social d'aquesta problemàtica. Considerem que la informació no sols de l'efecte de l'alcohol en la persona que consumeix sinó també de l'efecte en el futur fill, pot ajudar a disminuir l'afectació de simptomatologia relacionada amb l'alcohol.

Començar amb els joves té un doble efecte: ésser agents actius en la detecció, prevenció i conscienciar-los per protegir-los d'aquesta situació. Com a dades significatives, l'any 2008, un 81,2% de joves entre 14 i 18 anys declarava haver consumit alguna vegada en la seva vida i un 72,9% durant els 12 mesos previs a l'enquesta segons el Ministeri de Sanitat i Política social (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2015).

El CDIAP INTEGRAR Garrotxa atén infants amb alteracions en el desenvolupament de gravetat diversa. Un 1% presenta un retard sever, un 24% retards rellevants. (memòria anual 2016, CDIAP Integra Garrotxa). En molts d'aquests casos, l'etiologia no està clara i queda a l'aire la sospita de l'efecte de l'alcohol durant l'embaràs en un percentatge d'aquests infants.

Donat que el SAF és la primera causa de discapacitat intel·lectual que es pot prevenir donada la creixent problemàtica de l'alcohol en la nostra societat i en especial en la població jove, s'ha ideat aquesta intervenció.

Material i mètode

S'ha iniciat un projecte dirigit a joves estudiants de la comarca de la Garrotxa que estan cursant 3r i 4rt d'ESO i Post-obligatoris (batxillerat, cicles de grau formatiu...), a joves amb risc d'exclusió social i població jove a partir de 20 anys, per apoderar-los d'aquesta informació i perquè puguin ser agents actius de prevenció.

Els objectius són:

- Generar motor de canvi entre els joves de la comarca en relació al consum d'alcohol.
- Conscienciar a la població del risc que suposa, pel desenvolupament fetal, consumir alcohol durant l'embaràs.
- Conèixer les síndromes associades al consum d'alcohol durant l'embaràs.

Objectius específics:

- Informar sobre el risc del consum d'alcohol a la població (en especial adolescència, embaràs, polisubstàncies...)
- Fer èmfasi de manera específica en el moment més fràgil i vulnerable Les etapes primerenques de l'embaràs i com s'estructura la base de l'infant.

- Aproximar el concepte d'evitable en relació a embarassos no desitjats i consum de tòxics.
- Conscienciació i motivació perquè els alumnes siguin actors actius d'aquesta problemàtica. Passar de receptors d'informació a veritables agents de salut actius, ja que segurament seran ells els més propers a aquesta problemàtica.
- Reduir el nombre d'infants amb retard mental o retard psicomotor a conseqüència del consum d'alcohol durant la gestació, a llarg termini.
- Conscienciar de la responsabilitat del desenvolupament del propi fill, ja des de l'embaràs.

Durant l'any 2013 es van iniciar els contactes a diferents serveis de la comarca de la Garrotxa per tal d'oferir el programa de conscienciació sobre la SAF entre els joves i aconseguir fer un treball amb xarxa, en concret:

- CAS (Centre d'Atenció i Seguiment de les drogodependències) de la Garrotxa.
- Llevadores de l'Hospital Comarcal.
- Serveis educatius municipals (IME).
- Àrea de Joventut de l'Ajuntament d'Olot.
- Altres especialitats infantils-juvenils, sense aconseguir el treball conjunt.

La proposta va ser acollida favorablement pels serveis. S'ha estat revisant si existeixen intervencions directes similars, però no s'han trobat antecedents d'actuacions preventives específiques en adolescents i SAF.

La població a qui va dirigida l'estratègia de conscienciació sobre la SAF i altres efectes del consum d'alcohol són:

- Població adolescent escolaritzada: Es realitzen sessions formatives, sensibilitzadores i de conscienciació a alumnes que estan cursant 3r i 4rt d'ESO, post obligatòria i batxillerat. S'ofereix aquesta activitat a tots els instituts de la ciutat.

Els tutors dels centres educatius poden escollir com a recurs educatiu el tema de "Cuidar Cuidant", que tracta el risc del consum d'alcohol durant l'embaràs.

L'IME (Institut Municipal d'Educació) és el centre col·laborador que posa a l'abast dels instituts tots els recursos educatius d'aquell curs escolar i qui fa d'intermediari entre l'institut i el centre docent, per tal d'acordar dia i hora. El pediatre del CDIAP Integra Garrotxa és qui dona aquesta formació.

Es fonamenta sobre els coneixements i responsabilitats. S'incideix en el consum 0, en les possibles alteracions en el desenvolupament fetal i alteracions a llarg termini.

En els tallers s'utilitza una metodologia dinàmica combinant aspectes teòrics, imatges i anàlisi personal. A cada sessió hi ha uns vint alumnes. Finalitza amb l'entrega d'un qüestionari d'opinió. En aquest qüestionari es valora: la sessió a nivell global, el docent, el grau d'aplicació, l'interès que motiva, com ens poden ajudar i propostes.

- Població adolescent no escolaritzada: es treballa en contacte amb l'àrea de joventut, CAS i serveis socials.

Aquest grup presenta una situació de risc, sigui per qüestions socials o per consum.

La metodologia i contingut de les sessions és similar però es realitza a l'espai jove de la ciutat d'Olot.

- Població jove: Població general a partir dels 20 anys. A partir de la població que assisteix a consultes de les llevadores per planificació familiar o a l'inici de la gestació, s'ofereix una sessió taller semestral amb la seva població diana. També es realitza sensibilització a la població general a partir de xerrades informatives anuals obertes al públic en general. A nivell general, també s'ha confeccionat un spot informatiu sobre l'alcohol durant l'embaràs, per tant, a l'abast de la població general.

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

Resultats

En aquest recull presentem els resultats de tres anys de treball.

S'han impartit 7 tallers en relació a aquesta problemàtica a alumnes d'institut i població jove de la Garrotxa:

- Grau Mitjà (Educació Infantil, Cures d'infermeria, Auxiliar de Laboratori).
- Adolescents que concorren al CAS (Centre d'Atenció i seguiment).
- Adolescents (població general).
- Mares inici gestació.

S'han realitzat també 2 sessions anuals a la població general. Una sessió oberta a tota la població jove i una altre amb dones en l'inici de l'embaràs.

En finalitzar cada sessió es recullen les valoracions amb el 100% de les opinions dels joves (N=105). L'anàlisi s'ha realitzat de forma estadística descriptiva.

En general el 100% han valorat positivament aquesta activitat, fent suggeriments a poder tractar altres tòxics (cànnem, tabac, etc.) durant l'embaràs.

Anem a detallar els resultats en cada ítem:

- Valoració global de la xerrada a alumnes escolaritzats (Grau mitjà de cures d'infermeria, grau mitjà d'auxiliar de clínica i d'educació infantil):

El 86% dels enquestats considera una puntuació de 5: molt bé a la valoració global de la sessió, un 14% força bé.

El 63% dels alumnes opinen que el grau d'aplicació és molt alt, seguit del 37% que el considera aplicable i creuen que poden contribuir a aquesta difusió compartint la informació rebuda a les persones del seu entorn.

En general es valora molt positivament la difusió de la xerrada com a recurs educatiu. Es pot confirmar que el 100% dels alumnes ha trobat interessant el tema que s'ha tractat. S'ha ampliat coneixement, ho consideren important pel futur de la societat i dels seus fills, tenen informació de què és el Síndrome Alcohòlic Fetal i creuen també que els pot ajudar com a futurs professionals.

La valoració immediata és favorable però caldrà un termini d'uns 7-10 anys d'evolució del programa per veure si es dona una disminució del nombre d'infants atesos al CDIAP amb SAF i de si perdura el missatge rebut.

- Grups de joves: el grup de joves amb risc de consum ens ha presentat més dificultats degut a la manca d'assistència a les sessions. S'han coordinat des del CAS Garrotxa amb escassa assistència.
- En relació a les dones que inicien embaràs s'ha pogut constatar que en algunes futures mares els ha costat més l'acceptació del contingut, potser per la sensibilització del moment gestacional en el que es trobaven. Amb això hem de plantejar quins mecanismes podem utilitzar per millorar la rebuda de la informació.

Discussió

Al llarg de les sessions realitzades s'ha pogut constatar un interès per part de la població adolescent i una necessitat expressada clarament de conèixer més informació al respecte.

A nivell professional no podem tenir resultats empírics de l'efecte d'aquesta informació en l'inconscient de la persona i en els actes que realitzi a llarg termini, però sabem que és una informació que queda latent i esperem que s'activi quan la situació ho requereixi.

La valoració immediata és molt favorable, però a llarg termini caldran uns 10 anys d'evolució del programa per veure si perdura el concepte de gravetat de l'alcohol durant

l'embaràs i si es dona una disminució en el nombre d'infants atesos per SAF de forma comprovada. Es per això que es continuaran creant aquests espais de conscienciació a població general i en uns anys es realitzarà un estudi en la població per a saber els coneixements i actituds al respecte.

Pensem que l'impacte que ja ha tingut en els adolescents es tornarà a reviuire una vegada estiguin en situació d'embaràs i es podrà aportar a conductes més saludables.

En la població que ha estat més difícil l'assistència als tallers es plantejaran tàctiques per arribar a aquests grups, com fer fulletons informatius i sessions individuals dins el servei d'atenció referent.

Esperem també poder augmentar la col·laboració dels altres serveis per poder arribar millor a la població.

Agraïments:

- INTEGRA – Associació de discapacitats intel·lectuals, com a entitat per donar-nos la possibilitat de dur a terme aquest treball.
- IME – Institut municipal d'educació d'Olot, per haver estat el centre intermediari entre els instituts d'educació secundària de la Garrotxa i CDIAP Integra Garrotxa
- IES La Garrotxa i IES Montsacopa per la confiança i interès amb la nostra entitat a l'hora d'escollir el CUIDAR-CUIDANT com a recurs educatiu.
- CAS, Centre d'Atenció i Seguiment de les drogodependències.
- Servei de Llevadores de l'Hospital Comarcal d'Olot.
- Consorci d'acció social de la Garrotxa- Joves.

Referències bibliogràfiques

CDIAP Integra (2016). Prevenció del síndrome alcohòlic 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, y Lilley, C.M (2016). *Fetal alcohol spectrum disorder: a guideline 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 alcohòlic fetal*. Grupo investigación UAB. Barcelona: Publicaciones AFIN.

Nº 48 (3a.època) maig 2018 p. 65-72

ISSN: 2339-7454

Creative Commons BY-NC-ND

www.ambitsaaf.cat

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.

Correspondència amb els autors: CDIAP Integra Garrotxa. Olot. E-mail: cdiap@integraolot.cat