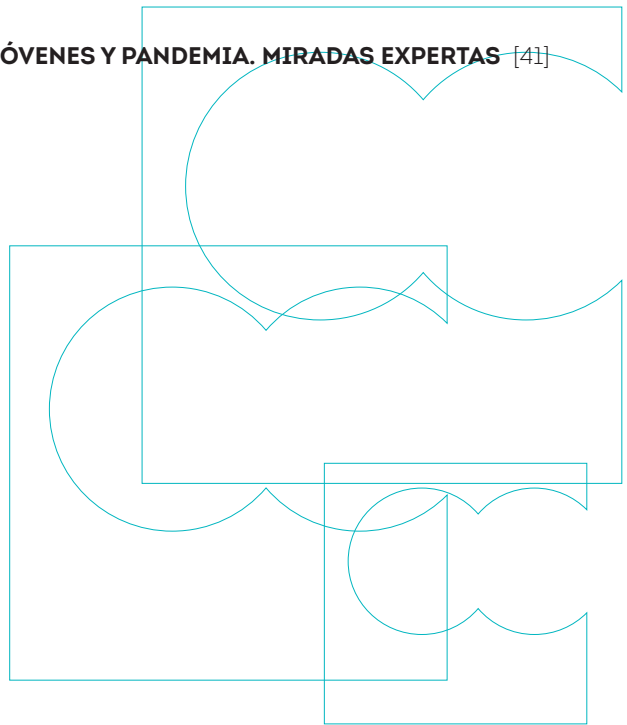


CONSUMOS DE LA JUVENTUD VASCA DURANTE LA PANDEMIA

ESTIBALIZ ANSOTEGI GURUZIAGA

Coordinadora del programa de prevención en salud y adicciones
de Ortzadar





Desde el 14 de marzo del 2020, nuestras vidas han sufrido un cambio continuo. Noticias contradictorias en los medios de comunicación; dudas que nos han surgido a nivel laboral, estudios, movilidad; miedos ante el virus, posibles contagios, consecuencias; incertidumbre ante lo que nos depara el futuro....

Nos hemos tenido que ir adaptando a los diferentes momentos por los que hemos ido pasando, algunos con mejores sensaciones, otros con mucho miedo, otros con dudas, sin saber qué estaba permitido y qué no. Lo que está claro es que a nivel emocional estos meses han sido una montaña rusa, tanto para la población adulta, como para la joven e infantil.

En el tema de las adicciones, también hemos podido leer muchos titulares contradictorios como “Beber, comer, jugar. Adictos por la pandemia”, “Se reducen el consumo de sustancias, pero aumenta el consumo tecnológico durante el estado de alarma”, “Aumenta

el uso de alcohol y otras drogas durante la pandemia”, “La venta de tabaco se reduce durante la pandemia”, “La tecnología: gran aliado durante la pandemia”... ¿Pero que hay de cierto en todo esto?

En septiembre, cuando volvimos a las aulas para poder poner en marcha nuestros programas de prevención o de reducción de riesgos asociados al consumo de sustancias y apuestas deportivas y juegos de azar, no sabíamos muy bien con qué nos íbamos a encontrar, qué nos iban a contar las chicas y chicos con los que intervenimos, cómo se han sentido y se están sintiendo ante esta situación. Y la verdad es que nos hemos encontrado con situaciones muy diversas y difíciles de generalizar. Aunque si hay una afirmación que podemos hacer: **las tecnologías han ocupado mucho tiempo estos últimos meses, y en algunos casos siguen ocupando.**

Han perdido la noción de las horas que han podido pasar en redes sociales, jugando a videojuegos, viendo series, navegando por internet, etc. Sobre todo los primeros meses del confinamiento, y ahora, cuando les toca estar confinados en casa, también.

Admiten que han pasado tantas horas delante de las pantallas, que ahora tienen dificultades para reducir el número de horas y realizar otro tipo de actividades.

Entre las personas con las que hemos intervenido, una minoría comenta haber gastado dinero en apuestas deportivas o en juegos de azar. Pero la mayoría admite haber pasado muchas horas jugando a videojuegos y en redes sociales. Las redes sociales les han permitido estar más cerca de sus amistades y poder seguir en contacto. Han pasado muchas horas en videollamadas, ya que ha sido la única forma que han tenido para mantener el contacto social. E incluso algunas personas se sienten más cómodas relacionándose en las redes que en la vida real.

Del uso de las tecnologías, una de las mayores consecuencias que hemos observado, ha sido que muchas personas han dormido menos horas por estar delante de las pantallas, incluso han cambiado los hábitos del sueño. Dormirse muy tarde y despertarse mucho más tarde de lo habitual.

En lo que respecta al consumo de sustancias, también encontramos grandes diferencias. En el caso del alcohol, por ejemplo, la mayoría comenta que durante los primeros meses no han consumido y solamente unas pocas personas han comentado

que han bebido alcohol estando en casa.

Una vez de poder empezar a salir a la calle, la mayoría de las personas que consumían alcohol antes de la pandemia, han retomado sus consumos. Al seguir estando cerradas las lonjas y las limitaciones de los locales hosteleros, una gran mayoría opta por beber en la calle. Compran en supermercados y quedan para beber con sus cuadrillas. Este hecho ha creado mucha polémica a nivel social, ya que lo que antes podían hacer en sus lonjas y en privado, ahora lo hacen en la calle, es más visible y crea más quejas y problemas de convivencia con la ciudadanía.

Un dato positivo que hemos observado es que, en muchos casos, la edad de inicio se ha retrasado ya que al no haber fiestas el verano pasado, muchas personas no han tenido ocasión para iniciarse en su consumo.

Con el tabaco o cigarrillos electrónicos, la situación ha sido otra, ya que muchas personas han consumido en sus casas durante el confinamiento inicial. En muchos casos sus familias eran conocedoras de esos consumos, y aunque previamente muchas de estas personas jóvenes no fumaban en sus casas, han tenido permiso y han continuado con el consumo.

En algunos casos en cambio nos han comentado que, al no poder fumar en casa, han aprovechado para dejar de fumar. La mayoría comenta que no ha retomado el consumo de tabaco.

En cuanto al cannabis la situación es diferente. Probablemente es la

sustancia que más problemas ha causado entre la población con la que trabajamos. La mayoría de las personas que consumen cannabis, nos ha comentado que no han dejado de consumirlo durante estos meses, incluso alguna persona ha comentado que ha aumentado los consumos para poder sobrellevar la situación (el no poder salir de casa, el miedo...).

En muchos casos, sus familias sabían que consumían y han tenido que negociar para poder consumir en casa. En otros casos han tenido que admitir ante sus familias que son consumidores de cannabis ya que había comportamientos y actitudes que no se entendían. En otros casos, sobre todo cuando no eran consumos demasiado elevados, han aprovechado para dejar de consumir o reducir los consumos.

Las personas consumidoras de cannabis, nos han contado también cómo se las han arreglado para conseguir cannabis durante los primeros meses. Han contado historias de todo tipo, desde ir a pasear al perro

y aprovechar para comprar; quedar para consumir con algún amigo o amiga; aprovechar los momentos para ir al supermercado para comprar o consumir, etc. Han tenido que utilizar la imaginación para poder comprar o seguir consumiendo.

Al retomar "la normalidad" y poder salir a la calle, la mayoría comenta que han vuelto a los consumos anteriores.

Con el resto de sustancias no ha habido problemas, ya que al trabajar con población adolescente y joven estos consumos son mucho más esporádicos.

Para concluir comentar que a pesar de ir retomando nuestras vidas poco a poco, en cuanto al consumo de sustancias observamos que la situación está muy parecida a antes de la pandemia. El mayor problema observamos en el uso de las tecnologías, las horas que se pasa en ellas, menos horas de sueño, y que algunas personas se sienten más cómodas relacionándose en las redes que en la vida real.