

2025-11-27

Alarma por el alcohol en jóvenes de México: El 73.5% bebe más de una vez al mes

Autor: Redacción

Género: Nota Informativa

<https://laparadoja.com.mx/2025/11/alarma-por-el-alcohol-en-jovenes-de-mexico-el-73-5-bebe-mas-de-una-vez-al-mes>

México.- El consumo de alcohol en jóvenes mexicanos encendió alertas entre especialistas de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM) y la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones (CONASAMA), quienes expusieron cifras preocupantes durante las Jornadas Académicas del 15 de noviembre. El análisis mostró que la mayoría de adolescentes y universitarios inicia el consumo a edades tempranas, con patrones que evolucionan hacia prácticas de riesgo. Este panorama coloca al país ante un reto urgente de salud pública.

El fenómeno, que ya supera registros previos, impacta la vida escolar, emocional y física de miles de estudiantes. Los expertos advirtieron que el inicio alrededor de los 14 años y la frecuencia elevada fortalecen un ciclo que afecta el desarrollo cerebral y aumenta la posibilidad de dependencia. Las autoridades coincidieron en que atender el alcohol en jóvenes requiere educación, acompañamiento y estrategias preventivas dentro y fuera de las escuelas.

Cifras recientes: ¿Qué se descubrió?

Los datos presentados revelaron que el 92.3% de los estudiantes probó alcohol al menos una vez y que el 73.5% lo consume más de una vez al mes. También destacaron que el 66.9% presenta hábitos intensos asociados con intoxicaciones y accidentes. El 23.3% ya muestra señales de abuso, indicador de riesgo clínico.

Estas cifras coinciden con reportes internacionales que relacionan el consumo en jóvenes de 15 a 19 años con violencia y mortalidad prematura. Los especialistas señalaron que la creciente normalización en entornos universitarios favorece el avance del problema.

Factores que impulsan el consumo

La presión social surgió como uno de los detonantes más frecuentes. Los adolescentes suelen integrarse a grupos donde beber parece parte de la convivencia. La UAM destacó que este patrón avanza rápido cuando existe poca supervisión o límites difusos en casa.

El estrés académico también influye. Exámenes, cargas de trabajo y preocupaciones personales llevan a muchos estudiantes a usar el alcohol como un escape temporal. Sin apoyo emocional, estos hábitos se vuelven recurrentes.

Impactos en la salud y la vida cotidiana

Los especialistas mencionaron afectaciones inmediatas, como pérdida de memoria, bajo rendimiento y conductas impulsivas. A mediano plazo, los jóvenes enfrentan riesgos de enfermedades hepáticas, cardíacas y trastornos de salud mental.

En el entorno social, el consumo excesivo incrementa la exposición a accidentes viales, violencia y deserción escolar. Estos efectos generan costos para las familias y para el sistema de salud.

Acciones y recomendaciones para prevenir

La UAM y CONASAMA llamaron a fortalecer programas entre universidades, gobiernos y sociedad civil para reducir la disponibilidad y reforzar el acompañamiento psicológico.

Las autoridades insistieron en que la prevención comienza con conversaciones tempranas, orientación profesional y la promoción de actividades libres de alcohol. Las líneas de apoyo y los centros especializados ofrecen atención gratuita y confidencial.

Información de ADN Noticias.