



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

LEGEZKO DROGAK ETA INTERNET
erabiltzearekin lotutako
ARRISKU-PORTAERAK.
KLASE SOZIALAreiko eta **GENEROA**rekiko
harremana

LABURPENA
2025eko URRIA

LABURPEN EXEKUTIBOA

Txosten honek Euskal Autonomia Erkidegoko (EAE) 15 urtetik gorako biztanleen legezko drogen eta Interneten erabilerari lotutako arrisku-portaerak aztertzen ditu, Osasun Publikoaren eta Adikzioen Zuzendaritzak garatutako *Euskadiko Adikzioei buruzko Inkestaren 2023ko datuetan* oinarrituta. Ikerketak aztertzen du nola erlazionatzen diren klase soziala, genero rolak eta osasun mentalaren egoera tabakoaren, alkoholaren, psikofarmakoen eta Interneten kontsumo ereduarekin.

1. Testuingurua eta helburuak

Substantzia psikoaktiboaren kontsumoa eta Interneten erabilera problematikoa osasun publikoko arazo garrantzitsuak dira, morbiditatean, hilkortasunean eta gizarte-ongizatean duten eraginagatik. Europan, alkoholak milioi bat heriotza baino gehiago eragiten ditu urtean, eta tabakoak, berriz, 1,2 milioi baino gehiago; Espainian, kalkulatzen da 13.800 heriotza inguru eragiten dituela urtero alkoholak, eta 55.000 inguru tabakoak. Monografiko honen helburua da substantzia legalen eta Interneten erabilerarekin lotutako kontsumo-ereduak eta osasunerako arrisku-portaerak identifikatzea, eta horiek egoera sozioekonomikoarekin, zaintza-rolarekin eta osasun mentalarekin duten lotura aztertzea.

2. Metodologia

Euskadiko Adikzioei buruzko Inkesta, 2023an, EAEko familia-etxebizitzentan bizi den 15 urtetik gorako populazioaren adierazgarri den 2.527 pertsonako laginaz osatuta dago. Lurreko historikoaren eta adinaren arabera estratifikatutako laginaren diseinuan 15-24 urteko biztanleei dagokiena baina pisu handiagoa eman zaie, adin talde honi dagozkion zenbatespenen zehaztasuna bermatzeko. Datuak Raking Ratio metodoaren bidez haztatu eta kalibratu ziren, populazio-banaketatara bikain egokitzea lortuz.

Kontuan hartzen diren arrisku-portaeren artean daude, besteak beste, eguneroko tabako-kontsumoa, alkoholari dagokionez, arrisku txikiko atalasetik gorako kontsumoa, intentsiboki edatea (binge drinking) edo alkoholarekiko mendekotasun-irizpideak betetzea (AUDIT eskalaren bidez neurtuta), psikofarmakoen kontsumoa errezetarik gabe edo jarraibide medikoetatik kanpo, eta Interneten erabilera konpultsiboa (CIUS eskalaren bidez neurtua).

3. Eraitza nagusiak

Egungo kontsumoaren prebalentzia

2023an, 15 urtetik gorako EAEko biztanleen % 20,7k erre du tabakoa azken hilabeteetan. Prebalentzia handixeagoa da gizonezkoetan (% 23) emakumezkoetan baino (% 18,7).

Biztanleen % 63,3k alkohola edan du, eta alde nabarmena dago gizonen (% 71,8) eta emakumeen (% 55,3) artean. Alkohol-kontsumoak gora egiten du helduaroan, eta behera 65 urtetik aurrera, emakumeen kasuan batez ere.

Biztanleen %16,5k psikofarmakoren bat hartu du azken hilabeteetan (lasaigarriak, lo-eragileak, antidepressiboak edo analgesiko opioideak). Farmako horien kontsumoa ohikoagoa da emakumeetan (% 21,3) gizonetan baino (% 11,2), eta areagotu egiten da adinarekin, batez ere 65 urtetik gorako emakumeen artean (% 37,6).

Arrisku-portaerak

Aintzat hartutako arrisku-portaeren prebalentzia nabarmen aldatzen da substantziaren arabera. Alkoholarekin eta tabakoarekin lotutakoak dira zabalduenak. Aldiz, errezetarik gabe edo medikuaren aginduen gainetik psikofarmakoak kontsumitzen direla askoz ere gutxiagotan onartzen da.

Tabakoaren eguneroko erabilerak % 14,6ko prebalentzia orokorra du 15 urtetik gorako biztanleen artean, eta prebalentzia pixka bat handiagoa da gizonetan (% 15,7) emakumeetan baino (% 13,6). Hala ere, tabakoaren erabileran sexuaren arabera ematen ziren aldeak denborarekin murrizten ari direla agerikoa da, eta, gaur egun, emakumeek prebalentzia handixeagoak dituzte talde batzuetan (batez ere gazteenetan eta adin ertainekoetan).

Alkoholari dagokionez, 15 urtetik gorako EAEko biztanleen % 26,6k arrisku txikiko atalasetik gora kontsumitzen du alkohola, eta % 11,3k kontsumo intentsiboa egin du (*binge drinking*) gutxienez behin azken hilabeteetan. Gainera, % 6k alkoholarekiko mendekotasuna izateko arrisku-irizpideak betetzen ditu. Aztertutako hiru portaerak batera hartuta, gizonen % 41,2k eta emakumeen % 20,9k izan dute alkohol kontsumoarekin loturiko arrisku-portaeraren bat.

Psikofarmakoen gaur egungo kontsumoak prebalentzia handia du (% 16,5 azken hilabeteetan), baina herritarren % 6,1ek soilik onartzen du errezetarik gabe erabiltzen dituela farmako horiek, agindutakoak baino dosi handiagoak erabiltzen dituela, agindutako denbora baino luzaroago hartzen dituela, edo zenbait farmako-talde konbinatuz erabili dituela azken urtean. Portaera horien prebalentzia handiagoa da emakumeetan (% 7,7) gizonetan baino (% 4,3), eta sarriago gertatzen da adinean aurrera egin ahala, batez ere adineko emakumeen artean. Logikoki, kontsumoa askoz ohikoagoa da antsietate- eta depresio-sintomak dituztenen artean (% 14,3), horrelako arazorik ez dutenen artean baino (% 3,7).

Azkenik, Interneten balizko erabilera konpulsiboak biztanleen % 4,4ri eragiten dio, eta sarriago gertatzen da gazteen artean (15 eta 39 urte bitarteko biztanleen % 11,8k betetzen ditu konpulsio-irizpideak) eta baita emakumeen artean (% 5ak), gizonen artean baino (% 3,7k). Interneten erabilera konpulsiboak gazteengan duen prebalentzia handia antsietate- eta depresio-sintomen prebalentziarekin lotzen da (arrisku-portaera hori duten 15 urtetik gorako biztanleen % 40,2k antsietate edo depresio sintomak pairatzen ditu, populazio osoaren % 22,3rekin alderatuta).

Beste substantzia batzuen erabilerarekiko erlazioa

Tabakoarekin, alkoholarekin, psikofarmakoekin eta Internetekin lotutako arrisku-portaerak dituzten pertsonak, halaber, kalamuaren eta legez kanpoko beste droga batzuen kontsumoan prebalentzia handiagoa dute. Aldeak oso nabarmenak dira, batez ere kalamuaren erabilerari dagokionez: substantzia horren azken urteko erabileraren prebalentzia, 15 urtetik gorako biztanleen % 7koa da, baina % 21,2ra iristen da egunero tabakoa erretzen dutenen artean, % 21,6ra Internet modu konpulsiboan erabiltzen dutenen artean, % 13,5era arrisku txikiko atalasetik gora alkohola kontsumitzen dutenen artean, eta % 9,8ra errezetarik gabe edo adierazitako jarraibidea errespetatu gabe psikofarmakoak kontsumitzen dituztenen artean.

Bestalde, erlazio bera antzematen da arrisku-portaeren eta legez kanpoko beste substantzia batzuen erabilerari dagokionez: kalamua ez den beste legez kanpoko drogen azken urteko erabilera prebalentzia lau aldiz handiagoa da egunero tabakoa kontsumitzen dutenen artean, eta hiru aldiz handiagoa errezetarik gabe edo pautaz kanpo psikofarmakoak kontsumitzen dituztenen artean. Legezko eta legez kanpoko substantziei lotutako arrisku-portaeren arteko lotura horrek iradokitzen du kalteberatasun faktoreak amankomunak direla.

Klase sozialaren arabera desberdintasunak

Legezko substantzien edo Interneten erabilerari lotutako arrisku-portaeren eta klase sozialaren arteko erlazioari dagokionez, arrisku-portaeretan gradiente sozioekonomiko bat dagoela berresten da, substantziaren arabera aldatzen bada ere.

Hezkuntza-maila baxua eta zailtasun ekonomikoak dituzten pertsonak tabakoaren eta psikofarmakoen kontsumo-prebalentzia handiagoa dute; alkohol-kontsumoari loturiko arrisku-portaerak eta Interneten erabilera problematikoa, berriz, ohikoagoak dira maila sozioekonomikoertain eta altuak dituzten taldeetan.

Nahiz eta baieztatzen den aldagai sozioekonomikoen eragina esanguratsua dela talde horien sexuaren eta adinaren arabera kontrolatuta ere, interakzio-efektuak sortzen dira, eta, hala, harremana aldatu egiten da biztanleria-talde batzuetan. Eguneroko tabako-kontsumoari dagokionez, ikasketa-maila altua izatearen babes-efektua ez da gertatzen adinekoengan; alkohol-kontsumoaren kasuan, maila sozioekonomiko altuko pertsonak arrisku handiagoa dute, 40-64 urteko gizon helduen artean izan ezik. Psikofarmakoen erabilerari dagokionez, ikasketa-maila altua izateak babes-efektua eragiten du osasun mentaleko arazorik ez duten biztanleengan; aldiz, arriskua areagotzen du zailtasunak dituzten artean, eta hori erlazioa liteke goi-klaseetako biztanleek osasun mentaleko zerbitsuak eta medikazio psikotropikoa eskuratzeko aukera handiagoa izatearekin.

Genero-rolen arabera desberdintasunak

Euskadiko Adikzioei buruzko Inkestaren datuen arabera, 15 urtetik gorako herritarren % 17,8k etxean bizi diren 12 urtetik beherako pertsonak ditu bere ardurapean, eta % 6,5ek mendeko pertsona helduren baten ardura hartzen du. Ez da sexuaren arabera desberdintasunik ikusten haurrak zaintzeko ardura hartzeko orduan, baina bai helduen zainketaari dagokionez, non emakumeek gizonen baino neurri handiagoan hartzen baitute ardura hori (emakumeen % 7,3k eta gizonen % 5,7k). Bestalde, emakumeek denbora gehiago ematen dute etxeko lanetan eta beste pertsona batzuk zaintzen: egunean 2 ordu edo gehiago eskaintzen dizkiote etxeko lan eta zaintzari emakumeen % 40,1ek, eta gizonen artean, berriz, % 23,9k besterik ez.

Dedikazio handiak eta dedikazio bikoitzak (lan ordaindua eta ordaindu gabea, edo aldi berean adingabe eta helduen zaintza norberaren gain hartzeak) osasun mentalean eta substantzien kontsumoan eragin handiagoa izan dezaketela kontuan hartuta, aldagai bat definitu da gaitz-egoera horiek identifikatzen saiatzeko. Datuen arabera, 15 urtetik gorako emakumeen % 12,2 eta gizonen % 10,8 egoera horretan daude Euskadin: lanean edo ikasten ari diren bitartean, egunean hiru ordu edo gehiago ematen dituztelako beste pertsona batzuk zaintzen, edo haurrak eta pertsona helduak aldi berean zaintzeko ardura dutelako, edo beste pertsona bat zaintzeko ardura duten adineko pertsonak direlako.

Zaintzarekin lotutako aldagaiak legezko substantzien eta Interneten erabileran duten eraginari dagokionez, oro har, ikusten da zaintza-erantzukizunak alkohola eta Interneten neurrisiko erabilera indartzen dutela (moderazio efektua), eta ez dirudi eragin nabarmenik dutenik tabakoaren edo psikofarmakoen erabileran, behin sexua eta adina kontrolatzen direnean.

Zainketei loturiko balizko gaitz-egoerak, ordea, areagotu egiten ditu zenbait arrisku-portaera, populazio-talde batzuetan behinik behin. Alde batetik, eguneroko tabako-kontsumoaren prebalentzia areagotzen du, sexua eta adina edozein direla ere. Bestalde, familiarekiko ardura izateak alkohol-kontsumoaren moderazioan eragin nabarmena duen bitartean, zaintza-lanetan buru-belarri aritzeak

alderantzizko eragina du gizonen artean, ikusten baita arriskuzko kontsumo gehiago izateko joera dagoela intentsitate handiko zainketak egiten dituztenen artean, nahiz eta emaitzak ez duen adierazgarritasun estatistikorik. Azkenik, zaintza intentsiboak handitu egiten du psikofarmakoak errezetarik gabe edo mediku-jarraibidetik kanpo hartzeko aukera, bai gazteen, bai adinekoen artean, eta efektu hori antsietate- eta depresio-sintomak gorabehera mantentzen da.

Ondorioak

Emaitzek agerian uzten dute gizarte- eta genero rolei loturiko-gradienteak daudela legezko drogei eta Interneti lotutako arrisku-portaeretan. Egoera sozioekonomikoaren, zainketei loturiko kargaren eta ongizate mentalaren arteko interakzioak kontsumo- eta ahultasun-eredu desberdinak eraten dituzte.

Emaitzek adierazten dutenez, hezkuntza-maila apalagoa eta zailtasun ekonomiko handiagoak dituzten pertsonak arrisku handiagoa dute tabakoa eta psikofarmakoak kontsumitzeko; alkoholaren kontsumoa eta Interneten erabilera konpulsiboa, berriz, gehiago lotzen dira maila sozioekonomiko ertain eta altuak dituzten taldeekin.

Genero desberdintasunak bereziki agerikoak dira. Gizonezkoek tabako- eta, batez ere, alkohol-kontsumoaren tasa handiagoak dituzte; praktika horiek gizartean onartuagoak dira, eta sozializazio-testuinguruei lotuta daude. Emakumeek, aldiz, psikofarmako gehiago kontsumitzen dituzte, ondoez emozionalaren medikalizazioarekin eta zainketa-kargaren eta kontziliazioaren ondoriozko tentsioekin lotuago. Adingabeen edo mendekotasuna duten pertsonen zaintza intentsiboa, genero-rolen adierazle gisa erabiltzen den aldagaia, osasun mental okerragoarekin eta psikofarmakoak kontsumitzeko aukera handiagoarekin lotzen da, baita maila sozioekonomikoaren arabera doitu ondoren ere.

Internet modu konpulsiboan erabiltzen dute batez ere gazteek, eta gehiago emakumeek gizonek baino. Egindako azterketaren emaitza garrantzitsu bat da portaera hori estuki lotzen dela antsietate- eta depresio-sintomen prebalentzia handiagoarekin, eta horrek esan nahi du indartu egin behar dela Interneten erabilera problematiko horren detekzioa lehen mailako osasun-arretatik.

Oro har, aurkikuntzek berretsi egiten dute kontzientziazio-kanpainak indartu egin behar direla legezko substantziak (batez ere, alkohola) kontsumitzeko eredu jakin batzuek osasunean eragiten dituzten arriskuen inguruan, substantzia horrek baitu prebalentzia handiena aztertutako arrisku-portaeren artean. Era berean, datuek agerian uzten dute garrantzitsua dela gazteek Internet modu konpulsiboan erabiltzea prebenitzeko esku-hartzeak garatzea, osasun mentalaren egoera txarragoarekin duen harremana dela eta. Azkenik, egindako azterketak berresten du garrantzitsua dela osasun publikoko esku-hartze integralak —desberdintasun sozioekonomikoak eta genero- eta zainketa-rolak kontuan hartuko dituztenak— garatzea, adikzioak prebenitzeko programak diseinatzean.

