

2025-12-08

Alcohol en jóvenes crece y amenaza su salud mental: Especialistas

Autor: Arturo Ramírez

Género: Nota Informativa

<https://siete24.mx/mexico/alcohol-en-jovenes-crece-y-amenaza-su-salud-mental-especialistas/>

El 73.5% de los jóvenes de nivel superior en México bebe alcohol de forma regular y el 23.3% presenta patrones de abuso.

El dato, fue revelado en las Jornadas Académicas del Día Nacional contra el Uso Nocivo de Bebidas Alcohólicas, mismo que abre una conversación urgente sobre salud mental, presión académica y acompañamiento juvenil.

La doctora Ana Karen Talavera Peña, investigadora de la UAM Lerma, informó que la combinación de ansiedad, estrés académico y conflictos familiares incrementa el consumo entre jóvenes.

Explicó que ansiedad y alcohol se retroalimentan y describió este vínculo como "un ciclo difícil de romper".

Talavera recordó que 92.3% de los estudiantes probó alcohol al menos una vez.

Indicó que la edad promedio de inicio es de 14 años, lo que incrementa el riesgo de desarrollar adicciones. Por ello pidió fortalecer el apoyo psicológico y la orientación profesional en las universidades.

Durante la jornada también participó la profesora Ofelia Gómez Landeros, de la UAM Xochimilco.

Subrayó que el alcohol está relacionado con más de 200 afectaciones, entre ellas daños cardíacos, hepáticos, trastornos mentales y episodios de violencia. Aseguró que depresión y alcoholismo requieren atención clínica especializada.

Por su parte, autoridades de CONASAMA y representantes de OPS/OMS coincidieron en la necesidad de impulsar campañas permanentes.

Mismos que argumentaron que se requiere trabajo interinstitucional y un enfoque científico para atender el consumo creciente entre jóvenes.

@rudytercerof Es momento de aceptar el papel que ocupa la salud mental en la vida de los jóvenes. A pesar de que muchas veces lo veamos como algo irrelevante o innecesario, la realidad es que es más importante de lo que pensamos, sobretodo al hablar del alcohol. Tómate este día para hablar de salud mental con tus hijos, te aseguro que lo agradecerán. #RudyTercero #RudyTime #RudyTips #Saludmental #Prevención #Concientización #Adolescentes #Alcohol #Alcoholismo #Adicción #Adicciones sonido original rudy tercero

Además, el doctor Francisco José Gutiérrez Rodríguez, comisionado nacional de Salud Mental y Adicciones, destacó que las universidades aportan conocimiento clave.

Enfatizó que "no basta con preocuparnos; debemos actuar".

La información presentada muestra un panorama que afecta la salud física, mental y social de los estudiantes.

Los especialistas señalaron que la presión académica y la búsqueda de pertenencia aumentan el consumo.

Explicaron que muchos jóvenes enfrentan ansiedad sin redes sólidas de apoyo.

El tema impacta directamente la vida universitaria. Influye en la permanencia escolar, en la convivencia y en la capacidad de aprendizaje.

La edad temprana de inicio y la normalización del consumo amplifican el desafío para las instituciones educativas.

El llamado de las autoridades busca recuperar una visión integral.

Propone ver a los jóvenes como sujetos con historias propias y entornos que pueden cambiar.

La evidencia presentada sostiene que la intervención temprana reduce daños y fortalece la salud emocional.

La jornada abrió un espacio donde especialistas, autoridades y estudiantes dialogaron sobre el valor de acompañar a quienes viven ansiedad y estrés.

Las voces coincidieron en algo fundamental: las universidades pueden convertirse en lugares donde la juventud encuentre apoyo, escucha y alternativas saludables.

En este enfoque, la prevención no solo implica campañas. También incluye reconocer la diversidad de experiencias que atraviesan los estudiantes.

Los especialistas insisten en que la atención integral puede transformar el presente de miles de jóvenes y ofrecerles herramientas para enfrentar sus retos con mayor fortaleza.

ARH