



Índice de números monográficos editados: (con emisión aproximadamente quincenal) 1. Morbilidad crónica, 2. Personas con discapacidad, 3. Autovaloración del estado de salud, felicidad y vida social, 4. Calidad de vida relacionada con la salud, 5. Accidentes, 6. Vitalidad y Estado emocional y físico, 7. Ejercicio físico y descanso, 8. Medidas antropométricas y vigilancia de peso, 9. Comidas habituales, 10. Consumo de tabaco, **11. Consumo de alcohol.**

Al igual que para el tabaco, si bien con menor intensidad, el alcohol tabaco constituye un elemento tóxico muy extendido y cuyo hábito de consumo genera en nuestro Principado de Asturias más de 500 muertes al año (un 4% del total de fallecimientos) además de una considerable lista de patologías crónicas físicas y mentales.

Consumo habitual

Contestación a la pregunta: **¿Bebe o ha bebido Ud. Bebidas alcohólicas de forma habitual?. Referida al momento de la entrevista.**

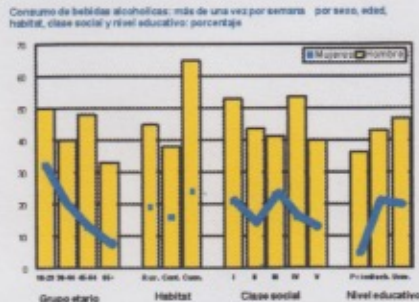
El consumo habitual de bebidas alcohólicas **afecta al 36,5% de la población** que responde a esta pregunta. Un 23% de la población dice que las consume ocasionalmente, un 6% es una persona exbebedora y una de cada tres personas indica que nunca ha tomado bebidas alcohólicas. **Un 10% de la población consume bebidas alcohólicas de forma habitual más de cuatro días a la semana.**

Los hombres consumen muchas más bebidas alcohólicas que las mujeres: un 46% de las mujeres nunca ha bebido frente a solo un 18% de los hombres, hay el doble de exbebedores que de exbebedoras (8% frente a un 4%, respectivamente), y en lo que es el **consumo habitual un 51% de los hombres lo practica frente a solo un 24% de las mujeres.** Además en lo que es el consumo más alto por frecuente (más de 2 días a la semana) hay un 22% con este patrón de consumo frente a solo un 6% de las mujeres.

	Hombres	Mujeres	Total
	%	%	%
No he tomado nunca bebidas alcohólicas	17,4	46,1	32,8
Antes tomaba, ahora ya no tomo nada	8,5	4,1	6,1
No tomo habitualmente, aunque pueda beber ocasionalmente (<1 vez/mes)	20,5	25,2	22,9
Tomo 2-3 días/mes	8,1	5,9	6,5
Tomo 1-2 días/semana	21,1	12,1	16,3
Tomo 3-4 días/semana	5,2	3,2	3,6
Tomo >4 días/semana	16,9	3,4	9,7

Por edades, la mitad de la población mayor no ha tomado nunca bebidas alcohólicas frente a solo un 18% de las personas jóvenes. Un 14% de las personas mayores ya no bebe frente a solo un uno por ciento de los/las jóvenes. **El consumo ocasional dentro de la semana (menos de 3 días/semana) es más frecuente en personas jóvenes (47%)** frente a solo un 7,5% de las personas mayores que tienen otra conducta en cuanto al consumo de bebidas alcohólicas (un 13% de ellas bebe más de dos días por semana frente a solo un 6% de las personas jóvenes, cuyo consumo se circunscribe más a los fines de semana). Por género y edad, es muy escasa la proporción de hombres que no ha consumido alcohol (un 23% en personas mayores, el grupo con mayor proporción) al contrario que las mujeres en las que aumenta considerablemente la proporción de personas que no han tomado previamente bebidas alcohólicas (un 50% en personas de 45-64 años y un 67% en mujeres mayores de 64 años). Los consumos excesivos en hombres aparecen en mayor frecuencia en hombres de más de 44 años de edad, mientras que en el caso de las mujeres se sitúan en edades inferiores debido al escaso

porcentaje de mujeres bebedoras en edades superiores a las citadas.



Los patrones de los mayores consumos se sitúan en las cuencas mineras sobre todo en hombres si bien son las mujeres de estas cuencas las que tienen también mayor consumo de alcohol. Sin embargo, son las mujeres de las

zonas rurales las que tienen unos patrones de consumo más elevados si tenemos en cuenta solo los consumos de tomar bebidas alcohólicas más de cuatro días por semana (8% frente a solo un 2,5% de las mujeres de las cuencas mineras). Circunstancia parecida sucede con los hombres de las zonas rurales: un 23% de ellos consume bebidas alcohólicas más de cuatro veces por semana, si bien en los hombres de las cuencas mineras la proporción es similar (24%).

Por clase social, para los patrones de consumo de más de una vez por semana, a medida que descendemos de clase social es más baja disminuye la proporción de personas que consumen bebidas alcohólicas más de una vez por semana, en ambos sexos. Por tanto, **las que consumen más frecuentemente con este patrón son las clases sociales más altas.**

Por nivel educativo, **a medida que aumentamos de nivel aumenta la proporción de personas que consumen bebidas alcohólicas con una frecuencia superior a un día a la semana,** circunstancia más evidente si tuviéramos en cuenta el consumo más frecuente (tomar bebidas alcohólicas más de 4 veces a la semana), donde la proporción de personas universitarias que tienen este patrón es de tres (en hombres) a cuatro (mujeres) veces superior a la de las personas con nivel de estudios primarios.

Ahondando en la tipología de consumo es muy importante diferenciarlas por que, generalmente en aquellos consumos de hábito diario, se consume menos cantidad de bebidas alcohólicas al día, y, en aquellos hábitos fundamentalmente con periodicidad semanal (fines de semana), el consumo de bebidas alcohólicas durante estos días es, generalmente, mucho más elevado.

Pautas de consumo

Contestación a la pregunta: **Si Ud. Toma alcohol actualmente o lo tomaba de forma habitual: ¿Cuánta cantidad de las siguientes bebidas consume o consumía diariamente en estos periodos?**

El análisis de la proporción de personas que consumen bebidas alcohólicas en días laborables por edad y género en las dos diferentes tipologías de consumo nos indica **que en aquellas personas de 15-24 años de edad mientras solo un 13% y 10% de hombres y mujeres, respectivamente, consumen alcohol en días laborables, estas cifras se multiplican por seis y por siete, respectivamente, cuando analizamos los consumos en fin de semana. A medida, que se aumenta la edad, la disparidad de consumo entre días laborables y fines de semana se va haciendo más pequeña tanto en hombres como en mujeres** llegando a ser casi estable la proporción en hombres mayores de 64 años de edad en ambos períodos (aunque en mujeres se incrementa un poco en fines de semana).

Por género, **las mujeres, consumen en frecuencia menos que los hombres tanto durante los días laborables como en fines de semana independientemente** del grupo etario en el que se sitúen, si bien existe una mayor diferencia de consumos entre género en días laborables y en edades medias de la vida.

Durante los días laborables tres cuartas partes de la población es abstemia (no bebe), mientras que, en fines de semana, esa proporción baja a una de cada dos personas. La tipología que, más acusadamente, cambia entre ambos períodos son los consumos moderados (se cuadruplica la proporción del 5% al 22%) y los consumos abusivos que engloban el consumo alto, excesivo y de gran riesgo, que se triplica (del 3% al 10% de la población mayor de 15 años de edad). Recordemos que, fundamentalmente, este grupo es el que va a presentar problemas en mayor intensidad relacionados con el consumo de alcohol.

Por género, **seis de cada diez hombres y nueve de cada diez mujeres son abstemios en días laborables.** Esas cifras bajan a uno de cada tres hombres y dos de cada tres mujeres en los fines de semana. Se incrementa en ambos sexos, durante los fines de semana la proporción de bebedores moderados (tres veces los hombres, dieciséis veces las mujeres) y también, en menor intensidad, el consumo abusivo (del 6% al 16% en hombres y del 1% al 4% en mujeres). Un 2% de los hombres en días de semana es bebedor de gran riesgo frente a solo una de cada quinientas mujeres. En fines de semana esa proporción se eleva a uno de cada veinte hombres y a una de cada cien mujeres.

Por tipo de hábitat, en todos ellos **hay menor proporción de personas con consumo abusivo de alcohol en días laborables que en fines de semana.** En días laborables el mayor porcentaje de consumo abusivo corresponde a las personas residiendo en las cuencas mineras (10% en hombres y 1,2% en mujeres) y en fines de semana a los hombres de las zonas rurales (24,5%) y a las mujeres de las cuencas mineras (5,9%). En las zonas rurales es donde mayor disparidad de consumo existe entre géneros en los fines de semana y en las cuencas mineras durante los días laborables.

Por Clase social, **la clase social V es la que mayor consumo abusivo presenta en fines de semana y días laborables en hombres (25% y 8,4%, respectivamente) y la que menos en ambos períodos es la clase social I.**

Tanto en días laborables como en fines de semana **la proporción de hombres bebedores abusivos más alta corresponde a los niveles de estudio medios.** Sin embargo, en los mismos hombres, se observa que los hombres con nivel de estudios universitarios beben abusivamente muy poco en días laborables y mucho en fines de semana.

Informe realizado por Mario Margolles Martins

En mujeres, son las de estudios primarios las que más beben en días laborables y las de estudios universitarios las que más beben en fin de semana.

Las bebidas que mencionan las personas entrevistadas como consumidas en ambos períodos son: **la bebida más consumida durante la semana es el vino** (una de cada cinco personas la consume), **seguida de la cerveza** (un 6% de la población la consume). **En fines de semana, la bebida que más dice consumir la población es también el vino** (una de cada cuatro personas), **seguida de la sidra** (17% de ellas) **y la cerveza** (15%). El incremento de proporción de personas consumidoras más elevado entre ambos períodos es el correspondiente al consumo de combinados (diez veces), de las copas (de 2 a 11%) y de la sidra (del 4% al 17%).

Motivos para dejarlo

Contestación a la pregunta: **Si Ud. tomaba bebidas alcohólicas y no lo hace desde más de seis meses seguidos, indíquenos, por favor, los dos motivos fundamentales por los que dejó de beber.** Referida a las personas exbebedoras. **Si hacía menos de seis meses seguidos que habían dejado de beber no se consideraban a estos efectos.** En aquellas personas que dejaron de beber más de una vez durante más de seis meses seguidos, la pregunta hace referencia a la última vez que lo dejó.

Un 40% de las personas exbebedoras se motivó por consejo médico, un 17% por su preocupación por los efectos nocivos y solo un 3% por la presión social o familiar.

Por género, **han dejado de beber más hombres por consejo médico que mujeres** (44% frente a 33%), un 5% de las mujeres lo ha hecho por presión familiar o social y solo un 2,5% de los hombres. Las mujeres refieren con mayor frecuencia la existencia de otros motivos que los hombres.

Por edades, **la motivación principal de las personas mayores es el consejo médico (56%) frente a solo un 9% de las jóvenes, que expresan con más frecuencia la existencia de otros motivos (27%).** La presión social o familiar es importante para un 9% de las personas jóvenes y solo para un 3% de las personas mayores no considerando nada importante este hecho las personas entre 45-64 años de edad. Es de reseñar **que casi la mitad de las personas jóvenes no han querido contestar a esta pregunta**, siendo la proporción de una de cada diez personas para la muestra total. A su vez, hay una gran proporción de personas que manifiestan otro tipo de motivaciones, con lo cual es muy difícil sacar conclusiones a esta variable.

Las mujeres de la zona rural (al contrario que para el hábito tabáquico) son las que refieren con más frecuencia haberlo dejado por consejo médico, y las de las cuencas mineras las que menos utilizaron ese motivo para dejarlo y refieren más el fenómeno molestias personales.

Por clase social **las personas en clases sociales más altas (la I, particularmente) que han dejado de beber lo han hecho por consejo del médico**, mientras que en las clases sociales IV y V lo han hecho en mayor frecuencia por las molestias personales.

Por nivel educativo, **las personas con nivel educativo de estudios primarios han dejado de beber en mayor frecuencia debido al consejo médico y en el caso de personas con estudios superiores debido a la preocupación sobre los efectos nocivos**

Consumo de bebidas alcohólicas: consumo en días laborables y fines de semana por sexo y edad: porcentaje

