

Siete mil adolescentes gallegos tomaron tranquilizantes sin receta en el último año

La encuesta a estudiantes de secundaria revela que las chicas lideran el consumo | El recurso a hipnosedantes con o sin prescripción con 18 años crece casi 9 puntos



Una adolescente con pastillas / FREEPIC

Carmen Villar | Santiago | 06·05·23 | 06:10

La OMS advirtió de la **crisis de salud mental tras el coronavirus**: la Galicia de después del COVID, en 2021, consume más **antidepresivos** y ese año anotó el máximo de la década en hipnóticos e hipnosedantes, para la ansiedad y problemas de sueño. **Los gallegos adultos** recurren cada vez más a fármacos para relajarse o descansar y los adolescentes van por ese camino, muchos tras visitar a un especialista y otros por su cuenta.

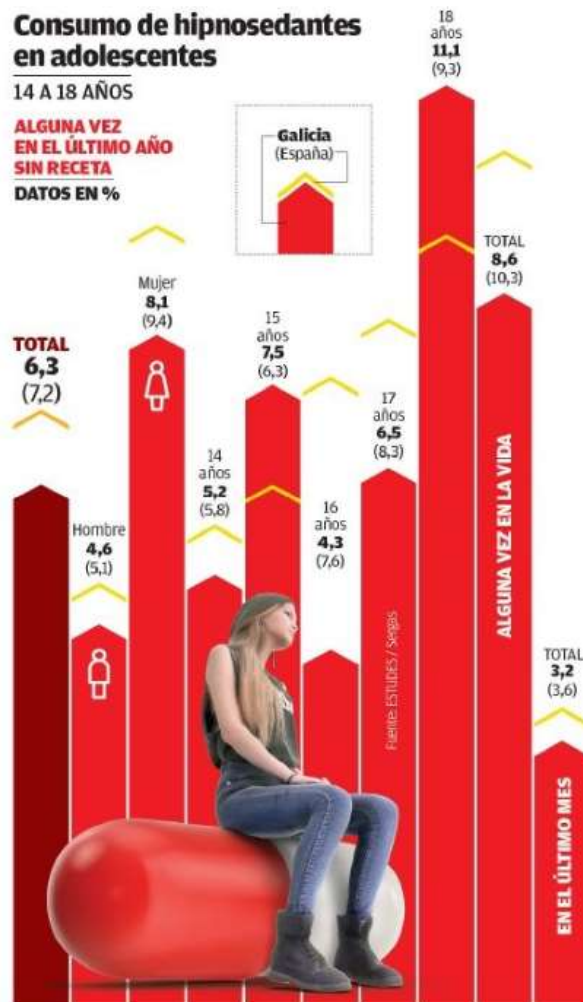
El consumo de hipnosedantes en el último año ha subido casi 3 puntos desde 2018 entre los 14 y los 18 años —el triple a los 18 años— y la encuesta a estudiantes de enseñanzas secundarias del Plan Nacional sobre **Drogas** (ESTUDES 2021) revela además que **casi la mitad de chavales que los tomó, lo hace sin receta**. En concreto, un 6,3% —unos siete mil— admitió hacerlo así en los 12 meses previos.



Más de 16.000 adolescentes gallegos consumen hipnosedantes con o sin receta

Carmen Villar

¿Por qué toman somníferos y tranquilizantes? Para el psicólogo clínico y vocal del Colexio Oficial de Psicología de Galicia José Berdullas tiene que ver con que la sociedad tiene “una mala salud mental”. Cree que hubo “un empeoramiento” de las condiciones de vida de la población. Y si los adultos tienen una mala salud mental, ¿cómo pueden acompañar a los hijos y sostenerlos?, se pregunta. Los adolescentes, añade, están “más abandonados de lo que deberían” y además la espera para acceder a un psicólogo o psiquiatra en la sanidad pública puede alargarse “hasta un año”.



Consumo de hipnosedantes en adolescentes

Sobre el acceso a los fármacos sin receta, indica que en alrededor de una cuarta parte de las familias hay alguien que toma esos medicamentos. “Si hay un miembro de la familia a tratamiento, ¿qué más fácil que abrir un cajón y coger una pastilla para dormir, un ansiolítico o algo similar? Más si tenemos un adolescente que ve cómo el manejo de los adultos puede ser ese; estamos produciendo un aprendizaje por imitación”, sostiene.



El mercado negro de los ansiolíticos

Mar Mato

Las prevalencias de consumo son más altas a los 18 y entre chicas, que casi duplican a los chicos (8,1% frente al 4,6% sin receta). Hay razones. Por un lado, alega Berdullas, para muchos los 18 años suponen la primera salida de casa y afrontar un ambiente que puede ser “hostil” y además admite la “locura” que puede suponer cursar 2º de Bachillerato y la “presión” de que “toda su vida va a depender de lo que haga” ese año. Respecto a las chicas, incide en que también son las que más se autolesionan —a veces lo que se busca así es reducir la angustia, indica— y registran más trastornos de alimentación, vinculados a la imagen corporal y a buscar seguridad. A las mujeres, explica, se las insta a fijarse más en las emociones y eso las puede hacer más conscientes de sufrir, y es donde se sitúan sobre todo las cargas.

“La sociedad tiene una mala salud mental y hay niños que están muy solos”

José Berdullas - Psicólogo clínico y vocal del Colexio Oficial de Psicología de Galicia

”



José Berdullas

Las cifras de consumo de hipnosedantes en adolescentes le parecen a José Berdullas “muy preocupantes” y las encuadra en **un contexto global donde el consumo de fármacos está aumentando “de forma escalofriante”** en España ligado “en gran medida” al “empeoramiento” de las condiciones de vida tras las crisis y su “efecto devastador” en las familias. “La gente tiene dificultades para llegar a fin de mes o encontrar trabajo y las condiciones de vida dan lugar a una clínica ansiosa y depresiva”, explica. De ahí que crea que abordar los condicionantes sociales —un trabajo mejor, por ejemplo— permitiría que esos cuadros remitieran “en gran porcentaje”. Otra parte, dice, sí debería llegar a salud mental y recibir atención “inmediata”, pero no hay esa accesibilidad.

—¿Por qué tantos adolescentes consumen hipnosedantes?

—Tenemos una sociedad con mala salud mental. Un niño no sabe afrontar ciertas dificultades de la vida, debe aprenderlas a través del acompañamiento de un adulto, y este falta muchas veces. En las consultas encontramos que tenemos a niños muy solos, no por no tener a adultos, sino porque estos no están bien, no están en condiciones de acompañarlos de forma apropiada. Los niños están más abandonados de lo que deberían.



El consumo de hipnosedantes se dispara y los expertos se muestran en alerta ante el riesgo del fentanilo

Carolina Sertal

—¿Se abusa de los fármacos?

—Son instrumentos que pueden ser necesarios para un momento de angustia. No resuelven la situación, sino que ayudan a llevarla mejor y permiten iniciar un tratamiento psicológico para que la vida cambie. En los centros de salud, médicos de familia y pediatras, que son buenos profesionales, no tienen tiempo de atender a la gente y recurren a la parte más paliativa, que es dar el fármaco a la espera de que baste o de una derivación al servicio de salud mental que no llega o tarda demasiado.

—Pero hay consumo sin receta...

—Cuando un adolescente se angustia tiene que buscar formas de resolver esa angustia. Lo más deseable es acudir a adultos de referencia que le permitan salir de eso, pero si los adultos no están o no pueden o no saben, el adolescente busca y en muchos casos puede recurrir a drogas con o sin receta para aliviar ese sufrimiento. Es una huida hacia adelante que hace que el problema se cronifique. También cuando consume cannabis puede hacerlo para uso recreativo o como forma de no pensar, de no preocuparse de lo que no es capaz de resolver. Debemos dar alternativas al consumo de fármacos, aumentando la disponibilidad de tratamientos psicológicos para niños y familias, eso es lo inmediato, pero también que en Primaria haya más tiempo para atención, promover el acceso desde las escuelas a profesionales de salud mental y un mundo más acogedor.