

## **Alcohol, Cigarro y Hábitos Humanos**

En los años 1900, principalmente en el auge de la industria cinematográfica de Hollywood, el cigarro tenía un "Glamour" todo especial. Era "chic" fumar. No tenía héroe, principalmente de guerras o buen tipo del "oeste estadounidense" sin un cigarro encendido entre los dedos.

No había contraindicación conocida y el atractivo comercial era muy grande. La industria del tabaco creció de forma acelerada tornándose económica y políticamente poderosa en muchos países, como la "tierra de Marlboro".

Con la evolución del conocimiento médico, el hombre descubrió los maleficios del humo. Poco a poco, voces se añadieron contra el tabaquismo. Cálculos hechos comienzan a mostrar las pérdidas económicas, además de la salud, en función del cigarro; como por ejemplo, los gastos con tratamientos cada vez más dispendiosos.

A pesar del poder económico, ejemplificado en el patrocinio del más caro de los deportes, carreras de Fórmula I, la industria del cigarro no tuvo como resistir y paulatinamente el cigarro, en todo el mundo, está siendo banido de los hábitos socialmente aceptados. Si difícilmente irá desaparecer, hoy se puede afirmar que quedará reducido a un hábito marginal de pocos.

Entre las explicaciones para ese cambio de comportamiento en todo el planeta, puede estar el hecho de, históricamente, la convivencia de la sociedad con el tabaco ser relativamente reciente (500 años?; descubierta de las Américas?), siendo que el uso realmente intensivo del fumo no tiene mucho más de 200 años, en el último o dos últimos siglos (siglos 19 y 20).

Quizá este hecho, junto a la constatación de que solo hay daños del humo, tenga ayudado en el cambio de comportamiento del hombre, considerando todo el poder económico de las industrias de tabaco que siempre apoyaron deportes y recreaciones como carreras de coche y cine.

Por otro lado, la convivencia del hombre con el alcohol es milenaria. Culturalmente, el alcohol en sus variadas formas hace parte de los hábitos de vida de inúmeros pueblos, desde siempre.

Hay, incluso, lo que se podrá llamar de marca registrada de cada pueblo con su bebida. Como ejemplo, hay los países europeos latinos —Italia, Francia, Portugal y España con el vino; los Ingleses, Escoceses e Irlandeses con el whisky; el Alemán y la cerveza; la vodka y los Rusos y Poloneses, el sake y el Japón, el ron en Cuba; la aguardiente de caña en Brasil el champán y la Francia; el gin y la Holanda, aún tenga sido difundido por los ingleses; el coñac y los Franceses y Españoles; la tequila en el Méjico. Es muy grande la lista de los pueblos que tienen como una de sus marcas registradas, un símbolo de su cultura y hábito, una bebida alcohólica.

Para inúmeros rituales religiosos la bebida alcohólica siempre fue parte integrante de las ceremonias. Lo que ocurre en los cuatro rincones del planeta.

Así, mientras el humo históricamente es algo reciente en la historia humana, el alcohol hace parte de la historia de los pueblos desde los tiempos remotos de la humanidad. Se resalta que eso no es característico de uno u otro pueblo, de uno u otro continente, pero de todo el planeta.

Además de esos aspectos, mientras los daños a la salud ajenos del humo son muchos y fácilmente identificados, siendo por así decir más directos, los daños a la salud causados por el alcohol, en su mayor parte, son daños indirectos más complejos de ser percibidos por la población.

Se suma a eso el hecho de que en pequeñas dosis el alcohol no es dañoso, porque es incluso parte del hábito alimentar de los europeos de origen latina, como el vino.

Mientras el humo siempre irá hacer mal, con el alcohol eso puede no ocurrir y efectivamente no ocurre, no siendo más una cuestión dicotómica: consume o no consume, para tornarse algo más complejo, una cuestión de dosis.

Un gran sanitarista brasileño, Prof. Dr. Walter Leser, decía que la diferencia entre veneno y medicación está en la dosis utilizada.

Así, el combate al alcohol pasa a ser mucho más difícil y delicado que a todas las otras drogas, sean lícitas o ilícitas.

Además de la fuerza económica de las industrias de bebida, que es innegable, aspectos sociales, culturales y religiosos, todos históricos, dificultan mucho la actuación de los profesionales de salud en esta área.

El camino debe ser otro, que no la propuesta de eliminación, de prohibición pura y simples como es hecho con el cigarro hoy en día.

Dos vertientes deben ser atacadas de modo simultáneo.

Enseñar el uso moderado, o sea, reducción de daños para la sociedad como un todo; el aspecto educacional en ese caso es de extrema importancia; y enseñar a beber con moderación, lo que está comenzando a ser hecho entre nosotros.

En paralelo a esto, mensurar los diversos daños indirectos causados por el alcohol es importante, divulgando los resultados de esos estudios, para que poco a poco toda la sociedad pueda tomar una mayor conciencia al respecto de ese problema.

De esa manera, estudios de hábitos, de uso en estudiantes, los problemas ligados al suicidio y al embarazo, los problemas con la atención bien como la capacitación de profesionales, además de todas las comorbilidades ligadas al uso del alcohol, todo esto, incluso la violencia causada por el uso de alcohol como accidentes de transporte y homicidios, son líneas de investigación cada vez más utilizadas en ese tema.

Sólo con la divulgación de la infinidad de problemas relacionados al uso de alcohol y sus consecuencias el hombre

conseguirá disminuir los efectos dañosos del uso abusivo del alcohol, evitando así las consecuencias mayores a la salud, individual y colectiva.

Es exactamente esto que la SMAD se propone hacer.

Moacyr Lobo da Costa Júnior  
Profesor Asociado  
Departamento de Enfermería y Ciencias Humanas  
Escuela de Enfermería de Ribeirão Preto  
Universidad de São Paulo  
Centro Colaborador de la OMS para el Desarrollo de la Investigación  
en Enfermería  
Brasil