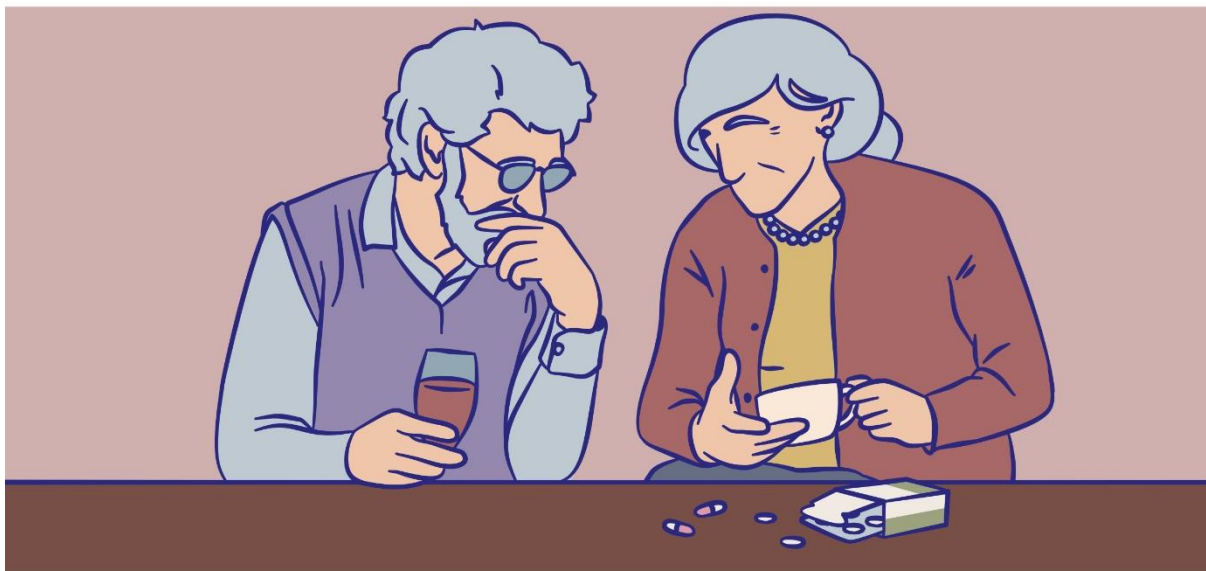


Drogen erabilera adineko pertsonetan Euskadin

2025eko azaroa



EUSKO JAURLARITZA



GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA

DEPARTAMENTO DE SALUD

EDUKIAK

1. SARRERA.....	5
2. IKUSPEGI OROKORRA. ADIKZIOA ERAGIN DEZAKETEN JOKABIDEEN EGUNGO PREBALENTZIA ADINEKOEN ARTEAN ETA HAREN BILAKAERA	8
2.1. Batez ere legezko substantziak eta ausazko jokoak kontsumitzen dituen biztanleria.....	8
2.2. Substantzia gehienek kontsumoa nahiko egonkor mantendu da 50 eta 74 urte bitarteko helduen artean azken bi hamarkadetan	10
3. ALKOHOLA. KONTSUMO-EREDU ESPEZIFIKOAK ADINEKOETAN	12
3.1. Eguneroko erabilera tasa altuak adineko gizonen artean	12
3.2. Kontsumo intentsibo gutxiago, baina arriskuak kontsumitutako kantitateagatik, gizonen artean batez ere	14
3.3. Alkohol erabilerari lotutako nahasmendua izateko arrisku txikiagoa adineko emakumeentzat.....	18
3.3.1. Arriskuaren pertzepzio txikia, adinekoen alkohol-kontsumoa areagotzen duen faktore gisa	18
4. TABAKOA. ERRETZEARI UZTEKO JOERA, GIZONEN ARTEAN BEREZIKI	19
4.1. Erretzaile ohien proportzio handia adineko gizonen artean eta inoiz erre ez dutenena emakumeen artean	19
4.2. Ikasketa-mailak eragina du adineko emakumeen tabako-kontsumoan	21
5. PSIKOFARMAKOAK. OHIKO ERABILERA ADINEKOETAN, GAITZEI ETA ONDOEZ EMOZIONALARI LOTUTA.....	22
5.1. Errezeta bidezko psikofarmakoen eguneroko erabilera nahiko ohikoa, adineko emakumeen artean batez ere	22
5.2. Lasaigarriak eta somniferoak dira botikarik erabilienak	25
5.3. Osasun-arazoak eta buru-nahasmenduak psikofarmakoen erabilera-prebalentzia handiagoarekin lotzen dira.....	26
5.4. Erabilera jarraitua substantzia hauen adikzio-ahalmen handiaren erakusle	28
5.5. Errezetarik gabe edo helburu ez medikoekin erabiltzea anekdotikoa da	30
5.6. Alkohola eta psikofarmakoen aldibereko kontsumoa prebenitzeko neurrien beharra	31
5.7. Arriskuari buruzko kontzientziarik eza, prebentziorako funtsezko faktore gisa.....	32
6. JOKOA. Adinekoen artean hedatuta, baina erabilera problematikoaren prebalentzia txikia.....	33
7. ONDORIOAK.....	35
BIBLIOGRAFIA.....	39

TAULA ETA IRUDIEN AURKIBIDEA

Taulak

1. Taula. Adikzioa sor dezaketen jokabideen prebalentzia orokorra adinekoen artean, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	9
2. Taula. Alkohol-kontsumoaren prebalentzia adinekoen artean, sexuaren eta adinaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	13
3. Taula. Asteaz batez beste hartutako alkohol kantitateak (Edari Unitate Estandarretan – EUE), sexuaren eta adinaren arabera. Azken 30 egunetan alkohola kontsumitu duten 65 urte eta gehiagoko Euskadiko biztanleak, 2023.	16
4. Taula. Alkoholarekiko mendekotasun-arriskua* duten pertsonak, sexuaren, adin-taldearen eta lurraldearen arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	18
5. Taula. Tabako-kontsumoaren tipologia. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	20
6. Taula. Ohiko erretzaileen, erretzaile ohien eta inoiz erre ez duten pertsonen proportzioa, sexuaren eta ikasketa-mailaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	22
7. Taula. Azken hilabeteko psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia, farmako motaren, erabilera maiztasunaren, sexuaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	23
8. Taula. Psikofarmako mota desberdinen kontsumoaren prebalentzia azken urtean, sexuaren arabera. 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	25
9. Taula. Zenbait analgesiko opioderen kontsumoaren prebalentzia bizitzan noizbait, sexuaren arabera. 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	26
10. Taula. Osasun Mentalaren Indizea (MHI-5), sexuaren eta azken hilabeteko psikofarmakoen kontsumoaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.	27
11. Taula. Analgesiko opioideak erabiltzen hasteko arrazoia. Noizbait analgesiko opioideak kontsumitu dituzten 65 urte eta gehiagoko Euskadiko biztanleak, 2023.	28
12. Taula. Analgesiko opioideen kontsumoaren jarraitutasun-tasa, kontsumitzen hasteko aitortutako arrazoiaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.	29
13. Taula. Lasaigarri edo somniferoen kontsumo- jarraibidea, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.	30
14. Taula. Analgesiko opioideak kontsumitzeko jarraibidea, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.	31
15. Taula. Alkohola egunero kontsumitzen duten adinekoen ehunekoa, psikofarmakoen kontsumoaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	32
16. Taula. Azken urteko ausazko jokoaren erabilera-prebalentzia orokorra, maiztasunaren, modalitatearen eta sexuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	34
17. Taula. Azken urtean ausazko jokoetan (aurrez aurre) egindako gastuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023.	34
18. Taula. Azken urtean ausazko jokoetan (aurrez aurre) egindako gastuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023.	35

Irudiak

25. Irudia. Substantzia desberdinekin esperimendazioa eta azken urteko erabilera, adin-talde handien eta substantzia motaren arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	9
26. Irudia. Substantzia desberdinen kontsumo-prebalentziaren bilakaera. Euskadiko 50 - 74 urteko biztanleak, 2004 - 2023 (%).	11
27. Irudia. Substantzia desberdinen kontsumo-prebalentziaren bilakaera. Euskadiko 15 - 49 urteko biztanleak, 2004 - 2023 (%).	11

28. Irudia. Alkoholaren egungo kontsumoaren prebalentzia (azken 30 egunetan), adin-talde handien eta sexuaren arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.	12
29. Irudia. Alkoholaren azken hilabeteko eta eguneroko kontsumoa adinekoen artean. Sexuaren eta adin-taldearen arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	14
30. Irudia. Arrisku txikiko atalasea gainditzeko duten alkohol-kantitateak edaten dituen biztanleen proportzioa, sexuaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	16
31. Irudia. Alkoholaren azken hilabeteko kontsumo intentsiboaren prebalentzia, maiztasunaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	17
32. Irudia. Alkohol-kontsumo intentsiboaren prebalentzia (gertaeraren bat azken hilabetearen), adin-talde handien eta sexuaren arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%). ..	17
33. Irudia. Arrisku txikiko atalasea gainditzeko duen alkohol kontsumoaren prebalentzia, sexuaren eta arriskuaren pertzepzioaren arabera**. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)	19
34. Irudia. Eguneroko kontsumitzaileen eta erretzaile ohien prebalentzia, adin-talde handien eta sexuaren arabera. Euskadiko 15 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)	20
35. Irudia. Eguneroko kontsumitzaileen eta erretzaile ohien prebalentzia, adin-taldearen eta sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	21
36. Irudia. Psikofarmakoen* inoizko eta azken urteko kontsumoaren prebalentzia, adin-taldearen arabera. Euskadiko 15 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)	23
37. Irudia. Azken hilabeteko psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia, farmako motaren, sexuaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%) ..	24
38. Irudia. Psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia azken hilabetearen, sexuaren eta osasun egoeraren pertzepzioaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	26
39. Irudia. Psikofarmakoen (edozeinen) kontsumoaren prebalentzia azken hilabetearen, sexuaren eta osasun mentaleko balizko arazoaren arabera*. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).	27
40. Irudia. Psikofarmakoen eta alkoholaren kontsumoaren jarraitutasun-tasa*, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)	29
41. Irudia. Psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia azken hilabetearen, sexuaren eta arriskuaren pertzepzioaren arabera*. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)	32
42. Irudia. Psikofarmakoen erabilera-prebalentzia azken hilabetearen, arazo mentalen eta arriskuaren pertzepzioaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)	33
43. Irudia. Astero hausazko jokoetan ibiltzearen prebalentzia, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)	34

1. SARRERA

Adinekoak —eta bereziki haien artean adinduenak— maiz ez dira aintzat hartzen drogei eta adikzioei buruzko azterlan, ikerketa eta inkestetan. Espainian, adibidez, Alkoholari eta Drogei buruzko Etxez etxeko Inkestak (Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España delakoak) ez ditu adinekoak barne hartzen (OEDA, 2023); Drogen eta Droga Mendekotasunen Europako Behatokiak argitariazten duen urteroko txostenak (EMCDDA, 2024) ere ez ditu adinekoei buruzko datu espezifikoak jasotzen, salbu eta tratamenduan dauden pertsonen dagokienez, eta horiek adierazten dute alkoholagatik edo beste substantzia batzuegatik tratamendua hasten dutenen artean adineko pertsonen gero eta pisu handiagoa dutela.

Izan ere, substantzien kontsumoa bereziki gazteei dagokien arazotzat hartzen da sarritan (International Narcotics Control Board, 2021). Ikuspegi klinikotik, adikzioari lotutako estigma sozialak eragin berezia du adineko pertsonengan (Crome et al., 2015). Moralki eta sozialki gazteak baino zuzenagoak direla auresuposatzen den heinean, jokabide desegokiek gizarte-gaitzespen handiagoa eragiten dute adinekoengan, eta, horren ondorioz, adikzioekin lotutako arazoak onartzeko orduan errezeloa handiagoa da eta, aldi berean, osasun-langileen artean gaia saihesteko joera ere nabarmenagoa —bereziki desatsegina gertatzen baitzaile gai horien inguruan galdetzea. Bestalde, pertsona gazteengan substantziekin mendekotasun-arazo bat diagnostikatzeko ahalbidetuko luketen zeinuak eta sintomak ez dira beti erraz identifikatzen adineko pertsonengan, zahartzearen berezko beste sintoma edo zantzu batzuekin nahas daitezkeelako (SAMSA, 2020). Hori guztia dela eta, adineko pertsonen substantziekin adikzioa maiz ezkutuan egoten den arazoa da (Badrakalimuthu et al., 2010).

Osasun publikoaren arloko arreta espezifiko txikia, egozten zaion garrantzi kliniko eskasaren ondorio izan daiteke neurri batean, eta, neurri handiagoan agian, zehartasun estatistiko baten ondorio, analisiak kontsumo-maila nabarmenagoak dituzten gizarte-taldeetan zentratzera eramanez gaituena. Halaber, eragina du baita ere, analisisetan kontsumoak etorkizunean (erikortasun-kargan, gizarte-bazterkerian, etab.) izango dituzten ondorioak aztertzearen joerak eta, ondorioz, adin jakin bateko biztanleak ia automatikoki baztertzearen hautua egiteak.

Hala eta guztiz ere, mendebaldeko gizarteak zahartzen ari diren elean, adineko biztanleriaren droga erabilera eta adikzioei dagozkien alderdi espezifikoak ezagutzea gero eta garrantzitsuagoa da, bai adikzioen arloko politika publikoen ikuspegitik, bai ikuspegi kliniko eta epidemiologikotik.

Alde batetik, etorkizun hurbilean, adikzioen arloko politiketarako gizarte-babesa talde etario horren mende egongo da neurri handiagoan, izan ere, adineko pertsonak 2022an biztanleria osoaren % 23 izatetik 2036an % 30 inguru izatera igaroko dira, Eustatek egiten dituen biztanleria-proiekzioen arabera. Kontuan hartuta, gainera, adinekoak politikoki kontserbadoreagoak izaten direla, euskal gizartearen adin-

osaeraren aldaketa horrek eragina izan dezake adikzioen arloko egungo politiken babes-mailan.

Bestalde, baby boom-aren belaunaldiko pertsonak – 1958tik 1975era bitartean jaioak, gaztaroan substantzia psikoaktiboekin esperimentatu zuten lehen belaunaldiak izan zirenak eta 1980ko hamarkadan heroinaren epidemia bizi izan zutenak – talde etario horretan sartuko dira datozen urteetan. Fenomeno demografiko hori lehenago bizi izan zuten herrialdeetan —Estatu Batuetan, esaterako, non baby-boomers-tzat hartzen baitira 1946 eta 1964 artean jaioak pertsonak — belaunaldi horiek adineko bihurtzearekin batera substantzien erabileraren prebalentziek gora egin dutela ikusi da (International Narcotics Control Board, 2021), eta, gorakada horrekin batera, handitu egin dira adinekoen artean gehiegizko kontsumoen edo kontsumo problematikoen berariazko arazoak (Konakanchi eta Sethi, 2023) pairatzen dituztenak, eta baita zeharkako arazoak ere, osasungarriak ez diren ohiturei lotutakoak (SAMSA, 2020).

Izan ere, adineko pertsonetan substantzia psikoaktiboaren erabilera aztertzen duen literaturak zenbait gai espezifiko nabarmentzen ditu (klinikoak, epidemiologikoak), osasun-sistemaren eta osasun publikoaren plangintzarako eta esku-hartzerako garrantzia dutenak (Crome et al., 2015; Jaqua et al., 2022):

- Gaiaren inguruko literaturak dioenez, substantzien kontsumoak azkartu egin dezake adinarekin gertatzen den osasunaren gainbehera. Alkoholaren kontsumoak okerragotu egin ditzake adineko pertsonengan ohikoak diren eta osasun-egoera orokorrean eta mendekotasun arriskuan eragin handia duten hainbat gaixotasun, hala nola nahasmendu depresiboak, hipertentsioa edo diabetesa (SAMSA, 2020). Era berean, narriadura kognitiboa bizkortu edo eragin dezake kontsumo-mailaren arabera (Topiwala et al., 2017; Zahr, 2024).
- Era berean, substantzia psikoaktiboaren (batez ere alkohola) eta medikamentuen arteko balizko interakzioei buruz ere ohartarazi du; izan ere, botiken erabilera ohikoagoa da adinekoen artean (SAMSA, 2020).
- Substantzien erabilerak adinekoengan istripuak izateko arriskua ere handitzen duela ikusi da, bai trafiko-istripuei (Badrakalimuthu et al., 2010) eta istripu horietan kalte larriagoak izateko arriskua (Adeyemi et al., 2023), baita erorikoak izateko arriskua ere (Lin et al., 2023).
- Adinekoen droga-kontsumoa detektatzea eta ondoren identifikatzea eragozten duten hainbat faktore daude. Faktore horiek zerikusia dute osasun-langileek kontsumoen edo adikzioen presentzia ebaluatzean senti dezaketen deserosotasunarekin, bai eta droga erabileraren sintomak zahartzaroko beste gaixotasun arrunt batzuekin dituzten antzekotasunekin ere. Antzekotasun horien ondorioz, adineko pertsona askok drogen erabilerak eragindako sintomak zahartzearen parte normal gisa hartzen dituzte, kontsumoarekin egon daitezkeen

arazoak mahai gainean jartzea eta horientzako laguntza bilatzea atzeratuz (International Narcotics Control Board, 2021).

- Drogak kontsumitzen dituzten adineko pertsonen estigmatizazio eta isolamendu sozial horren ondorioz (Kuerbis et al., 2014), askotan ezkutuan egoten den arazoa izaten da, eta askotan larrialdietako kontsultetan edo pertsona egoitzaratzen denean bakarrik detektatzen da. Literaturak horrelako arazoak dituzten pertsonentzako egoitza-zerbitzu espezifikoak sortzeko aukera planteatzen du (EMCDDA, 2023).
- Azkenik, etorkizunean adinekoentzako tratamendu-zerbitzuak egokitzea beharrezkoa izan daitekeela planteatzen da (SAMSA, 2020), gaztaroan zehar 1980ko hamarkadako heroina-izurritea bizi izan zuten baby-boomerrak adina betetzen doazen heinean (Konakanchi eta Sethi, 2023).

Euskadin, Osasun Sailak egiten duen Adikzioei buruzko Inkestak beti izan ditu barne 65 eta 74 urte bitarteko adinekoak, eta, 2023ko azken inkestan, 75 urte eta gehiagoko biztanleak ere bere baitan hartu ditu. Horri esker, lehen aldiz izan dezakegu adin-talde oso horri buruzko informazioa, 65 urtetik gorako biztanleria osoarena alegia. Biztanle-talde honek gero eta pisu handiagoa du euskal gizartean eta bere balioak eta bizimoduak erabat aldatu dira gerraosteko belaunaldietatik aurrera. Pentsatzekoa da, gainera, trantsizioan jaiotakoak erretiro adinean sartzean, balio eta bizimodu horiek —eta tartean drogekiko eta adikzioekiko harremanak— aldatzen jarraituko dutela, eta, testuinguru horretan, 65 urtetik gorakoen egoeraren azterketa xeheak badu nolabaiteko interes berezia.

2023ko Euskadiko Adikzioen Inkestak ematen duen informaziotik abiatuta, analisiaren helburuak honako hauek dira:

- Adineko pertsonetan substantzien kontsumoak duen prebalentzia orokorra ezagutzea, bizitzan noizbait, azken urtean eta azken hilabeteetan egindako erabilerari dagokionez.
- Populazio-segmentu horretan gehien kontsumitzen diren substantzien erabilera-ohiturak ezagutzea.
- Gehiegizko eta/edo arriskuko kontsumoen prebalentzia eta lotutako faktoreak ezagutzea.

Jarraian, txostenaren bigarren atalak adineko biztanlerian legezko eta legez kanpoko drogen kontsumoak gaur egun dituen prebalentzien ikuspegi orokorra ematen du. Hurrengo ataletan, gehien erabiltzen diren substantzien kontsumo-ereduen azterketa zehatzagoa egiten da, arrisku-jokaerak eta Euskadiko osasun publikoaren eremutik esku har daitekeen alderdiak identifikatzen saiatuz. Txostenaren amaieran, ondorioen kapitulu txiki bat eskaintzen da, azterlanaren aurkikuntzarik garrantzitsuenak laburbiltzen dituenak.

2. IKUSPEGI OROKORRA. ADIKZIOA ERAGIN DEZAKETEN JOKABIDEEN EGUNGO PREBALENTZIA ADINEKOEN ARTEAN ETA HAREN BILAKAERA

2.1. Batez ere legezko substantziak eta ausazko jokoak kontsumitzen dituen biztanleria

Euskadin, 2023an, 65 urtetik gora duten pertsonen zati handi batek legezko substantziak eta ausazko jokoak erabiltzen ditu, eta gero eta gehiago dira, bizitzako uneren batean legez kanpoko substantziak ere erabili dituztenak, kanabisa bereziki.

Adikzioa sor dezaketen jokabide nagusiek 65 urtetik gorakoen artean duten prebalentzia 1. taulan jasotzen da. Bertan erakusten da alkoholaren kontsumoa (baita eguneroko kontsumoa ere) oso hedatuta dagoela, bereziki gizonen artean, baita psikofarmakoen erabilera ere, lasaigarriak eta somniferoak bereziki, kasu honetan gehiago emakumeen artean. Adineko biztanle gehienek ausazko jokoetan ere ibili dira azken urtean, eta zati handi batek Internet erabili du. Tabakoaren erabilera, aldiz, beheruntz doa eta adinekoen zati handi batek noizbait kontsumitu badu ere, azken urteko erabilera minoritarioa da. 1. taulan jasotako informaziotik honako hau nabarmendu daiteke:

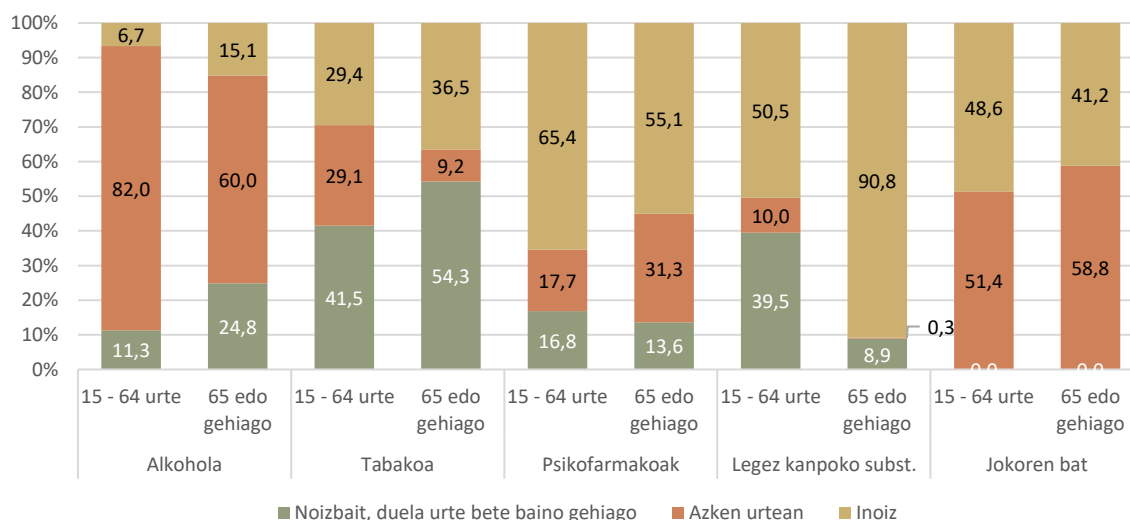
- Adineko biztanleen ia erdiak alkoholdu edariak kontsumitu ditu inkesta egin aurreko 30 egunetan, eta % 25ek egunero kontsumitu du aldi horretan, adineko gizonen artean ia % 40 direlarik.
- Adinekoen % 63,5ek (gizonen % 83,5ek) noizbait probatu badu ere tabakoa, % 8,5ek soilik erre du inkestaren aurreko hilean, eta % 8k baino gutxiagok erretzen du egunero.
- Adineko biztanleek ia ez dute zigarro elektronikorik erabiltzen: % 2k baino gutxiagok erabili dute noizbait.
- Psikofarmakoak (lasaigarriak, somniferoak, antidepresiboak eta analgesiko opiazeoak barne) noizbait erabili dituzte adineko biztanleen % 45ek eta adineko emakumeen % 55,7k. Gainera, ohiko sendagaiak dira, batez ere emakumeentzat, eta noizbait kontsumitu duten emakume gehienek azken hilabetean hartu dituzte, baita egunero ere (adineko emakumeen % 31,4k, hau da, noizbait kontsumitu dutenen % 56k).
- Psikofarmakoen artean, gehien erabiltzen direnak lasaigarriak eta somniferoak dira (% 27,2k kontsumitu ditu azken urtean), antidepresiboak (% 6) edo analgesiko opioideak (% 5) baino askoz gehiago.
- Azkenik, legez kanpoko drogei dagokienez, adinekoen % 9,2k (gizonen % 14,1ek onartzen du noizbait erabili dituela, baina duela gutxi edo gaur egun oso gutxi erabiltzen ditu (adinekoen % 0,3 inguruk erre du cannabisa azken urtean).

1. Taula. Adikzioa sor dezaketen jokabideen prebalentzia orokorra adinekoen artean, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

		Bizitzan inoiz			Azken 12 hilabeteetan			Azken 30 egunetan			Egunero (azken 30 egunetan)		
		G	E	Guz.	G	E	Guz.	G	E	Guz.	G	E	Guz.
Internet eta jokoa	Internet	57,0	47,7	51,8	54,0	44,4	48,6	52,0	42,7	46,8	42,3	38,1	39,9
	Jokoa	..	..	..	61,3	56,8	58,8	..	..	..	..	..	..
Legezko Subst. erabilera	Alkohola	95,8	76,2	84,9	74,6	48,5	60,0	64,2	34,0	47,3	39,6	13,6	25,1
	Tabakoa	83,5	47,7	63,5	10,1	8,5	9,2	9,4	7,7	8,5	8,6	7,1	7,8
	Zigarreta elektronikokoak	1,8	1,6	1,7	0,4	0,0	0,2	0,4	0,0	0,2	0,4	0,0	0,2
	Psikofarmakoak (baten bat)	31,2	55,7	44,9	20,1	40,1	31,3	18,1	37,6	29,0	15,7	31,4	24,5
	Lasaigarriak	23,4	46,1	36,1	17,6	34,8	27,2	15,9	32,7	25,3	13,7	27,3	21,3
	Antidepresiboak	8,3	19,0	14,3	3,4	8,0	6,0	3,4	7,4	5,7	3,1	7,0	5,3
	Analgesiko opioideak	6,7	13,1	10,3	1,5	7,7	5,0	1,0	6,1	3,8	0,8	4,2	2,7
Legez kanpoko subst. erabilera	Cannabisa	14,1	5,4	9,2	0,8	0,0	0,3	0,4	0,0	0,2	0,4	0,0	0,2
	Beste legez kanpoko subst.	0,8	0,6	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	..	..	..

Substantziekin eta jokoarekin esperimentatzeari dagokionez adineko biztanleen eta 64 urte arteko gazte eta helduen artean ematen diren erabilera-patroi desberdinak alderatzen dira 25. Irudian, eta baita azken urteko erabilerari dagozkion prebalentziak ere. Lehenik eta behin, ikusten da psikofarmakoek eta jokoa izan ezik, gainerako substantziek erabilera-prebalentzia handiagoa dutela gazte eta helduen artean, bereziki azken urteko erabilerari dagokionez. Alderik handiena legez kanpoko substantzien erabileran dago: 15 eta 64 urte bitarteko pertsonen ia % 40k noizbait erabili dituzte, eta % 10ek azken urtean kontsumitu dituzte; adinekoen artean, berriz, % 9,2k probatu ditu noizbait substantzia horiek, eta % 0,3k soilik erabili ditu berriki.

1. Irudia. Substantzia desberdinekin esperimentazioa eta azken urteko erabilera, adin-talde handien eta substantzia motaren arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)



Alkohola eta tabakoaren kontsumoari dagokionez, bizitzan noizbait erabili dituztenen prebalentzia zertxobait txikiagoa da adinekoen artean gazteen eta helduen artean baino; hala ere, alderik nabarmenena berriki eginiko kontsumoan dago: alkoholari dagokionez, adin aktiboan dauden hamar pertsonatik zortzik kontsumitu dute azken urtean, adinekoen artean hamarretik seik; tabakoari dagokionez, hamar gazte eta helduetatik ia hiruk erre dute azken urtean, baina hamar adinekotik batek baino zertxobait gutxiagok.

Psikofarmakoen kontsumoari dagokionez, aldiz, erabilera-prebalentzia handiagoa da 65 urte eta gehiagoko biztanleen artean, bereziki duela gutxiko erabileraren prebalentzia. Oro har, gazteen eta helduen % 34,6k psikofarmakoren bat kontsumitu du bizitzan zehar, eta 65 urte eta gehiagoko pertsonen % 44,9k. Gainera, 15 eta 64 urte bitarteko pertsonen % 17,7k erabili ditu botika hauek azken urtean, baina 65 urte edo gehiagoko biztanleen % 31,3k.

Jokoa, halaber, arruntagoa da adinekoen artean gazte eta helduengan baino, nahiz eta kasu horretan alde txikiagoa izan. Hamabost eta 64 urte bitarteko biztanleen % 51,4k diruarekin jokatu du azken urtean, eta 65 urtetik gorakoen artean, berriz, % 58,8k.

2.2. Substantzia gehienek kontsumoa nahiko egonkor mantendu da 50 eta 74 urte bitarteko helduen artean azken bi hamarkadetan

Legezko eta legez kanpoko substantzien kontsumoaren prebalentziak azken urteetan izan duen bilakaerari dagokionez, 74 urtera arteko biztanleentzat soilik ezagutu daiteke, 75 urtetik gorako biztanleak 2023an sartu baitira lehen aldiz inkestan.

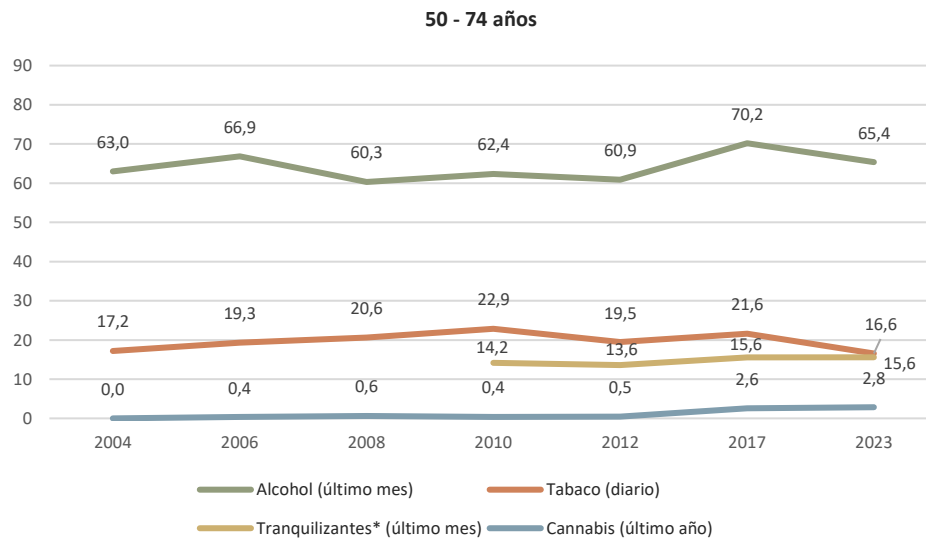
Laginarek tamaina dela eta, 50-74 urteko biztanleengan arreta jartzen badugu —izan ere, 65 – 74 urteei dagokion lagina txikiegia da datuak nolabaiteko zehaztasunez aztertzeko— 26. Irudiak erakusten du kontsumoaren prebalentzia orokorra egonkor samar mantendu dela adin-talde horretan, bereziki 49 urtera arteko biztanle gazte eta helduen bilakaerarekin alderatuta, horien artean izan duen bilakaera ez baita hain laua (27. Irudia).

Aldeak nabarmenak dira, adibidez tabakoaren kontsumoan; izan ere, adineko biztanleen artean prebalentzia nabarmen txikiagoak izan arren, azken bi hamarkadetan gehiago murriztu da gazte eta helduen artean, adinekoen artean baino. Alkoholaren kasuan ere antzeko gertatzen da: azken hilabeteko prebalentziak zertxobait txikiagoak dira adinekoen artean, baina mantendu edo hazi egin dira azken hamarkadetan. Gazte eta helduen artean, berriz, beheranzko joera lausoa adierazten dute datuek.

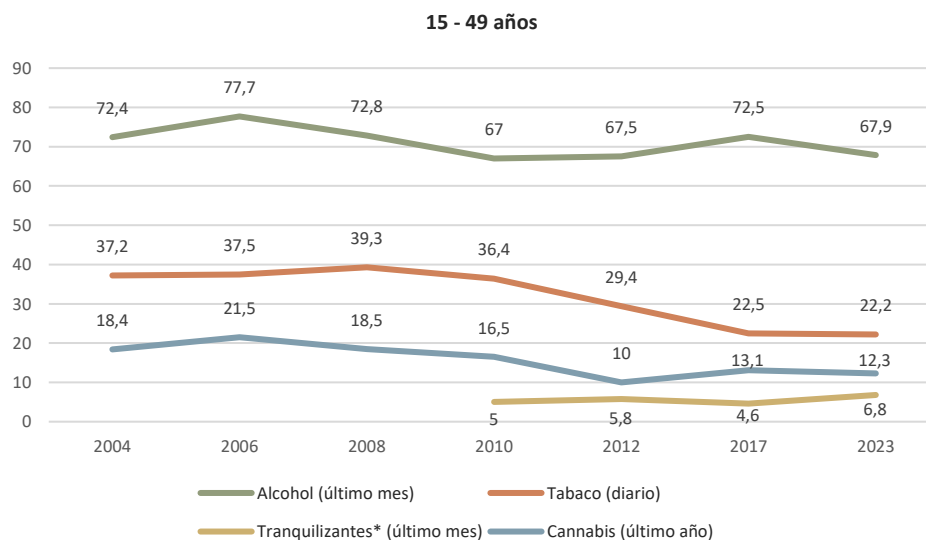
Psikofarmakoen kontsumoa aldiz, askoz ere ohikoagoa da adinekoen artean gazte eta helduengan baino, eta bi taldeetan hazi da, baina indar handiagoz 65 urtetik behera dutenen artean.

Cannabisaren azken urteko kontsumoari dagokionez, azkenik, bilakaera dibergentea ikusten da: 50 urtetik beherakoen artean nabarmen murriztu da prebalentzia; adinekoen artean berriz goranzko joera erakusten dute datuek, azken urtean bereziki.

2. Irudia. Substantzia desberdinen kontsumo-prebalentziaren bilakaera. Euskadiko 50 – 74 urteko biztanleak, 2004 – 2023 (%).



3. Irudia. Substantzia desberdinen kontsumo-prebalentziaren bilakaera. Euskadiko 15 – 49 urteko biztanleak, 2004 – 2023 (%).



Esan daiteke, beraz, laburbilduz, adinekoen artean, tabakoa ez beste substantzien erabilera azken hamarkadetan mantendu edo hazi egin dela, eta bilakaera hori ez datorrela guztiz bat biztanle gazteagoen artean izan duenarekin, horien artean apaltzera jo baitu oro har, psikofarmakoek erabilerak izan ezik.

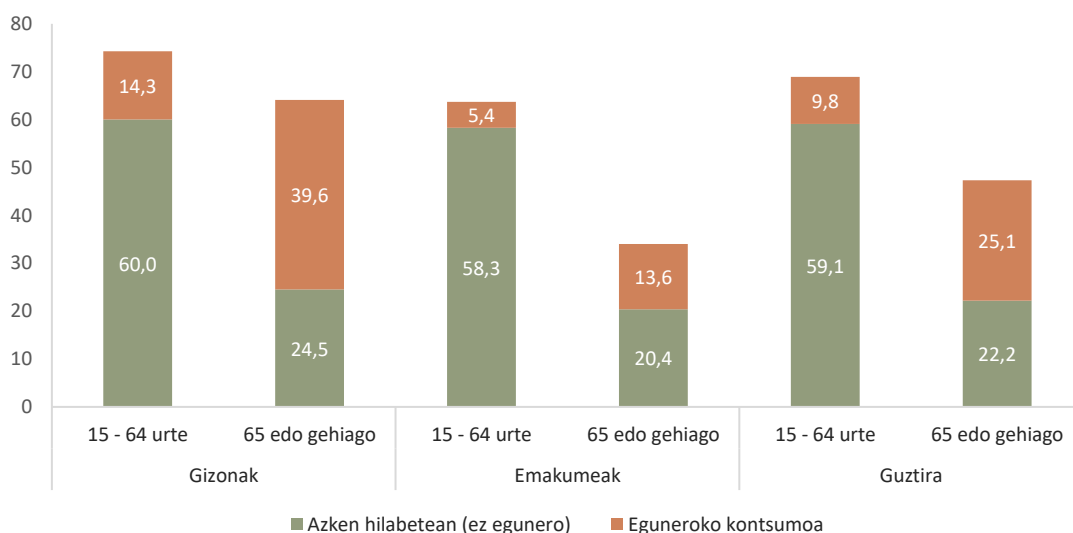
3. ALKOHOLA. KONTSUMO-EREDU ESPEZIFIKOAK ADINEKOETAN

Alkoholaren kontsumoa oso hedatuta dago EAeko populazio orokorrean, baita adineko biztanleen artean ere. Hala ere, Adikzioei buruzko 2023ko Euskadiko Inkestako datuek erakusten dute kontsumo-eredu desberdinak dituztela adineko biztanleek, gainerako gazte eta helduekin alderatuta (15-64 urte), eta sexuaren arabera alde handiagoak daudela kontsumoan adinekoen artean.

3.1. Eguneroko erabilera tasa altuak adineko gizonen artean

Alkoholaren egungo kontsumoa (inkestaren aurreko 30 egunetan egindakoa) adin eta sexu talde handien arabera alderatzen da 28. Irudian. Nabarmentzekoa da adinekoen artean alkoholaren eguneroko kontsumoaren prebalentzia handia dela, 15-64 urteko biztanleen artean ematen denarekin alderatuz gero. Bi adin-taldeen arteko aldeak bereziki deigarriak dira gizonen artean: 65 urte arteko gizon gazte eta helduen % 14,3k dio azken hilabeteetan egunero edari alkoholodunak hartu dituela; 65 urtetik gorako gizonen kasuan, berriz, ehunekoa % 39,6ra igozen da. Emakumeen artean ere aldeak nabarmenak dira: alde batetik, azken hilabeteako kontsumoaren prebalentzia nabarmen txikiagoa da emakume nagusien artean (% 34) emakume gazte eta helduen artean baino (% 63,7); aldi berean, ordea, eguneroko kontsumoa askoz hedatuagoa dago emakume nagusien artean (% 13,6) emakume gazteenen artean baino (% 5,4).

4. Irudia. Alkoholaren egungo kontsumoaren prebalentzia (azken 30 egunetan), adin-talde handien eta sexuaren arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.



Txosten honetan aztergai den populazioari dagokionez, 2. Taulan, 65 urte eta gehiagoko euskal biztanleen alkohol-kontsumoaren prebalentzia orokorrak ageri dira, sexuaren eta adin-taldeen arabera (65-74 urte, batetik, eta 75 urte eta gehiago,

bestetik). Aipatu berri dugun eguneroko kontsumoaren prebalentzia handiaz gain (% 25), bildutako informaziotik nabarmendu behar da adineko pertsonen artean alde handiak daudela sexuaren arabera – prebalentziak, gerneralean, askoz murrizagoak emakumeen artean – eta baita adinaren arabera, baina soilik emakumeen artean.

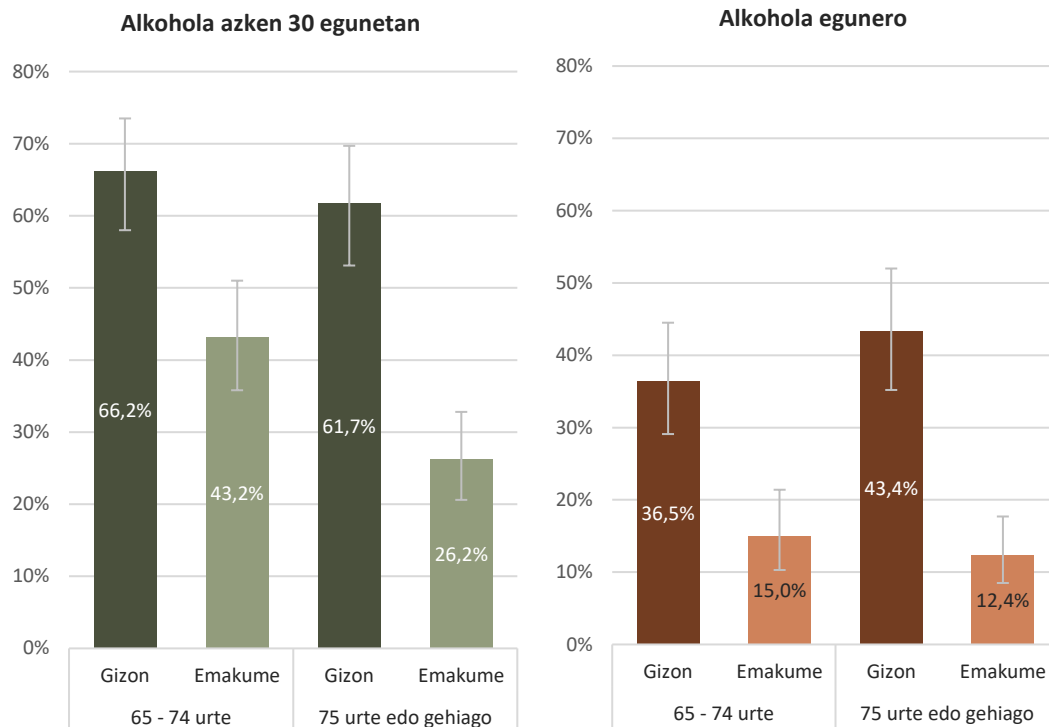
2. Taula. Alkohol-kontsumoaren prebalentzia adinekoen artean, sexuaren eta adinaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

		Bizitzan inoiz	Azken 12 hilabeteetan	Azken 30 egunetan	Egunero (azken 30 egunetan)
Sexua	Gizon	95,8	74,6	64,1	39,6
	Emakume	76,2	48,5	34,0	13,6
Adin taldeak	65 – 74	90,4	69,2	54,3	25,4
	75+	79,4	50,9	40,4	24,7
Guztira		84,9	60,0	47,3	25,1

Izan ere, egungo eta eguneroko kontsumoaren prebalentziak sexuaren eta adinaren arabera alderatuz gero, ikus daiteke sexuaren arabera aldeak esanguratsuak eta oso nabarmenak direla. Adinaren arabera aldeak, berriz, ez dira hain nabarmenak, eta oro har ez dira esanguratsuak (29. Irudia).

- Azken hilabeteko kontsumoari dagokionez, gizonen prebalentzia emakumeena baino 1,5 aldiz handiagoa da, 74 urte arteko biztanleak kontuan hartzen baditugu, eta 2,3 aldiz handiagoa 75 urte eta gehiagoko biztanleak kontuan hartzen baditugu. Bestalde, adinaren arabera aldeak emakumeentzat bakarrik dira esanguratsuak: 74 urtetik gorako emakumeen % 43,2k alkohola edan du azken hilabeteetan, 75 urtetik gorakoak % 26,2ren aldean; aldiz, gizonen artean ez da ia alderik ikusten adinaren arabera (% 66,2 eta % 61,7, hurrenez hurren, 65 eta 74 urte bitarteko gizonen eta 75 urte eta gehiagokoak artean).
- Eguneroko kontsumoari dagokionez ere, sexuaren arabera aldeak oso esanguratsuak dira, prebalentzia askoz ere handiagoekin gizonentzat emakumeentzat baino, adina edozein dela ere: 65 eta 74 urte bitarteko gizonen % 36,5ek egunero kontsumitzen badute, adin bereko emakumeen % 15ek soilik (hau da, gizonak 2,4 aldiz gehiago); eta 75 urte eta gehiagoko gizonen % 43,4k edaten du egunero, adin horretako emakumeen % 12,4-rekin konparatuz (hau da, 3,5 aldiz gehiago). Aldiz, adinaren arabera aldeak ez dira esanguratsuak eguneroko kontsumoan, ez gizonentzat, ez emakumeentzat. Honek adieraz dezakeena da, behin egunero kontsumitzen hasita, ohitura hori mantendu egiten dela oro har, adinean aurrera egin ahala.

5. Irudia. Alkoholaren azken hilabeteko eta eguneroko kontsumoa adinekoen artean. Sexuaren eta adin-taldeen arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Esan daiteke beraz, kontsumoaren prebalentzia orokorrak zertxobait txikiagoak direla adinekoen artean, biztanleria gazte eta helduaren artean baino, nahiz eta, bestalde, eguneroko kontsumoaren prebalentziak nabarmen handiagoak diren adinekoen artean. Hirurogehitik bost urtetik aurrera, ez da adinaren arabera alderik ikusten, emakumeen kasuan izan ezik, eta ezta emakumeen artean ere eguneroko kontsumoa kontuan hartzen bada. Generoa berriz faktore bereizlea da, emakumeen artean prebalentziak askoz ere txikiagoak direlarik, adina edozein dela ere.

3.2. Kontsumo intentsibo gutxiago, baina arriskuak kontsumituta kantitateagatik, gizonen artean batez ere

Adikzioei buruzko Euskadiko Inkestaren 2023ko datuetan argi antzematen da alkoholari dagokionez, kontsumitzeko modu ezberdinak daudela adinaren arabera: gazteek joera handiagoa dute kontsumoa asteburuetan kontzentratzeko eta kontsumo intentsiboen¹ prebalentzia gehiago dago; adinekoek, berriz, kopuru neuritsuagoetan edateko joera dute, baina aste osoan mantentzen dute kopuru hori.

Inkestaren emaitza nagusien txosteneko 23. Taulan jasotzen da, hain zuzen, EAEko biztanleek azken hilean edandako eguneko batez besteko alkohol kantitateei

¹ epe laburrean kopuru handiak kontsumitzeko joera da, alkoholaren toxizitatea handitzen duena.

buruzko informazioa, edari unitate estandarretan (EUE) —10g alkohol etilikoren baliokideak— eta adin eta sexuaren arabera (Osasun Saila, 2024).

23 Taula. Egunero edandako batez besteko alkohol-kantitateak (Edari Unitate Estandarretan – EUE), sexuaren, adin-taldearen eta lurraldearen arabera. Azken 30 egunetan alkohola edan duen Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleria. 2023							
		Lanegunetan: astelehenetik ostegunera			Asteburuan: ostiraletik igandera		
		Batez- bestekoa	Desb. Tipikoa	Mediana	Batez- bestekoa	Desb. Tipikoa	Mediana
Sexua	Gizona	0,7	1,2	0,0	2,9	3,1	2,0
	Emakumea	0,3	0,8	0,0	2,0	2,6	1,0
Adin taldeak	15 – 21	0,1	0,6	0,0	4,3	5,4	2,6
	22 – 34	0,1	0,4	0,0	3,6	4,1	2,3
	35 – 54	0,3	0,8	0,0	2,2	2,2	1,5
	55 – 74	0,8	1,3	0,0	2,0	1,8	1,5
	75+	1,1	1,1	1,0	1,5	1,3	1,0
Lurralde Historikoa	Araba	0,5	1,0	0,0	2,8	3,1	2,0
	Bizkaia	0,5	1,0	0,0	2,4	3,0	1,5
	Gipuzkoa	0,5	1,1	0,0	2,4	2,7	1,5
Guztira		0,5	1,0	0,0	2,5	2,9	1,5
Oharra: Espainian, 1 EUE (Edari Unitate Estandarra) da 10 g alkohol etiliko. Gaur egun, alkohol-kontsumoari dagokionez, osasunerako arrisku txikiaren atalasea 2 EUE/egun da gizonentzat, eta 1 EUE/egun emakumeentzat.							
Iturria: Euskadiko Adikzioei buruzko Inkesta, 2023.							

Lehenik eta behin, ikus daiteke astegunetako batez besteko kontsumoa handitu egiten dela pixkanaka adinean aurrera egin ahala; aldiz, asteburuko batez besteko kontsumoaren adinaren araberako portaera alderantzizkoa da, eta jaitsi egiten da, pixkanaka, adin-tarteen arabera.

Bigarrenik, batez besteko kontsumoak handiak dira, bereziki asteburuetan, kontuan hartuta osasun-erakundeek ohartarazten dutela alkoholaren kontsumo orok arriskua dakarrela, eta arrisku txikiko atalasea egunean 2 EUE dela gizonen kasuan eta EUE 1 emakumeen kasuan. Deigarria da, gazteen eguneroko batezbesteko kontsumoa , asteburuetan (egunean 4 EUE inguru, batez beste); hala ere, desbideratze tipikoak batez bestekoarekin alderatuta handiak izateak adierazten du, aldi berean, batezbesteko horien inguruan aldakortasun handia dagoela talde bakoitzaren barne.

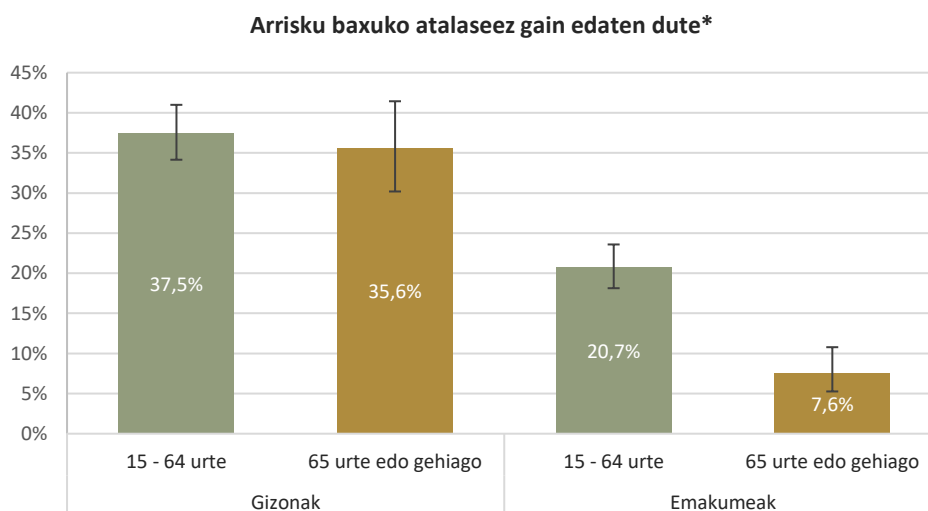
Adineko biztanleengan zentratuz (3. Taula), gizonen asteko batez besteko kontsumoa (12 unitate estandar) emakumeen bikoitza da ia (5,8 unitate batezbeste), eta 75 urtetik aurrera zertxobait apaltzen bada ere, aldeak ez dira oso handiak (astean EUE 1 gutxiago, batez beste). Honek adierazten du, edateari uzten ez dioten artean, 65 urtetik aurrera, kantitateei dagokienez, kontsumo-patroiak nahiko egonkorak direla. Emaizta horrek ondorioak ditu osasun publikoari dagokionez, azterlan batzuek adierazten baitute alkoholaren erabilerarekin lotutako arriskuak handitu egiten direla kontsumitutako kopuruekin (Moos et al., 2009).

3. Taula. Asteaz batez beste hartutako alkohol kantitateak (Edari Unitate Estandarretan – EUE), sexuaren eta adinaren arabera. Azken 30 egunetan alkohola kontsumitu duten 65 urte eta gehiagoko Euskadiko biztanleak, 2023.

		Asteaz zehar kontsumitutako EUE kopuruak		
		Media	Desv. estandar	Mediana
Gizona	65 – 74 urte	12,84	10,65	10,5
	75 urte edo gehiago	11,22	8,4	7
	Guztira	12,13	9,76	9
Emakumea	65 – 74 urte	6,14	5,85	3,5
	75 urte edo gehiago	5,38	4,32	4,5
	Guztira	5,82	5,28	4
Guztira	65 – 74 urte	10,09	9,58	7
	75 urte edo gehiago	8,94	7,64	7
	Guztira	9,59	8,82	7

Aste osoan zehar hartutako alkohola kontuan hartuz, eguneko batez besteko kopuruei dagokienez osasun-arloko agintarien gomendioaren arabera arrisku txikiko kontsumoa litzatekeen atalasea gainditzen duten pertsonen proportzioa neurtzen da 30. Irudian. Bertan ikusten denez, emakumeen artean adinak babes-faktore gisa jotzen du, baina ez gizonen artean. Izan ere, gizonen % 35 inguruk gainditzen ditu osasun agintarien gomendioak alkohol kantitateari dagokionez, adina edozein dela ere. Emakumeen artean berriz, 15 eta 64 urte bitarteko gazte eta helduen % 21 inguruk gainditzen du arrisku baxuko atalasea, baina adineko emakumeen artean proportzio hori nabarmen txikiagoa da, % 8 ingurukoa.

6. Irudia. Arrisku txikiko atalasea* gainditzen duten alkohol-kantitateak edaten dituen biztanleen proportzioa, sexuaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).

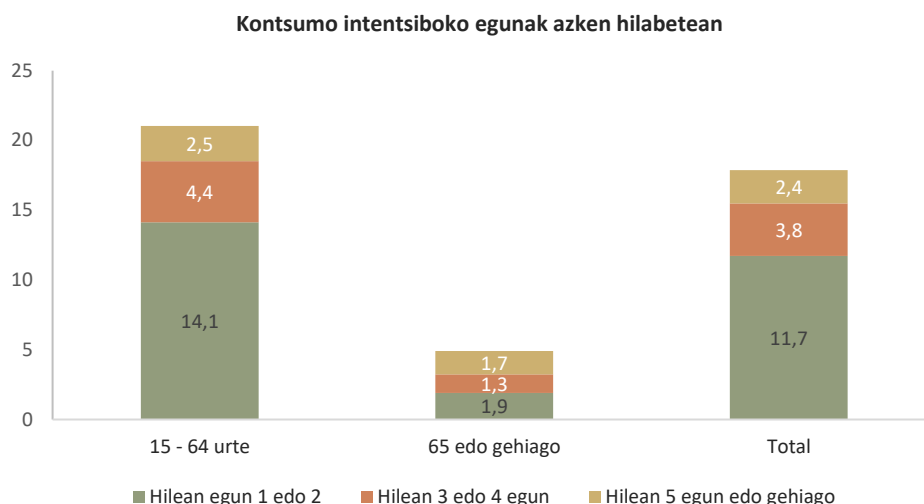


Oharra: Osasunerako arrisku txikiko alkohol-kontsumoaren atalasea egun 2 EUE/egun da gizonentzat eta 1 EUE/egun emakumeentzat. EUE – Edari Unitate Estandarra, Espainian 10 g alkohol etilikoren baliokidea da.

Erabilera intentsiboari dagokionez —hau da, epe laburrean bostpasei edari segidan hartzeari dagokionez— inkestako datuek erakusten dute ohikoagoak direla gazteen

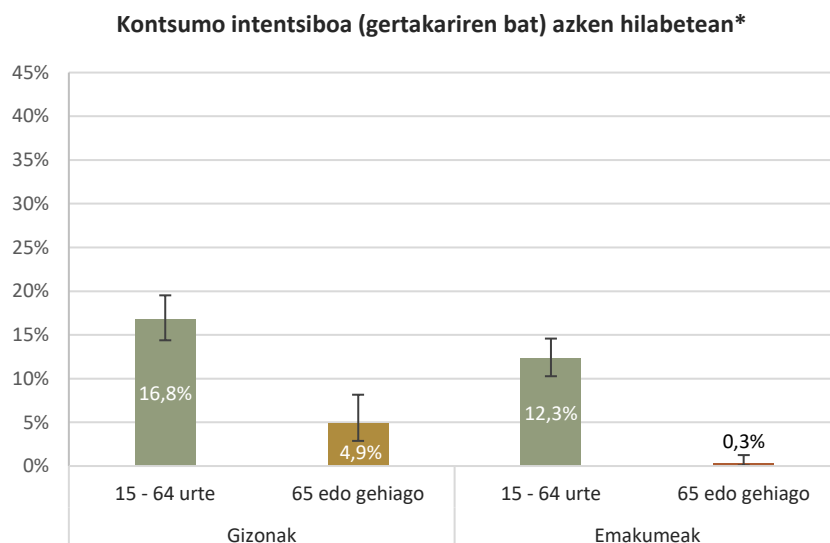
eta helduen artean, adinekoen artean baino (31. Irudia). Oro har, 15 eta 64 urte bitarteko biztanleen % 21ek kontsumo intentsiboko gertakariren bat izan du inkestaren aurreko hilean; 65 urte eta gehiagoko biztanleen artean, berriz, % 4,9k, eta adineko emakumeen artean % 0,3k. Azken hilabetean kontsumo intentsiboa 3 egunetan edo gehiagotan izan dutenen proportzioa gazte eta helduen % 6,9koa da, eta adinekoen % 3koa.

7. Irudia. Alkoholaren azken hilabeteko kontsumo intentsiboaren prebalentzia, maiztasunaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Emakumeek gizonak baino gutxiagotan izaten dituzte horrelako kontsumo intentsiboak, eta adineko emakumeek, bereziki, ia ez dute horrelako portaerarik (32. Irudia).

8. Irudia. Alkohol-kontsumo intentsiboaren prebalentzia (gertaeraren bat azken hilabetean), adin-talde handien eta sexuaren arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Laburbilduz, adineko pertsonen alkohol kontsumo ereduaren ezaugarria da gazte eta helduek baino intentsitate txikiagoz baina egunerokoan edaten dutela eta, sarritan, adineko gizonen kasuan bereziki, arrisku txikikotzat jotzen direnak baino kopuru handiagotan. Adineko emakumeek gizonen baino maiztasun gutxiagoz eta moderazio handiagoarekin edaten dute, baita emakume gazteagoekin alderatuta ere.

3.3. Alkohol erabilerari lotutako nahasmendua izateko arrisku txikiagoa adineko emakumeentzat

Alkoholarekiko mendekotasun nahasmendua izateko arriskua izan dezake, AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) eskalaren arabera², 15 eta 64 urte bitarteko biztanleen % 7,2k, sexuaren arabera desberdintasun handirik gabe (4. Taula): % 8,1 gizonak (KT⁹⁵: % 6,4 – % 10,1) eta % 6,3 emakumeak (KT⁹⁵: % 4,9 – % 8,1).

Adineko pertsonen artean, % 6,4koa da (KT⁹⁵ : % 4,4 – % 9,9) gizonetan eta ez da detektatzen emakumeetan. Eraitza hori ikusita, aztertu beharko litzateke ea AUDIT galdetegia alkohol arazoak detektatzeko baliozkoa ote den, adineko emakumeak bezala, estigmatizazioaren beldurrez jokabide eta sentimendu jakin batzuk onartzeko zailtasun berezia izan dezaketzen zenbait gizarte-talderekin.

4. Taula. Alkoholarekiko mendekotasun-arriskua* duten pertsonak, sexuaren, adin-taldearen eta lurraldearen arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

		Estimazioa	Konfiantza-tartea (%95)	
			Behe	Goi
15 – 64 urte	Gizona	8,1%	6,4%	10,1%
	Emakumea	6,3%	4,9%	8,1%
	Guztira	7,2%	6,1%	8,5%
65 urte edo gehiago	Gizona	6,4%	4,1%	9,9%
	Emakumea	..	..	..
	Guztira	2,8%	1,8%	4,4%

* Adikzio-arriskua AUDIT-f eskalaren bidez neurtzen da, gizona 8 puntu edo gehiagoko eta emakume 6 puntu edo gehiagoko atalasea erabiliz.

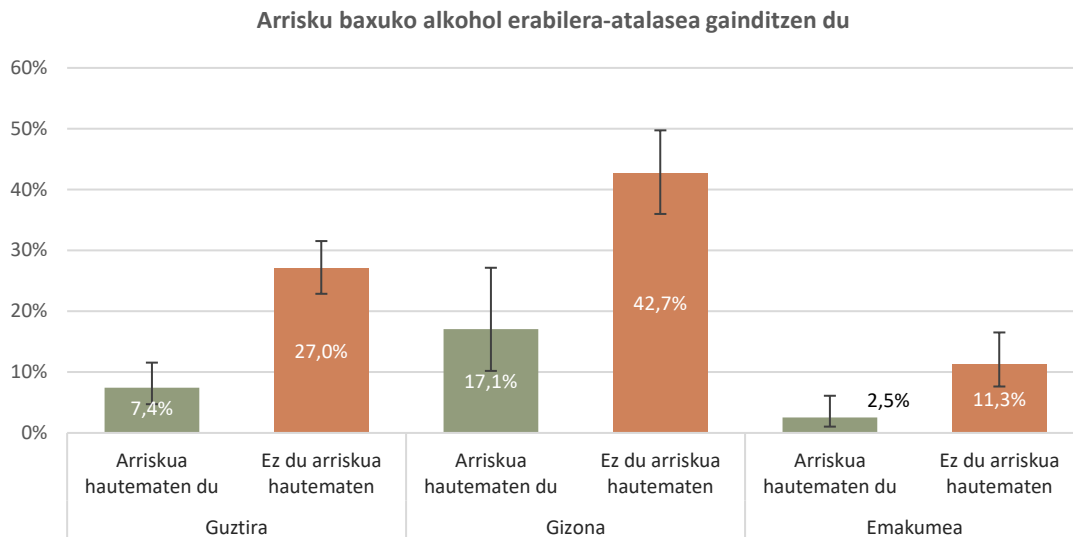
3.3.1. Arriskuaren pertzepzio txikia, adinekoen alkohol-kontsumoa areagotzen duen faktore gisa

Alkoholaren kontsumoak ez duela zertan osasunerako edo beste mota bateko arazorik eragin behar uste duten adinekoek, hau da, arriskuaren pertzepzio txikia dutenek, sarriagotan gaingaitzen dituzte osasun-agintariek gomendatutako arrisku baxuko kontsumo mugak. Aldeak nabarmenak dira batez ere gizonen artean, nahiz eta talde horren barne ere aldakortasuna handia izan. Arriskuez jabetzen ez diren

² Alkoholari loturiko nahasmenduak identifikatzeko García-Carretero eta lankideek (García Carretero et al., 2016) gomendatzen duten atalasea erabili da, gizona 8 puntuz gainetik eta emakume 6 puntuz gainetik. Hori da, halaber, Drogen eta Adikzioen Espainiako Behatokiak (OEDA, 2021) argitaratzen duen *Alkohola: Kontsumoa eta Ondorioak* monografian erabiltzen den atalasea.

adineko gizonen % 42,7k (KT⁹⁵: % 36 – % 49,7) gomendatutako mailaz gorako kontsumoak dituzte (KT⁹⁵ % 10,2 – % 27,1); emakumeen kasuan, arriskuaren pertzepzio txikia izateak ere eragina du, eta gomendatutako mugez gaindi edatearen prebalentzia % 2,5etik % 11,3ra igotzen du.

9. Irudia. Arrisku txikiko atalasea* gainditzen duen alkohol kontsumoaren prebalentzia, sexuaren eta arriskuaren pertzepzioaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)**



Oharra:* Osasunerako arrisku txikiko alkohol-kontsumoaren atalasea egunean 2 EUE da gizonentzat eta egunean EUE 1 emakumeentzat. EUE – Edari Unitate Estandarra, Espainian, 10 g alkohol etilikoren baliokidea da.

** Arriskua hautematen dutela kontsideratzen da, alkoholaren kontsumoak (zehazki egunean garagardo edo ardo 1 edo 2 edateak edo asteburuan 5 edo 6 garagardo edo ardo hartzeak) osasunerako edo bestelako arazo asko edo dezente sor ditzakeela erantzuten badute; Arriskurik antzematen ez dutela kontsideratzen da, portaera horiek arazo gutxi edo batere arazorik sortzen ez dutela erantzuten badute.

Beraz, badirudi gomendagarria izango litzatekeela adineko gizonak alkoholaren eguneroko kontsumoari eta batezbeste egunean 2 EUE baino gehiago hartzearen arriskuei buruz berariaz sensibilizatzeko programak garatzea.

4. TABAKOA. ERRETZEARI UZTEKO JOERA, GIZONEN ARTEAN BEREZIKI

4.1. Erretzaile ohien proportzio handia adineko gizonen artean eta inoiz erre ez dutenena emakumeen artean

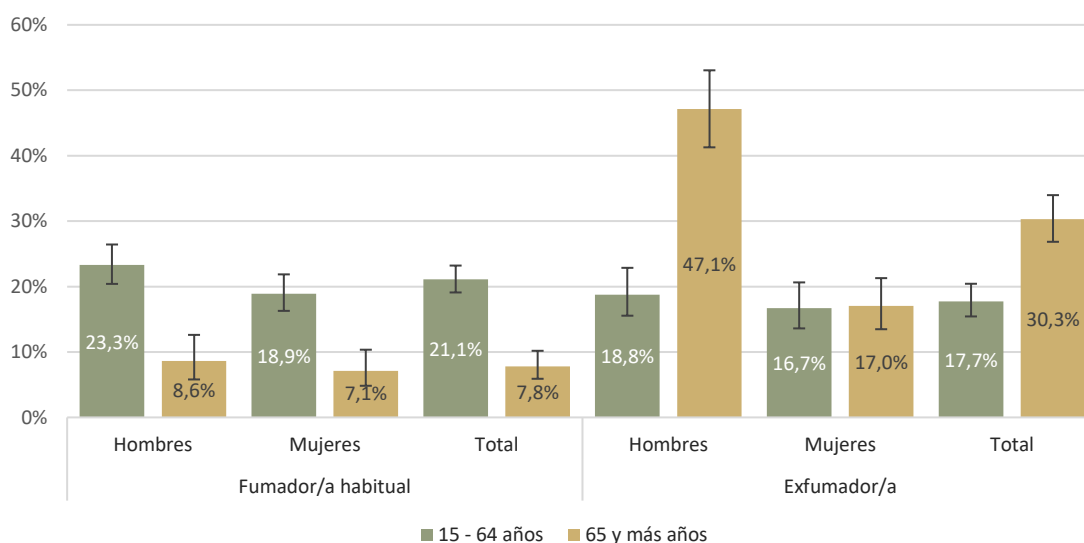
Adinekoen % 8 inguruk egunero erretzen du eta %25ek noizean behin edo oso tarteka. Erretzeari utzitakoak 65 urtetik gorakoen % 30,7 dira (gizonen % 47,1) eta % 36,5ak (emakumeen % 52,3k) ez du inoiz tabakorik erre (5. taula).

5. Taula. Tabako-kontsumoaren tipologia. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).

		Sexua					
		Gizonak		Emakumeak		Guztira	
		N	%	N	%	N	%
Tabakoarekiko harreman mota	Noiz-behinkako erretzailea	61.398	27,7%	64.166	22,8%	125.564	25,0%
	Ohiko erretzailea (egunerokoa)	19.091	8,6%	20.016	7,1%	39.107	7,8%
	Erretzaile-ohia*	104.400	47,1%	50.026	17,8%	154.426	30,7%
	Inoiz erre ez duena	36.638	16,5%	147.066	52,3%	183.704	36,5%
	Guztira	221.526	100,0%	281.274	100,0%	502.800	100,0%

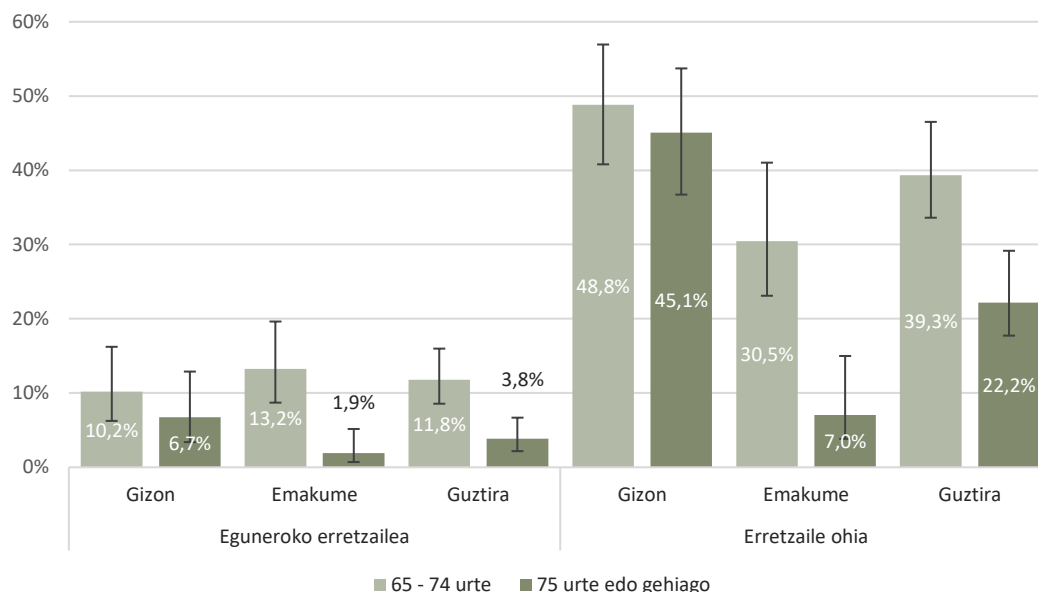
Oharra:* Erretzaile ohizat hartzen dira bizitzako uneren batean egunero erre dutenak, baina azken hilabeteetan gutxienez erre ez dutenak.

Eguneko erretzaileen proportzioa nabarmen txikiagoa da 65 urte eta gehiagoko biztanleen artean (% 7,9) 15 eta 64 urte arteko gazte eta helduen artean baino (% 21,1). Erretzaile ohien proportzioa, aldiz, bereziki handia da 65 urte eta gehiagoko gizonen artean, % 47,1 zehazki (34. irudia).

10. Irudia. Eguneroko kontsumitzaileen eta erretzaile ohien prebalentzia, adin-talde handien eta sexuaren arabera. Euskadiko 15 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).

Bestalde, 35. Irudiak, adineko biztanleen barne, ohiko erretzaile eta erretzaile ohien proportzioetan dauden aldeak erakusten ditu, adin-taldean eta sexuaren arabera. Datuek adierazten dute 65 urtetik aurrera ez dagoela alde esanguratsurik gizonen artean, baina bai, aldiz, emakumeen artean. Horrela, emakumeen artean, 75 urtetik aurrera, bai ohiko erretzaileen proportzioa eta bai erretzaile ohiena nabarmen txikiagoak dira (gehienek inoiz erre ez dutelako).

11. Irudia. Eguneroko kontsumitzaileen eta erretzaile ohien prebalentzia, adin-taldean eta sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Datu hauek iradokitzen dutena da, adineko emakumeek ohiko kontsumoaren prebalentzia txikiak dituztela, 75 urtetik gorakoan artean batez ere, asko direlako inoiz erre ez dutenak; adineko gizonek ere ohiko kontsumoaren prebalentzia txikiak dituzte, baina kasu honetan ohikoagoa da uneraren batean eguneroko erretzaile izana, eta urteekin erretzeari utzi izana. Emakume gazteen artean eguneroko erretzaileen tasa gizonenaren antzekoa dela kontuan hartuta, etorkizunean emakumeen artean abandonu-tasa handitzea funtsezkoa izango da adinekoen artean tabakoaren ohiko kontsumoaren prebalentzia orokorra baxu mantentzeko.

4.2. Ikasketa-mailak eragina du adineko emakumeen tabako-kontsumoan

Ikasketa-mailak adineko biztanleen tabako-kontsumoan duen eragina 6. Taulan ikus daiteke, sexuaren arabera. Ikasketa-mailaren arabera, ez dago alde esanguratsurik adineko gizonen artean ohiko erretzaileen, erretzaile ohien eta inoiz erre ez duten biztanleen proportzioetan. Adineko emakumeei dagokienez, ez dago alderik ohiko erretzaileen proportzioan, baina erretzaile ohien proportzioa handiagoa da bigarren mailako edo unibertsitateko ikasketak dituztenen artean, eta, alderantziz, inoiz erre ez duten emakumeen proportzioa handiagoa da lehen mailako ikasketak dituztenen edo ikasketarik ez dutenen artean.

Horrek, ziur asko, zerikusia du 60ko eta 70eko hamarkadetan tabakoa gizon eta emakumeen arteko berdintasunaren sinbolo gisa erabili izanarekin; izan ere, emakume askok, batez ere aurreratuenek – ikasketak zituztenek eta lan-merkatuan sartu nahi zutenek – erretzeari eman zioten, gizonen ohiturak imitatuz. Zorionez, emakume horietako askok (% 33,6k) utzi egin diote kontsumoari heldutasunean; beraz, gaur egun, ohiko erretzaileen proportzioa antzekoa da bigarren mailako edo

unibertsitateko ikasketak dituzten adineko emakumeen eta ikasketa-maila txikiena dutenen artean.

6. Taula. Ohiko erretzaileen, erretzaile ohien eta inoiz erre ez duten pertsonen proportzioa, sexuaren eta ikasketa-mailaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

		OHO arte	Bigarren mailako edo unibertsitate ikasketak
Ohiko erretzailea (egunerokoa)	Gizona	8,5 (5,0 - 13,8)	8,9 (4,7 - 16,0)
	Emakumea	6,9 (4,4 - 10,7)	7,8 (3,7 - 15,7)
Erretzaile ohia	Gizona	46,3 (38,8 - 53,9)	48,4 (39,1 - 57,8)
	Emakumea	12,4 (8,4 - 19,1)	33,6 (24,5 - 44,1)
Inoiz ez du erre	Gizona	17,8 (12,8 - 24,3)	14,6 (9,2 - 22,5)
	Emakumea	61,4 (55,7 - 66,8)	25,6 (17,7 - 35,5)

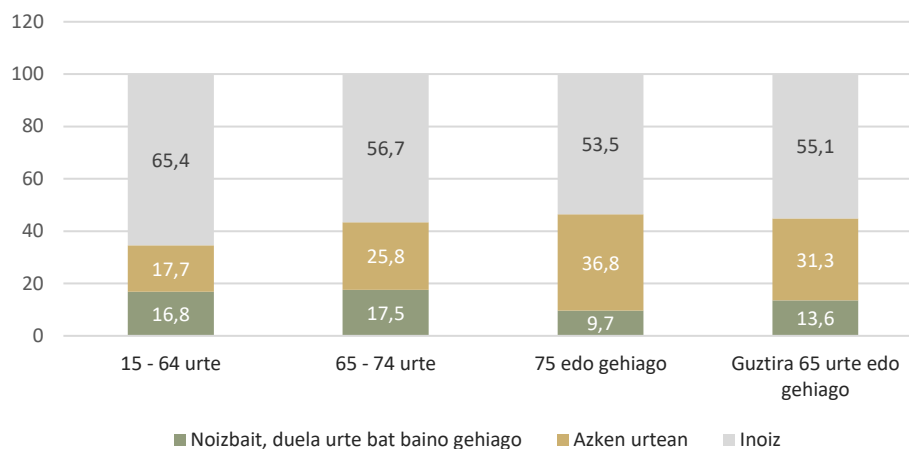
Datu hauetatik atera daitekeen ondorioetako bat da, adineko pertsonetan, hezkuntza-maila ez dela, oro har, tabako-kontsumoaren aurkako babes-faktorea. Horretaz gain, kontuan hartzen bada adineko herritar gehienak dagoeneko erretzearen kalteez kontzientziatuta daudela, beharrezkoa izan daiteke adineko guztiei zuzendutako sentsibilizazio-estrategia espezifikoek ekitea, erretzeak dakarren arriskuari buruzko kontzientziazioaz gain edo hortatik haratago, erretzeari uzteko motibazio desberdinak edo osagarriak azpimarratzeko.

5. PSIKOFARMAKOAK. OHIKO ERABILERA ADINEKOETAN, GAITZEI ETA ONDOEZ EMOZIONALARI LOTUTA

5.1. Errezeta bidezko psikofarmakoen eguneroko erabilera nahiko ohikoa, adineko emakumeen artean batez ere

Kapitulu honen hasieran adierazi denez, psikofarmakoen azken urteko kontsumoaren prebalentzia — lasaigarriak eta somniferoak, antidepresiboak eta analgesiko opiazeoak barne — handia da populazio-talde honetan, biztanleria gazte eta helduarekin alderatzen denean. 36. irudiak erakusten du, noizbait kontsumitu duten pertsonen proportzioa adinarekin gutxika handitu egiten dela, eta azkenaldian (azken urtean) kontsumitu izana ohikoagoa dela. Horrela, 16 eta 64 urte bitarteko biztanleen artean, medikamentu horiek inoiz erabili ez dituztenen proportzioa % 65ekoa da; 65 eta 74 urte bitartekoaren artean, % 57, eta 75 urte edo gehiago dituztenen artean, berriz, % 53. Oro har, 65 urtetik gorakoen % 55ek ez du inoiz psikofarmakorik kontsumitu, eta aldiz % 45ek bai. Azken urteko kontsumoa, berriz, igo egiten da adinarekin: 65 urtetik beherako biztanleen % 17,7tik, 65 eta 74 urte artekoen % 26ra, eta 75 urte eta gehiagokoaren % 36,8ra.

12. Irudia. Psikofarmakoen* inoizko eta azken urteko kontsumoaren prebalentzia, adin-taldean arabera. Euskadiko 15 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)



Nota: * Barne daude lasaigarriak, somniferoak, antidepresiboak eta analgesiko opioideak

Inkestaren aurreko hilabeteko kontsumoari dagokionez, 6. taulan eta 37. Irudian psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia agertzen da oro har, eta farmako talde bakoitzarena, kontsumoa aipatutako aldiaren egunerokoa izan den bereizita, eta sexuaren eta adin-talde handietan banatuta.

7. Taula. Azken hilabeteko psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia, farmako motaren, erabilera maiztasunaren, sexuaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

		Gizona		Emakumea		Guztira	
		15 – 64 urte	65 edo gehiago	15 – 64 urte	65 edo gehiago	15 – 64 urte	65 edo gehiago
Psikofarmakoak (edozein)	Ez egunero*	2,3%	2,4%	4,0%	6,2%	3,2%	4,5%
	Egunero**	6,8%	15,7%	10,8%	31,4%	8,8%	24,5%
	Guztira azken hilean	9,1%	18,1%	14,8%	37,6%	12,0%	29,0%
Lasaigarri / somniferoak	Ez egunero*	1,6%	2,2%	3,9%	5,4%	2,8%	4,0%
	Egunero**	5,5%	13,7%	7,7%	27,3%	6,6%	21,3%
	Guztira azken hilean	7,1%	15,9%	11,6%	32,7%	9,4%	25,3%
Antidepresiboak	Ez egunero*	0,1%	0,3%	0,6%	0,4%	0,3%	0,3%
	Egunero**	2,6%	3,1%	5,3%	7,0%	3,9%	5,3%
	Guztira azken hilean	2,7%	3,4%	5,9%	7,4%	4,2%	5,6%
Analgesiko opioideak	Ez egunero*	1,0%	0,2%	0,6%	1,8%	0,8%	1,1%
	Egunero**	0,7%	0,8%	1,7%	4,2%	1,2%	2,7%
	Guztira azken hilean	1,7%	1,0%	2,3%	6,0%	2,0%	3,8%

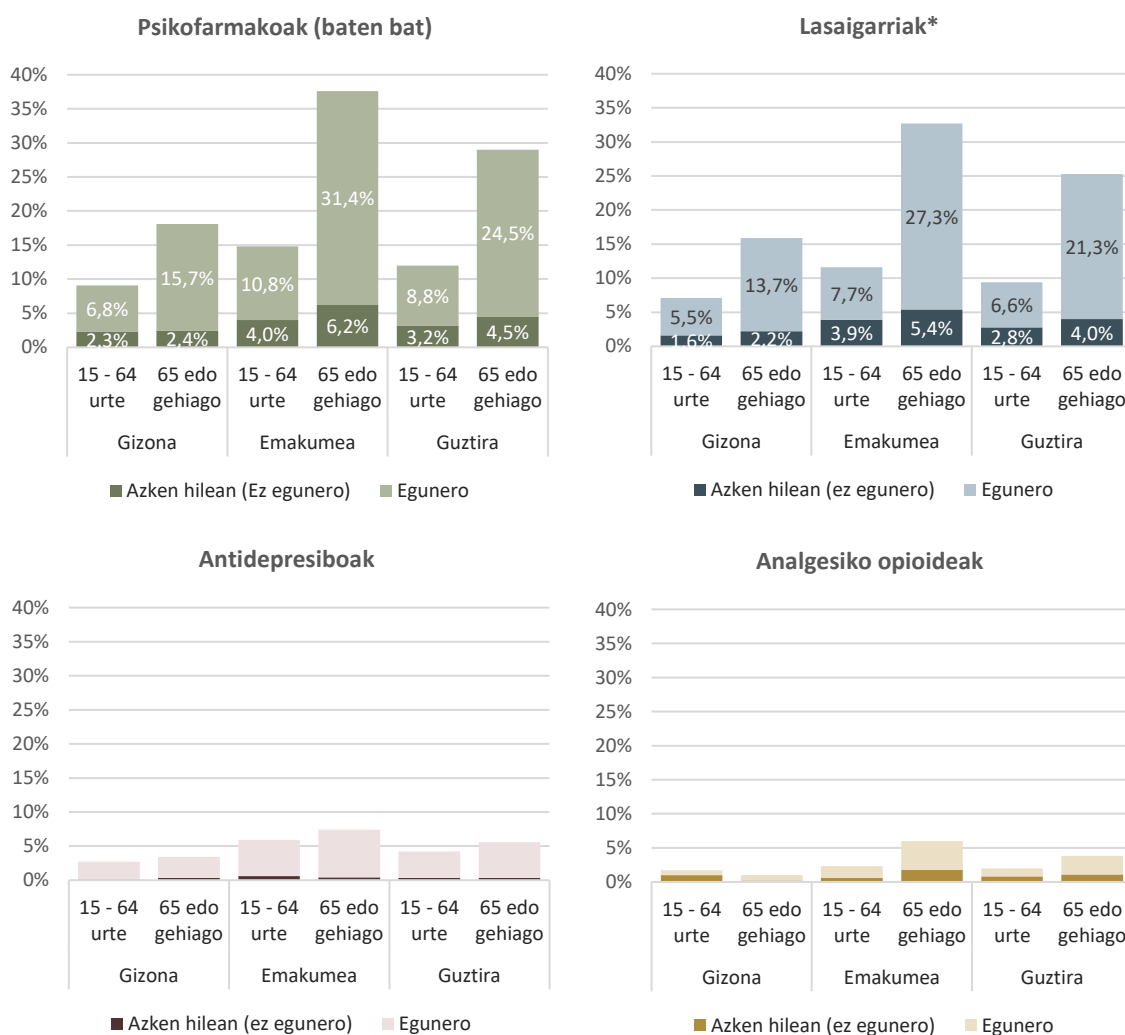
Nota: *Erabili ditu azken 30 egunetan, baina ez egunero. **Egunero erabili ditu inkestaren aurreko hilabeteetan

Datuek erakusten dute, lehenik eta behin, farmako mota edozein dela ere, prebalentzia handiagoa dela 65 urte eta gehiagoko biztanleen artean, gazte eta helduen artean baino, ziur asko populazio-talde horretan multimorbiditate handiagoa, ondorez psikiko handiagoa eta minaren prebalentzia handiagoa dagoelako.

Bigarrenik, 37. irudian argi eta garbi ikus daiteke, beste substantzia batzuekin gertatzen ez den bezala, inkestaren aurreko hilean farmako horiek erabili dituztenetako askok egunero erabili dituztela epe horretan (kolorerik argiena grafiko guztietan nagusitzen da).

Hirugarrenik, psikofarmakoen kontsumoak beste substantzia batzuekin alderatuta duen beste ezaugarri bereizgarri bat da erabilera-prebalentzia handiagoa dela emakumeen artean gizonen artean baino, farmako mota eta adina alde batera utzita, eta bereziki nabarmentzen dela adineko emakumeen erabilera.

13. Irudia. Azken hilabeteko psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia, farmako motaren, sexuaren eta adin-talde handien arabera. Euskadiko 15 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



5.2. Lasaigarriak eta somniferoak dira botikarik erabilienak

Euskadiko Adikzioei buruzko Inkestan galdegai diren hiru sendagai-multzoetatik, lasaigarriak eta somniferoak dira adineko biztanleek gehien erabiltzen dituztenak. Azken urteko antidepresiboen erabilera % 3,4koa da adineko gizonen artean eta % 8koa adineko emakumeen artean; analgesiko opioideak, berriz, gizonen % 1,5ek eta emakumeen % 7,7k kontsumitu dituzte, hurrenez hurren, azken urtean. Lasaigarriak edo somniferoak, aldiz, adineko biztanle guztien % 27,2k eta adineko emakumeen % 34,8k erabili dituzte epe horretan.

8. Taula. Psikofarmako mota desberdinen kontsumoaren prebalentzia azken urtean, sexuaren arabera. 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

		Azken urteko prebalentzia	Konfiantza Tarteak (%95)	
			Behe	Goi
Lasaigarriak eta somniferoak	Gizon	17,6%	13,6%	22,6%
	Emakume	34,8%	30,0%	39,8%
	Guztira	27,2%	23,9%	30,8%
Antidepresiboak	Gizon	3,4%	1,8%	6,4%
	Emakume	8,0%	5,5%	11,3%
	Guztira	6,0%	4,4%	8,1%
Analgesiko opioideak	Hombre	1,5%	0,7%	3,4%
	Mujer	7,7%	5,3%	11,0%
	Total	5,0%	3,5%	6,9%

Interes berezia duen farmako talde bat analgesiko opioideena da, eta, zehazki, farmako espezifiko batzuen, hala nola fentaniloarena; izan ere, herrialde batzuetan (adibidez, AEBetan) nabarmen igo da horien kontsumoa, eta, horren ondorioz, autore batzuek aipatzen dute opiazeoen kontsumo-epidemia berri bat gertatzen ari dela XXI. Mendean (Ciccarone, 2019; The Lancet Regional Health – Americas, 2023).

Eskuragarri ditugun datuen arabera, gure inguruan, farmako horien erabileraren prebalentzia oraindik txikia da, nahiz eta etorkizuneko Euskadiko Adikzioen Inkestek datu gehiago eman ditzaketen gure lurraldean kontsumoa izaten ari den bilakaerari buruz. Analgesiko opioideen erabilerari buruz galdetu den lehen aldi honetan, datuek erakusten dute talde horretako farmakoen artean tramadola dela zabalduena emakumeen artean (bizitzan noizbait kontsumitu izananaren prebalentzia % 7,5ekoa da) eta gizonen artean, berriz, morfina (% 3,5), emakumeen artean hedatuen dagoen bigarren substantzia izango litzatekeena (% 4,2). Fentaniloaren kontsumoa —beste herrialde batzuetan alarma eragin duen substantzia— ia ez da antzematen EAEko adinekoen artean (% 0,3k noizbait kontsumitu du).

9. Taula. Zenbait analgesiko opioideren kontsumoaren prebalentzia bizitzan noizbait, sexuaren arabera. 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

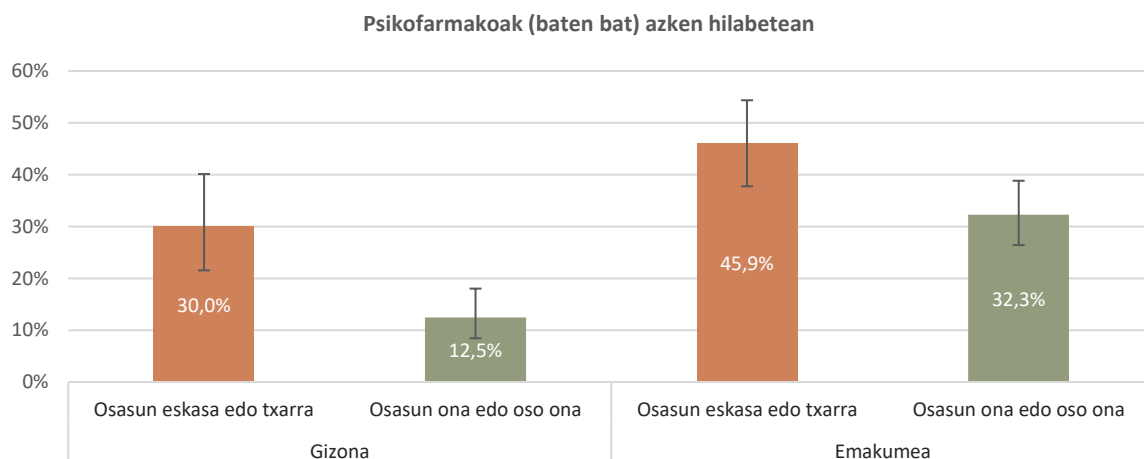
	Gizona		Emakumea		Guztira	
	N	Biztanleen %	N	Biztanleen %	N	Biztanleen %
Tramadola	4.870	2,2%	20.970	7,5%	25.840	5,1%
Kodeina	996	0,4%	1.668	0,6%	2.664	0,5%
Morfina	7.731	3,5%	11.690	4,2%	19.421	3,9%
Fentaniloa	-	0,0%	1.533	0,5%	1.533	0,3%

5.3. Osasun-arazoak eta buru-nahasmenduak psikofarmakoen erabilera-prebalentzia handiagoarekin lotzen dira

Euskadiko Adikzioen Inkestan, osasunari buruzko aldagai gisa, hautemandako osasun-egoera orokorrari buruzko galdera bat (oso ona/ona/erregularra/txarra/oso txarra) eta 5 itemeko MHI-5 (Mental Health Index) osasun mentaleko indizea erabiltzen dira, azken hau osasun mentaleko arazoaren baheketa-tresna gisa (batez ere, depresioa eta antsietatea antzemateko) diskriminazio-gaitasun ona erakutsi duen tresna. Aldagai horiek eskura izateak aukera ematen du substantzien kontsumoari buruzko informazioa biztanleriaren osasun-egoerarekin lotzeko.

Inkestako datuek erakusten dutenez, beren osasuna eskasa, txarra edo oso txarra dela dioten adinekoek —adineko biztanleriaren % 36 inguru dira— psikofarmakoen erabilera-prebalentzia altuak dituzte: gizonen % 30ak eta emakumeen % 45,9k erabili ditu azken hilabeteetan psikofarmakoak. Prebalentzia horiek beren osasuna ontzat edo oso ontzat jotzen duten adin bereko pertsonenak baino nabarmen altuagoak dira, izan ere, osasun egoera onean dauden gizonen % 12,5ek eta emakumeen % 32,3k erabili ditu azken hilean. Aldeak esanguratsuak dira gizonen kasuan, eta konfiantza-tarteak apur bat gainjartzen dira emakumeen kasuan.

14. Irudia. Psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia azken hilabeteetan, sexuaren eta osasun egoeraren pertzepzioaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



lido beretik, MHI osasun mentalaren indizearen batezbesteko balioa nabarmen txikiagoa da (osasun mental kaskarragoa adierazten duena) azken hilabeteen psikofarmakoak kontsumitu dituzten pertsonen taldean. Adineko emakumeek, oro har, indize txikia dute batezbeste (69,6 puntu), baina oraindik txikiagoa da azken urtean edo azken hilabeteen psikofarmakoak kontsumitu dituztenen artean (64,4 eta 64,7 puntu, hurrenez hurren), eta, aldiz, 73,7 punturaino igotzen da psikofarmakoak inoiz kontsumitu ez dituzten adineko emakumeen artean.

Gizonen artean aldeak handiagoak dira, azken hilabeteen psikofarmakoak kontsumitu dituztenaren arabera, MHI osasun mentalaren indizearen batezbestekoa 20 puntu jeisten delarik inkestaren aurreko hilabeteen botika horiek hartu dituztenen artean, inoiz kontsumitu ez dituztenekin konparatuta.

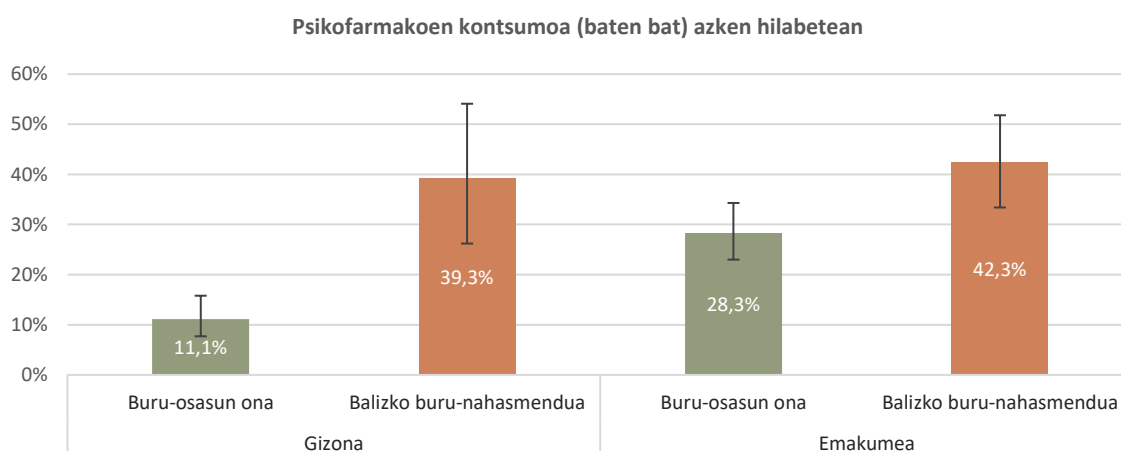
10. Taula. Osasun Mentalaren Indizea (MHI-5), sexuaren eta azken hilabeteko psikofarmakoen kontsumoaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.

		Gizona		Emakumea		Guztira	
		Batezb.	Desb. estandarra	Batezb.	Desb. estandarra	Batezb.	Desb. estandarra
Psikofarmakoak (baten bat) azken 30 egunetan	Azken hilean	61,4	21,2	64,7	22,7	63,8	22,3
	Azken urtean	89,9	12,7	65,4	20,2	74,9	21,3
	Noizbait, ez azken urtean	81,2	17,9	70,6	21,8	74,4	21,1
	Inoiz	81,7	17,2	73,7	21,3	78,1	19,5
Total		78,2	19,6	69,6	22,3	73,4	21,6

Oharra: Gehieneko puntuazioa 100 da, ahalik eta osasun mental onena adierazten duelarik. Indizea zenbat eta txikiagoa izan, orduan eta okerragoa da osasun mentalaren egoera.

Nahasmendu mentalak detektatzeko atalase gisa MHI-5eko 52 puntuak hartuta — atalase horretatik behera nahasmendu depresiboa edo antsietatea egon daitekeela ulertuko litzateke— (Berwick et al, 1991), adinekoen talde horretan ere psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia handiagoa ikusten da (39. Irudia).

15. Irudia. Psikofarmakoen (edozeinen) kontsumoaren prebalentzia azken hilabeteen, sexuaren eta osasun mentaleko balizko arazoaren arabera*. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Oharra:* Osasun Mentalaren Indizean (MHI-5) 52 puntutik behera dagoenean, buru-arazotzat hartzen da.

Horrela, gizonen artean, azken hilabeteko kontsumoaren prebalentzia % 11,1ekoa da (KT⁹⁵: % 7,7 - % 15,8) MHI-5eko puntuazioaren arabera osasun mental ona dutenen artean, baina % 39,3ra igotzen da (KT⁹⁵: % 26,1 - % 54,1) osasun mentaleko arazoak dituztenen artean (MHI-5ean 52 puntu edo gutxiago dutenen artean). Emakumeen artean, aldeak ez dira hain nabarmenak, eta konfiantza-tarteak apur bat gainjartzen dira: % 28,3 (KT⁹⁵: % 23 - % 34,3) osasun mentaleko arazorik ez dutenen artean, eta % 42,3 (KT⁹⁵: % 33,4 - % 51,8) MHI-5eko puntuazioaren arabera arazo mentalak izan ditzaketenen artean.

Nabarmenezkoa da, hala ere, adineko emakumeen artean kontsumoaren prebalentzia handia dela, baita itxuraz osasun mentaleko arazorik ez dutenen artean ere (% 28,3).

Psikofarmakoen erabilerak osasunarekin duen zerikusiar dagokionez, 2023ko Adikzioei buruzko Inkestako datuetan aztertu daitekeen azken gai bat da, analgesiko opioideei buruz, zehazki, farmako horiek erabiltzen hasteko arrazoia zein izan den (11. taula).

11. Taula. Analgesiko opioideak erabiltzen hasteko arrazoia. Noizbait analgesiko opioideak kontsumitu dituzten 65 urte eta gehiagoko Euskadiko biztanleak, 2023.

	Gizona		Emakumea		Guztira	
	N	Baliozko% *	N	Baliozko% *	N	Baliozko% *
Min zorrotza	9.761	65,8%	18.083	49,3%	27.844	54,0%
Min kronikoa	972	6,6%	17.765	48,4%	18.737	36,4%
Ebakuntza baten ostean	4.755	32,1%	13.420	36,6%	18.174	35,3%
Beste analgesikoen eraginkortasun eza	743	5,0%	545	1,5%	1.288	2,5%

Oharra * Inoiz farmako mota hau kontsumitu dutenen %ak.

Jasotako datuen arabera, analgesiko mota hori noizbait kontsumitu duten gizon gehienak (% 65,8a) min akutua tratatzeko hasi ziren botika horiek hartzen. Bestalde, adineko emakumeen artean, askoz ohikoagoa da min kronikoa kontrolatzeko erabiltzen hasi zirela aipatzea, gizonen artean baino (emakumeen % 48,4k aipatzen du, baina gizonen % 6,6k soilik). Lehen aldiz ebakuntza kirurgiko baten ondoren hartu zutela aipatzen duten pertsonak noizbait kontsumitu dituztenen heren bat inguru dira.

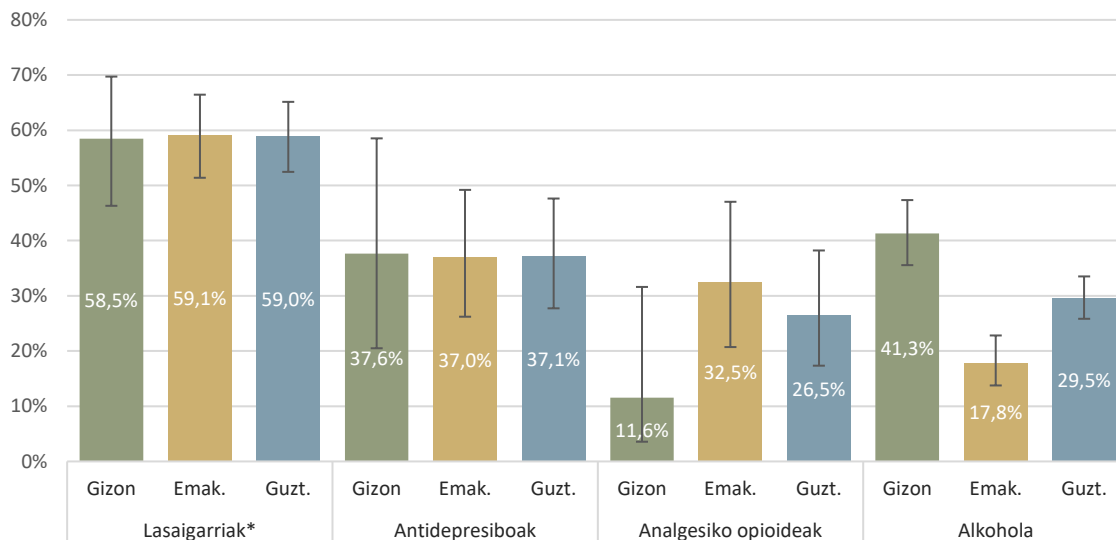
5.4. Erabilera jarraitua substantzia hauen adikzio-ahalmen handiaren erakusle

Noizbait psikofarmakoak kontsumitu dituztenen artean, inkesta egin aurreko hilean egunero kontsumitu dituzten pertsonen suposatzen duten proportzioa kontuan hartuta (aldagai horri kontsumoaren jarraitutasun-tasa deituko diogu), substantzien mendekotasun-potentziala hurbil daiteke.

Euskadiko Adikzioei buruzko Inkestan jasotako datuen arabera, adineko pertsonen artean psikofarmakoen —eta, bereziki, lasaigarrien eta somniferoen— kontsumoaren

jarraitutasun-tasa nahiko handia da, alkohola bezalako beste substantzia batzuekin alderatuta (40. irudia).

16. Irudia. Psikofarmakoen eta alkoholaren kontsumoaren jarraitutasun-tasa*, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Oharra: adierazten du, noizbait erabili duten pertsonen artean, zein portzentaiak erabili duen egunero azken hilabeteen.

Bildutako datuen arabera, bizitzan noizbait lasaigarriak edo somniferoak kontsumitu dituzten adinekoen % 59 inguruk egunero kontsumitu ditu azken hilabeteen, sexua edozein dela ere. Antidepressiboen kasuan, kontsumoaren jarraitutasun-tasa hori % 37koa da; analgesiko opioideen kasuan, % 26,5koa; eta alkoholaren kasuan, % 29,5koa. Irudiak erakusten du, halaber, analgesiko opioideen kontsumoaren jarraitutasun-tasa handiagoa dela emakumeetan gizonetan baino, nahiz eta aldeak ezin diren esanguratsutzat jo, zenbatespenak gizonentzat duen konfiantza-tarteak zabalak direlako. Aldiz, alkohol-kontsumoaren jarraitutasun-tasa handiagoa da gizonetan (% 41,3) emakumeetan baino (% 17,8), eta alde horiek esanguratsuak dira.

Analgesiko opioideen erabilerari dagokionez (12. taula), nabarmendu behar da min kronikoa tratatzeko erabiltzen hasi ziren pertsonen jarraipen-tasa nabarmen handiagoak dituztela, lehen aldiz min akutuak tratatzeko edo ebakuntza kirurgiko baten ondoren erabili zituztenek baino.

12. Taula. Analgesiko opioideen kontsumoaren jarraitutasun-tasa*, kontsumitzen hasteko aitortutako arrazoiaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023

	Tasa de continuidad	Intervalo de confianza (95%)	
		inf	Sup
Min zorrotza	18,1%	8,9%	33,4%
Min kronikoa	57,9%	37,8%	75,6%
Ebakuntza baten ondoren	13,2%	4,2%	34,2%

Oharra: adierazten du, noizbait erabili duten pertsonen artean, zein portzentaiak erabili duen egunero azken hilabeteen.

5.5. Errezetarik gabe edo helburu ez medikoekin erabiltzea anekdotikoa da

2023ko Adikzioei buruzko Inkestan parte hartu zuten adinekoek ia ez dute onartzen errezetarik gabeko psikofarmakoen kontsumorik, ezta helburu medikorik gabeko erabilerarik ere, farmako mota edozein dela ere. Lasaigarrien eta somniferoen kasuan soilik, 65 urte eta gehiagoko biztanleen % 0,3k (emakumeak guztiak) aitortzen du noizbait tratamenduz kanpo kontsumitu duela. Datu hori deigarria da, batez ere kontuan hartuta egungo kontsumoaren prebalentzia handia dela, baita osasun mentaleko MHI-5 indizearen arabera osasun mentaleko arazo espezifikorik ez dutenen artean ere.

Bestalde, farmako horiek nola hartzen dituzten galdetuta, azken urtean psikofarmakoak kontsumitu dituzten pertsona gehienek adierazten dute beti jarraitzen dutela medikuaren preskripzioa.

Lasaigarrien eta somniferoen erabilerari dagokionez (13. taulan), aurreko urtean sendagai horiek hartu dituzten adineko pertsonen % 81,1ek adierazten du beti jarraitzen duela jarraibide medikoa; % 0,8k (guztiak emakumeak) aitortzen du medikuak agindutakoa baino dosi handiagoan edo denbora luzeagoan hartzen duela; % 15,8k kontrakoa dio, hau da, dosi txikiagoan edo denbora laburragoan hartzen duela; azkenik, % 1,8k adierazten du ez diola medikuak agindu, eta norberaren irizpideen arabera hartzen duela.

13. Taula. Lasaigarri edo somniferoen kontsumo- jarraibidea, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023.

	Gizona		Emakumea		Guztira	
	Biztanleen %	Baliozko* %	Biztanleen %	Baliozko* %	Biztanleen %	Baliozko* %
Beti jarraitzen du medikuaren preskripzioa	14,5%	82,5%	28,0%	80,6%	22,1%	81,1%
Dosi HANDIAGOA edo denbora GEHIAGOZ	0,0%	0,0%	0,4%	1,2%	0,2%	0,8%
Dosi TXIKIAGOA edo denbora GUTXIAGOZ	2,3%	13,2%	5,8%	16,8%	4,3%	15,8%
MEDIKUAK EZ DIE AGINDU	0,8%	4,3%	0,3%	0,8%	0,5%	1,8%
Aurreko erantzunetatik bat ere ez	0,0%	0,0%	0,2%	0,7%	0,1%	0,5%
Aurreko urtean kontsumorik ez	5,8%	..	11,3%	..	8,9%	..
Inoiz ez du hartu	76,6%	..	53,9%	..	63,9%	..
Guztira	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

* Azken 12 hilabeteetan farmako hauek kontsumitu dituztenen ehunekotan.

Antidepressiboen kasuan, adineko pertsona batek ere ez du adierazten preskripziorik gabe, dosi handiagoan edo medikuek agindutakoa baino denbora luzeagoan hartzen duenik. Aldiz, azken urtean medikamentu horiek hartu zituzten gizonen % 32k adierazi dute dosi txikiagoan hartzen dituztela, edo agindutako denbora laburragoan.

Analgesiko opioideei dagokienez (14. Taula), noizbait kontsumitu dituzten pertsonen % 76k adierazten du adierazitako jarraibidearen arabera hartzen dituela, % 1,8k (guztiak emakumeak) adierazten dute pautatutakoa baino dosi handiagoan edo denbora luzeagoan hartzen duela; eta % 18,4k adierazten du agindutakoa baino dosi txikiagoan edo epe laburragoan hartzen duela.

14. Taula. Analgesiko opioideak kontsumitzeko jarraibidea, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023

	Gizona		Emakumea		Guztira	
	Biztanleen %	Baliozko* %	Biztanleen %	Baliozko* %	Biztanleen %	Baliozko* %
Beti jarraitzen du medikuaren preskripzioa	5,1%	76,4%	10,0%	76,8%	7,9%	76,7%
Dosi HANDIAGOA edo denbora GEHIAGOZ	0,0%	0,0%	0,3%	2,5%	0,2%	1,8%
Dosi TXIKIAGOA edo denbora GUTXIAGOZ	1,2%	17,2%	2,5%	18,9%	1,9%	18,4%
MEDIKUAK EZ DIE AGINDU	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Aurreko erantzunetatik bat ere ez	0,4%	6,4%	0,2%	1,9%	0,3%	3,2%
Aurreko urtean kontsumorik ez	93,3%	0,0%	87,0%	0,0%	89,8%	0,0%
Inoiz ez du hartu	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

* Noizbait farmako hauek kontsumitu dituztenen %tan

5.6. Alkohola eta psikofarmakoen aldibereko kontsumoa prebenitzeko neurrien beharra

Adikzioei buruzko Inkestak badu psikofarmakoen eta alkohola eta beste substantzien aldibereko erabilerari buruzko galdera bat. Zoritxarrez, galdera hori errezetarik gabeko kontsumitzen dutela edo erabilerak medikoaz kanpo hartzen dutela aitortzen dutenei solik egiten zaie, eta, beraz, apenas ematen du informazio garrantzitsurik, kontuan hartuta oso adineko pertsona gutxi aitortzen dituela horrelako portaerak.

Hala ere, adineko biztanleen laurdenak alkohola egunero edaten duela onartzen duenez, pentsa daiteke psikofarmakoak kontsumitzen dituzten pertsonen zati handi batek alkohola kontsumituko duela, aldi berean ez bada, bai bata bestearen ondoren behintzat, eta hori ere arriskutsua da, elkarreraginak eman daitezkeelako bi substantzien artean, edo bi substantziek bakoitzak bere aldetik izango lituzketen arriskuak (erorikoak, istripuak, etab.) areagotzea eragin dezakeelako.

Gai horri dagokionez, 15. taulan ikus daiteke, inkestako datuen arabera azken hilabeteetan psikofarmakoak kontsumitu zituzten pertsonen artean gutxiago direla alkohola egunero kontsumitu dutenak (% 20 psikofarmakoak hartu dituztenen artean eta % 25 adineko guztiak kontutan hartuz). Nolanahi ere, ehuneko handi samarra izaten jarraitzen du — bostetik bat —, eta, beraz, adineko biztanleei gehiago ohartarazi beharko litzaiekeela botika mota horrekin tratamendua egiten ari direnean edatea komeni ez dela.

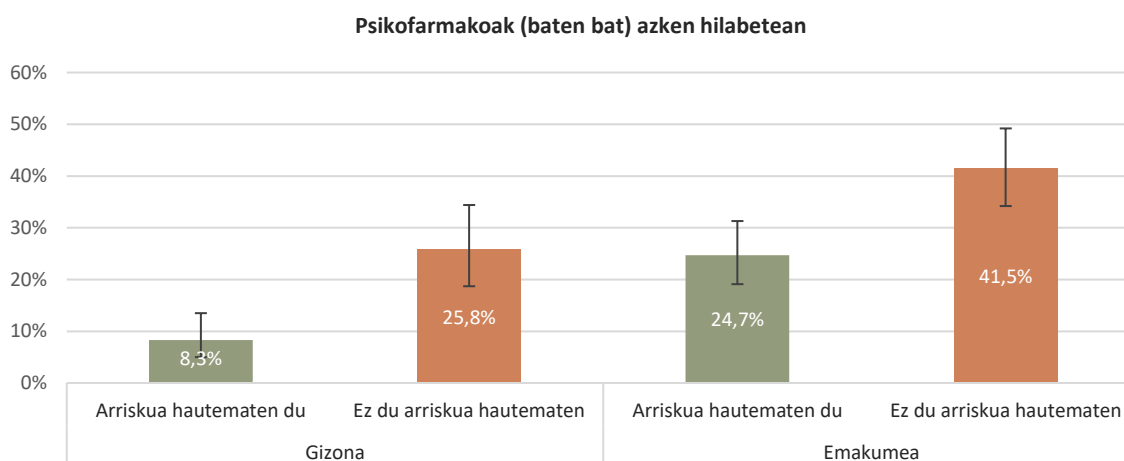
15. Taula. Alkohola egunero kontsumitzen duten adinekoen ehunekoa, psikofarmakoen kontsumoaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

		Alkohol kontsumoa egunero		
		Ez	Bai	Guztira
Psikofarmakoen kontsumoa	Inoiz ez du hartu psikofarmakorik (inolako motarik)	70,7	29,3	100,0
	Bizitzan noizbait hartu ditu	82,3	17,7	100,0
	Azken urtean hartu ditu	79,8	20,2	100,0
	Azken hilean hartu ditu	79,2	20,8	100,0
	Guztira	74,9	25,1	100,0

5.7. Arriskuari buruzko kontzientziarik eza, prebentziorako funtsezko faktore gisa

Psikofarmakoak kontsumitzeak dakarren arriskuari buruzko pertzepzioak eragina du adinekoen egungo (azken hilabeteko) kontsumoan (41. irudia). Gizonen artean, prebalentzia % 8,3tik (KT⁹⁵: % 5,0 - % 13,5) % 25,8ra igozen da (KT⁹⁵: % 18,7 - % 34,4), eta emakumeen artean, % 24,7tik (KT⁹⁵: % 19,1 - % 31,3) % 41,5era (KT⁹⁵: % 34,2 - % 49,2).

17. Irudia. Psikofarmakoen kontsumoaren prebalentzia azken hilabeteen, sexuaren eta arriskuaren pertzepzioaren arabera*. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)



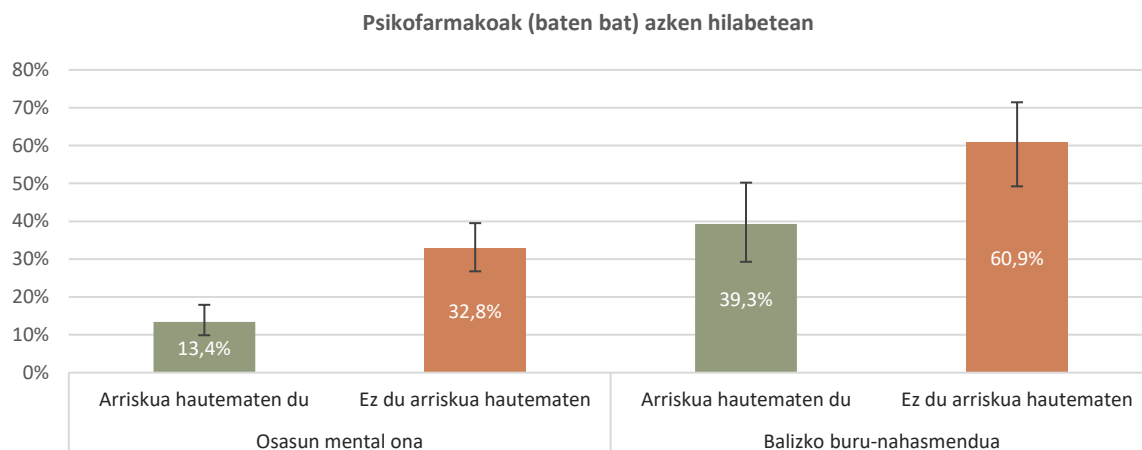
* Arriskua ez duela hautematen jotzen da psikofarmakoen kontsumoak arazo gutxi edo bat ere ez duela eragiten adierazten badu.

Datuen arabera, gainera, arriskuaren pertzepzioari eta osasun mentalari buruzko aldagaien artean interakzioa ematen da, arrisku-faktoreak diren aldetik; horrela, pertzepzioaren eta kontsumoaren arteko lotura esanguratsuagoa da, printzipioz, osasun mental ona duten pertsonen artean.

Buru-osasun arazoak dituzten pertsonen artean, kontsumoarekin lotutako arriskuaren pertzepzio txikia izateak handitu egiten du egungo kontsumoaren prebalentzia, % 39,3tik (KT⁹⁵: % 29,3 - % 50,2) % 60,9ra (KT⁹⁵: % 49,2 - % 71,5). Konfiantza-tarteak apur bat gainjartzen dira, eta, beraz, ezin da baieztatu, zalantza izpirik gabe, eragina

esanguratsua denik. Printzipioz osasun mental ona duten pertsonen artean, arriskuaren pertzepzioaren eragina esanguratsua da; horrela, arriskua hautematen duten pertsonen % 13,4ko erabilera prebalentziak dituzte (KT⁹⁵: % 9,9 - % 17,9), eta arriskurik sumatzen ez duten % 32,8 (KT⁹⁵: % 26,8 - % 39,5).

18. Irudia. Psikofarmakoak erabilera-prebalentzia azken hilabeteetan, arazo mentalen ⁽¹⁾ eta arriskuaren pertzepzioaren⁽²⁾ arabera. Euskadiko 65 urteko eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Oharra: (1) Arriskua ez duela hautematen jotzen da, psikofarmakoak kontsumoak arazo gutxi edo batere ez duela eragiten adierazten badu; (2) Osasun mentaleko indizean (MHI-5) 52 puntu baino gutxiago dituzten pertsonen osasun mentaleko arazoak izan ditzaketela kontsideratzen da.

Horrenbestez, osasun publikoaren esparruan, gomendagarria litzateke adineko biztanleak sentsibilizatzea eta kontzientziazatzea psikofarmakoak erabiltzeak —lasaigarri eta somniferoek bereziki— sor ditzakeen mendekotasunari eta osasun arazoei buruz. Gomendagarria litzateke, halaber, nahasmendu mentalik ez dagoenean, ondoez psikiko arina arintzeko modu alternatiboak (erlaxazio-teknikak, loaren kalitateterako jarraibideak, terapiak eta abar) erabil ditzaten aholkatzea.

6. JOKOA. Adinekoen artean hedatuta, baina erabilera problematikoaren prebalentzia txikia

Txostenaren lehen atalean adierazi da, adikzioa sor dezaketen jokabideen prebalentzia orokorrak aztertzean, 65 urte eta gehiagoko hamar euskal herritarretatik seik ausazko jokoetan aritu direla azken 12 hilabeteetan. Era berean, agerian geratu da adineko lau pertsonatik batek Internet erabili ohi duela, prestakuntza- edo lan-erabilera alde batera utzita.

Jokoari dagokionez, Adikzioei buruzko Inkestaren datuek adierazten dute nagusiki aurrez aurre egiten dela adinekoen artean (16. taula). % 44,7k hilean egun bat edo gutxiago jokatzen du, % 8,1ek hilean 4 egun baino gutxiago, % 5,2k astean zenbait

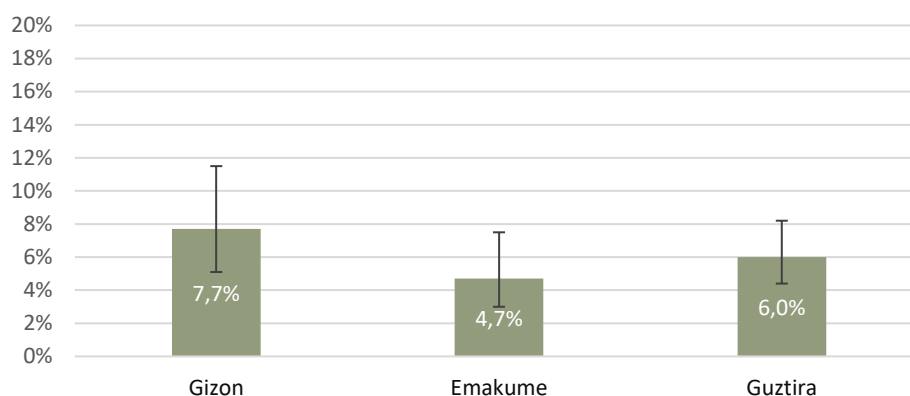
egunetan eta % 0,6k ia egunero. Online jokoa adineko biztanleen % 0,5 inguruk erabili du azken urtean.

16. Taula. Azken urteko ausazko jokoen erabilera-prebalentzia orokorra, maiztasunaren, modalitatearen eta sexuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%)

	Aurrez-aurre			Online		
	Gizon	Emakume	Guztira	Gizon	Emakume	Guztira
Hilean behin edo gutxiago	42,6	46,4	44,7	0,0	0,4	0,2
Hilean 1 – 4 egun	11,1	5,7	8,1	0,3	0,0	0,1
Astean 2 – 5 egun	5,8	4,7	5,2	0,5	0,0	0,2
Astean 6 egun edo gehiago	1,5	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0
Ez du jokatu azken 12 hilabeteetan	3,2	5,3	4,4	0,2	0,0	0,1
Inoiz ez du dirurik jokatu	35,9	37,9	37,0	99,0	99,6	99,4
Guztira	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0	100,0

Oro har, adineko biztanleen % 6k astero jokatzen du diruarekin, gizonen % 7,7k eta emakumeen % 4,7k, baina aldeak ez dira estatistikoki esanguratsuak (43. Irudia).

19. Irudia. Astero hausazko jokoen ibiltzearen prebalentzia, sexuaren arabera. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023 (%).



Bestalde, azken urtean ausazko jokoen erabili dituzten pertsonen herenak baino zertxobait gehiagok 100 euro baino gutxiago gastatu dituzte jokoen; % 15,3k (gizonen % 19,7k) 100 eta 300 euro artean, eta % 6,6k, 300 euro baino gehiago gastatu dituzte jokoen azken urtean. Urtean 500 euro edo gehiago jokatzen duten pertsonak adineko biztanleriaren % 2,5 dira oro har, eta gizonen % 4,6.

17. Taula. Azken urtean ausazko jokoen (aurrez aurre) egindako gastuaren arabera banaketa. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023

	Gizon	Emakume	Guztira
100€ baino gutxiago	30,3%	41,9%	36,8%
100€ eta 300€ artean	19,7%	11,8%	15,3%
300€ eta 499€ artean	6,2%	2,4%	4,1%
500€ eta 1.000€ artean	3,6%	0,5%	1,9%
1.000€ edo gehiago	1,0%	0,3%	0,6%
Guztira	100,0%	100,0%	100,0%

Joko patologikoa antzemateko, DMS-5 gidaren irizpide diagnostikoetan oinarritutako tresna estandarizatu bat erabiltzen da Adikzioei buruzko Euskadiko Inkestan. Tresna

horrekin jasotako datuen arabera (18. taula), joko problematikoaren prebalentzia oso txikia da adinekoen artean: adinekoen % 0,1ek baino ez du betetzen galdetzen diren bederatzi irizpideetako bat, gutxienez.

18. Taula. Azken urtean ausazko jokoetan (aurrez aurre) egindako gastuaren araberrako banaketa. Euskadiko 65 urte eta gehiagoko biztanleak, 2023

		Gizona		Emakumea		Guztira	
		Biztanleen %	Baliozko %*	Biztanleen %	Baliozko %*	Biztanleen %	Baliozko %*
Joko patologikoaren DMS-5 irizpideak	Arriskurik gabeko jokoak	61,0%	99,5%	56,8%	100,0%	58,7%	99,8%
	Balitzko joko arazoa (1-3 irizpide)	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
	Balitzko jokoaren nahasmendua (9 - 9 irizpide)	0,3%	0,5%	0,0%	0,0%	0,1%	0,2%
	Ez du jokatu azken 12 hilabeteetan	38,7%	0,0%	43,2%	0,0%	41,2%	0,0%
	Guztira	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

* Azken urtean jokoren bat erabili dutenen ehunekotan

Esan daiteke, beraz, jokoak adinekoen artean zabalduta dagoela, baina, aldi berean, gutxi onartzen dutela maiztasun handiarekin edo diru kopuru handiekin jokatzeko dutela, eta ez dela ia erabilera problematikorik antzematen adineko biztanleen artean.

7. ONDORIOAK

Lehen aldia da Adikzioei buruzko Euskadiko inkestak 65 urtetik gorako euskaldunen substantzien kontsumoari eta bestelako adikzio-jokabideei buruzko informazioa biltzen duena. Aurrez, adin-talde horretako segmentu gazteenari (65-74 urte bitarteko biztanleei) buruzko informazioa baino ez zuen jasotzen.

Datuek agerian uzten dute biztanle talde horrek legezko substantziak erregulartasunez erabiltzen dituela eta, gero eta maizago, legez kanpoko substantziekin ere noizbait esperimendu duela, nahiz eta substantzia horien azkenaldiko erabilera ez izan oso ohikoa eta, oro har, legez kanpoko drogen merkatutik urrun mantentzen den biztanle taldea izan.

Adikzioen arloko politikekiko babesari dagokionez, biztanleria gaztea eta heldua baino apur bat kontserbadoreagoa da adinekoen taldea, batik bat substantzia gehiago legezkotzea dakarten politikei dagokienez — kanabisa legezkotzea asko edo dezente babesten du, adibidez, % 30ek, eta beste substantzia batzuk legezkotzea % 9k baino ez — eta baita drogazaleentzako kalteak murrizteko politika jakin batzuei

dagokienez ere —adibidez, kontsumo higienikoko aretoak zabaltzeak % 30en babesak jasotzen du soilik.

Aitzitik, adineko biztanleriaren gehiengoak alkoholaren eta tabakoaren arloko politikak babesten ditu — % 88k babestuko lituzke, adibidez, ibilgailu pribatuetan adingabeen aurrean tabako kontsumoaren debekua eta % 70ek kalean alkoholaren kontsumoa debekatzea baimendutako lekuetatik kanpo. Badira, hala ere, alkohola eta tabakoari loturiko bi neurri zehatz babes nahiko txikiagoa jasotzen dutenak: tabernetako terrazetan erretzea debekatzea (adinekoen % 47 soilik egongo litzateke neurri honekin oso edo nahiko ados) eta alkoholaren prezioak igotzea (% 41k soilik babestuko luke).

Bestalde, tabakoaren kontsumoak dakartzan arriskuak argi dituzte adinekoek —% 93k uste du pakete bat erretzeak arazo dezente edo asko eragin ditzakeela —, eta ohartzen dira, halaber, legez kanpoko drogen arriskuez —hamar adinekotik batek baino gutxiagok uste du cannabisa astero erretzeak ia ez lukeela arazorik eragingo, eta % 5ek soilik, kokaina hilean behin edo gutxiagotan kontsumitzea dagokionez. Aldi berean, ordea, adineko biztanleriaren zati handi batek hutsaldu egiten du alkohola edo psikofarmakoak erabiltzearen arriskua: adinekoen bi herenek uste dute egunero ardo edo garagardo bat edo bi hartzeak arazo gutxi dakarrela edo ez dakiela arazorik sortzen duen; % 60k baino gehiagok gauza bera uste dute hilean behin lasaigarriak edo antzekoak hartzeari buruz galdetzen denean, eta % 52k, berriz, astean behin lasaigarriak edo antzekoak kontsumitzea planteatzen denean.

Arriskuaren pertzepzio baxu horrekin bat etorritik, alkoholaren eta psikofarmakoen kontsumoa nahiko ohikoa da Euskadiko adineko biztanleen artean, alkoholarena bereziki gizonen artean eta psikofarmakoena emakumeen artean.

Alkoholaren kontsumoari dagokionez, azpimarratzekoa da, oso zabaldua egoteaz gain, adineko biztanleen zati esanguratsu batek, bereziki gizonen artean, gomendatutako mugen gainetik kontsumitzen dutela. Datuen arabera, adibidez, 65 urtetik gorako EAEko biztanleen laurdenak (gizonen % 39,6k eta emakumeen % 13,6k) alkohola kontsumitzen du egunero. Prebalentzia hauek Eurostatek Espainiarako — % 22,3 — edo Italiarako — % 23,4 — jasotzen dituen zifren ildotik doaz; nolana ere, herrialde horiek nabarmen gaitzen dute EBko 27 herrialdeetarako batez bestekoa — % 15,8an kokatzen zena 2021ean. Gainera, osasun-erakundeek arrisku txikiko kontsumoari buruz egiten dituzten gomendioak kontuan hartuta (eguneko bi unitate estandar baino gehiago ez gizonentzat eta bat baino gehiago ez emakumeentzat), adineko gizonen % 35,6k atalase horietatik gora edaten du. Horri buruz dagoen literaturak adierazten du maila horietatik gora edateak alkoholarekin lotutako arazoak izateko arrisku handiagoa dakarrela — adikzio-arriskua, istripuak eta abar — (Moos et al., 2009) eta morbiditatea eta hilkortasuna areagotzen dituela (Ortolá et al., 2024), eta ohartarazi dute arrisku horiek pixkanaka handitzen direla kontsumitutako kopuruekin.

Hala ere, Adikzioei buruzko Euskadiko Inkestak (2023) AUDIT eskala erabiliz arrisku-kontsumoa edo alkoholagatiko nahasmendua izan dezaketen pertsonen ehuneko txiki samar bat identifikatzen du: zehazki, 65 urte eta gehiagoko gizonen % 6,4. Aldiz, emakume bakar batek ere ez ditu gaintitzen arriskudun erabilera identifikatuko luketen AUDIT eskalako 5 puntuak. AUDIT tresnak hainbat azterlanetan erabilera arazotsua iragartzeko gaitasun ona erakutsi duen arren (García Carretero et al., 2016; Pérula de Torres et al., 2005), batzuek zailtasunak planteatu dituzte instrumentuak emakumeengan duen sentsibilitatearekin (Contel et al., 2000). Bestalde, zenbait egilek planteatu dute adineko pertsonen alkohol-kontsumo problematikoak detektatzeko baheketa-tresna espezifikoak behar izan daitezkeela (Blow eta Barry, 2012), baita osasun eta gizarte zerbitzuetako langileen artean jarrera ez-estigmatizatzailea sustatzea ere, haien identifikazioa errazteko (International Narcotics Control Board, 2021; EMCDDA, 2023; SAMSA, 2020). Nolanahi ere, nahiz eta zaila izan AUDIT eskala erabiliz arrisku-kontsumoak dituzten adineko emakumeen kasuak detektatzea, gogorarazi behar da, jasotako datuen arabera, adineko emakumeen asteko batez besteko kontsumoa 7 edari-unitate estandarretan kokatzen dela, eta hori izango litzatekeela arrisku txikiko kontsumoaren muga.

Psikofarmakoen erabilerari dagokionez, nabarmendu behar da erabilera nahiko hedatua dagoela adinekoen artean, gehiago emakumeen artean gizonen artean baino: adineko emakumeen % 37,6k psikofarmakoak kontsumitu ditu azken hilabeteen (gizonen % 18,1ek), eta % 31,4k egunero hartu ditu aldi horretan. Lasaigarriak eta somniferoak dira gehien erabiltzen diren psikofarmakoak, mendekotasun-ahalmen handia duten substantziak, kontuan hartuta Euskadin noizbait horrelako sendagaiak hartu dituzten adinekoen % 59k egunero hartu dituela azken hilabeteen. Aldiz, analgesiko opioideak askoz ere gutxiago hedatuta daude, azken urtean adineko biztanleriaren % 5eko prebalentziarekin, ez bakarrik lasaigarri eta antzekoekin alderatuta, baizik eta beste herrialde batzuetan gertatzen den prebalentziarekin alderatuta —adibidez, AEBetan, non, adineko biztanleen % 31k adierazten baitu errezetarekin analgesikoak kontsumitu dituela (opioideak batez ere) aurreko urtean³.

Era berean, datuek erakusten dute psikofarmakoen kontsumo hori erabilera medikoarekin bat datorrela funtsean, eta oso pertsona gutxik aitortzen dutela (adineko emakumeen % 0,3k, zehazki) noizbait errezetarik gabe kontsumitu dutela. Ildo beretik, azken urtean kontsumitu dutenen % 20k bakarrik adierazten du farmako horiek hartzen dituztela agindu dituen medikuaren jarraibideei kasu egin gabe; gainera, oro har, agindutakoa baino dosi txikiagoan edo denbora laburragoan hartzen dituztela esaten dute, eta oso gutxik aitortzen dute dosi handiagoan edo denbora luzeagoan hartzen dituztela, edo medikuaren indikaziorik gabe.

Esan daiteke, beraz, EAEko adinekoek psikofarmakoen kontsumoa gainbegiratzeko medikoaren pean egiten dutela batik bat, gaitz edo ondoez psikikoak tratatzeko. Hain

³ SAMSA. National Survey on Drug Use and Health, 2022 [esteka].

zuzen ere, Inkestako datuek baieztatzen dute, gizonen artean batez ere, lotura dagoela farmako horien kontsumoaren eta osasun mentalaren egoeraren artean, egoera hori neurtzeko depresioarekin eta/edo antsietatearekin lotutako arazoak detektatzeko gaitasun ona duen MHI-5 tresna (Berwick et al., 1991) erabiltzen denean. Hala, MHI-5aren arabera arazo mentalak dituzten pertsonen % 40 inguruk psikofarmakoak kontsumitu ditu azken hilabeteen, eta, MHI-5 inkestaren itemei emandako erantzunen arabera, printzipioz osasun mentaleko arazorik izango ez luketenen artean, berriz, emakumeen % 28k eta gizonen % 11k. Hala ere, azpimarratzekoa da emakume kontsumitzaileen ehunekoa altua dela osasun psikiko onean diruditenen artean ere, eta horrek adierazten du balitekeela gainpreskripzio bat gertatzen aritea populazio talde horretan —agian gaitz edo ondoez txikiak edo loaren alterazio arinak tratatzeko. Ondorioz, gomendagarria litzateke botika mota horien preskripzio-praktikak berrikustea, adineko emakumeen kasuan batez ere.

Aipatzekoa da, era berean, Euskadiko Adikzioei buruzko Inkestako datuen arabera, kontsumoak dakarren arriskua gutxiesteak eragina duela psikofarmakoen erabileraren prebalentzian, osasun mentalarekin arazoak izateaz haratago — edo, hain zuzen, itxuraz osasun mentaleko arazorik ez dutenen artean —, eta horrek adieraziko luke adin-talde honetako pertsonak kontsumoaren arriskuei buruz sentsibilizatzeko beharra (hala nola, adikzio arriskuari buruz, erorikoak edo istripuak izateko probabilitatea areagotzen dutenaz edo beste farmako batzuekiko elkarreraginez, etab.) eta haien artean albo-ondorio gutxiago duten alternatibak ezagutaraztearen beharra (ariketa, terapiak, etab.).

Azkenik, lortutako emaitzetatik azpimarratzekoa da tabakoaren kontsumoa pixkanaka murrizten ari dela populazio-segmentu horretan, erretzaile ohien proportzioa gero eta handiagoa baita, batez ere gizonen artean. Adineko emakumeen artean ere, ohiko kontsumoaren prebalentzia txikia da gaur egun, baina arrazoi nagusia zera da, oro har, talde horretan inoiz erre ez duten emakume asko dagoela. Aldiz, adineko emakumeen abandonu-tasak gazteen eta helduenen antzekoak dira, eta adin bereko gizonenak baino nabarmen txikiagoak. Horrek esan nahi du, adineko emakumeen etorkizuneko belaunaldietan, tabakismoaren prebalentzia areagotu egin daitekeela, erretzeari uzteko populazio-talde zehatz horretara bideratutako ahalegin berezia egiten ez bada.

BIBLIOGRAFIA

- ADEYEMI, O., BUKUR, M., BERRY, C., DIMAGGIO, C., GRUDZEN, C.R., KONDA, S., ADENIKINJU, A., CUTHEL, A., BOUILLON-MINOIS, J.B., AKINSOLA, O., MOORE, A., MCCORMACK, R. y CHODOSH, J. (2023): "Substance use and pre-hospital crash injury severity among U.S. older adults: A five-year national cross-sectional study.", *PloS one*, United States, 18, 10, p. e0293138, <<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0293138>>.
- BADRAKALIMUTHU, V.R., RUMBALL, D. y WAGLE, A. (2010): "Drug misuse in older people: old problems and new challenges", 2018/01/02 ed., *Advances in Psychiatric Treatment*, Cambridge University Press, 16, 6, pp. 421-429, <<https://doi.org/10.1192/apt.bp.108.006221>>.
- BERWICK, D.M., MURPHY, J.M., GOLDMAN, P.A., WARE, J.E.J., BARSKY, A.J. y WEINSTEIN, M.C. (1991): "Performance of a five-item mental health screening test.", *Medical care*, United States, 29, 2, pp. 169-176, <<https://doi.org/10.1097/00005650-199102000-00008>>.
- BLOW, F.C. y BARRY, K.L. (2012): "Alcohol and substance misuse in older adults.", *Current psychiatry reports*, United States, 14, 4, pp. 310-319, <<https://doi.org/10.1007/s11920-012-0292-9>>.
- CICCARONE, D. (2019): "The triple wave epidemic: Supply and demand drivers of the US opioid overdose crisis", *International Journal of Drug Policy*, 71, pp. 183-188, <<https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2019.01.010>>.
- CONTEL, M., GUAL, A. y COLOM, J. (2000): "Test para la Identificación de Trastornos por Uso de Alcohol (AUDIT): traducción y validación del AUDIT al catalán y castellano", *Adicciones*, <\\Srvdatos\siis\docus\Revistas electrónicas\Adicciones R.841\1999\Test para la identificación de transtornos.pdf>.
- CROME, I.B., RAO, R. y CROME, P. (2015): "Substance misuse and older people: better information, better care", *Age and Ageing*, 44, 5, pp. 729-731, <<https://doi.org/10.1093/ageing/afv105>>.
- DEPARTAMENTO DE SALUD, G.V. (2024): *Principales resultados de la Encuesta sobre Adicciones de Euskadi 2023 - Euskadiko adikzioei buruzko 2023ko inkestaren emaitza nagusiak*, Vitoria-Gasteiz, Gobierno Vasco-Eusko Jaularitza, <https://www.euskadi.eus/contenidos/informacion/adicciones_euskadi_drogas/es_def/adjuntos/encuesta-adicciones-euskadi-2023.pdf>.
- EMCDDA (2024): *European Drug Report 2024: Trends and developments*, Luxemburgo, Publications Office of the European Union, <https://www.euda.europa.eu/publications/european-drug-report/2024_es>.
- EMCDDA, E.M.C. for D. and D.A. (2023): "Older people and drugs: health and social responses", en *Health and social responses to drug problems: a European guide*, <https://www.euda.europa.eu/sites/default/files/pdf/31242_en.pdf?365414>.
- GARCÍA CARRETERO, M.Á., NOVALBOS RUIZ, J.P., MARTÍNEZ DELGADO, J.M. y O'FERRALL GONZÁLEZ, C. (2016): "Validación del test para la identificación de trastornos por uso de alcohol en población universitaria: AUDIT y AUDIT-C", *Adicciones*, 28, 4, pp. 194-204.

- INTERNATIONAL NARCOTICS CONTROL BOARD (2021): "A hidden Epidemic: the Use of Drugs among Older Persons", en *Report of the International Narcotics Control Board for 2020*, United Nations, <<https://www.un-ilibrary.org/content/books/9789210056380>>.
- JAQUA, E.E., NGUYEN, V., SCHERLIE, N., DRESCHLER, J. y LABIB, W. (2022): "Substance Use Disorder in Older Adults: Mini Review.", *Addiction & health*, Iran, 14, 1, pp. 62-67, <<https://doi.org/10.22122/ahj.v14i1.1311>>.
- KONAKANCHI, J.S. y SETHI, R. (2023): "The Growing Epidemic of Opioid Use Disorder in the Elderly and Its Treatment: A Review of the Literature.", *The primary care companion for CNS disorders*, United States, 25, 1, p. 21r03223, <<https://doi.org/10.4088/PCC.21r03223>>.
- KUERBIS, A., SACCO, P., BLAZER, D.G. y MOORE, A.A. (2014): "Substance abuse among older adults.", *Clinics in geriatric medicine*, United States, 30, 3, pp. 629-654, <<https://doi.org/10.1016/j.cger.2014.04.008>>.
- LIN, J., ARNOVITZ, M., KOTBI, N. y FRANCOIS, D. (2023): "Substance Use Disorders in the Geriatric Population: a Review and Synthesis of the Literature of a Growing Problem in a Growing Population", *Current Treatment Options in Psychiatry*, 10, 3, pp. 313-332, <<https://doi.org/10.1007/s40501-023-00291-9>>.
- MOOS, R.H., SCHUTTE, K.K., BRENNAN, P.L. y MOOS, B.S. (2009): "Older adults' alcohol consumption and late-life drinking problems: a 20-year perspective.", *Addiction (Abingdon, England)*, England, 104, 8, pp. 1293-1302, <<https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02604.x>>.
- OEDA (2023): *Informe 2023. Alcohol, tabaco y drogas ilegales en España. Encuesta sobre alcohol y drogas en población general en España 2022*, Madrid, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, <<https://www.sis.net/documentos/Path/588801.pdf>>.
- OEDA (2021): *Monografía Alcohol 2021. Consumo y consecuencias*, Madrid, Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, <https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/publicaciones/catalogo/catalogoPNSD/publicaciones/pdf/2021_Monografia_Alcohol_consumos_y_consecuencias.pdf>.
- ORTOLÁ, R., SOTOS-PRieto, M., GARCÍA-ESQUINAS, E., GALÁN, I. y RODRÍGUEZ-ARTALEJO, F. (2024): "Alcohol Consumption Patterns and Mortality Among Older Adults With Health-Related or Socioeconomic Risk Factors", *JAMA Network Open*, 7, 8, pp. e2424495-e2424495, <<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2024.24495>>.
- PÉRULA DE TORRES, L., FERNÁNDEZ-GARCÍA, J., ARIAS-VEGA, R., MURIEL-PALOMINO, M., MÁRQUEZ-REBOLLO, E. y RUIZ-MORAL, R. (2005): "Validación del cuestionario AUDIT para la identificación del consumo de riesgo y de los trastornos por el uso de alcohol en mujeres", *Atención Primaria*, 36, 9, pp. 499-506, <[https://doi.org/10.1016/S0212-6567\(05\)70552-7](https://doi.org/10.1016/S0212-6567(05)70552-7)>.
- SAMSA, S.A. and M.H.S.A. (2020): *Treating Substance Use Disorder in Older Adults*, Treatment Improvement Protocol (TIP), Rockville, SAMSA, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK571029/pdf/Bookshelf_NBK571029.pdf>.
- THE LANCET REGIONAL HEALTH – AMERICAS (2023): "Opioid crisis: addiction, overprescription, and insufficient primary prevention", *The Lancet Regional Health – Americas*, Elsevier, 23, <<https://doi.org/10.1016/j.lana.2023.100557>>.

- TOPIWALA, A., ALLAN, C.L., VALKANOVA, V., ZSOLDOS, E., FILIPPINI, N., SEXTON, C., MAHMOOD, A., FOOKS, P., SINGH-MANOUX, A., MACKAY, C.E., KIVIMÄKI, M. y EBMEIER, K.P. (2017): "Moderate alcohol consumption as risk factor for adverse brain outcomes and cognitive decline: longitudinal cohort study", *BMJ*, 357, p. j2353, <<https://doi.org/10.1136/bmj.j2353>>.
- ZAHR, N.M. (2024): "Alcohol Use Disorder and Dementia: A Review.", *Alcohol research : current reviews*, United States, 44, 1, p. 03, <<https://doi.org/10.35946/arc.v44.1.03>>.