

# EFFECTOS NEUROPSICOLÓGICOS POR EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS JÓVENES.

Wendy Garavito<sup>1</sup>

## RESUMEN

El patrón de consumo intensivo intermitente de alcohol (Binge Drinking) se ha consolidado entre adolescentes y jóvenes. Este patrón (BD) ha despertado una fuerte preocupación en la comunidad neurocientífica por su posible impacto en un cerebro aún en maduración. Algunas regiones como el córtex prefrontal y el hipocampo, de maduración más tardía, y los importantes procesos que éstas organizan, parecen diana especial de la acción del alcohol. El cerebro del adulto joven sufre cambios dinámicos en muchos aspectos. El consumo excesivo de alcohol es común y tiene efectos neurológicos. Se necesita indagar más para comprender los factores de riesgo y protección del consumo de alcohol entre los jóvenes, y las consecuencias del consumo continuado están bajo investigación en curso. El uso de sustancias de inicio temprano se asocia con una mayor probabilidad de adicción, pero los cambios estructurales en el cerebro se pueden restaurar con períodos de abstinencia tan largos como sea posible.

**Palabras Clave:** Alcohol, adicción, jóvenes, cerebro.

## ABSTRACT

The pattern of intermittent intensive consumption of alcohol (Binge Drinking) has been consolidated among adolescents and young people. This pattern (BD) has aroused strong concern in the neuroscientific community due to its possible impact on a still maturing brain. Some regions such as the prefrontal cortex and the hippocampus, which mature later, and the important processes that are organized, seem to be special targets for the action of alcohol. The young adult brain undergoes dynamic changes in many ways. Excessive alcohol consumption is common and has neurological effects. More research is needed to understand the risk and protective factors of alcohol use among youth, and the consequences of continued use are under ongoing investigation. Early-onset substance use is associated with a higher likelihood of addiction, but structural changes in the brain can be restored with periods of abstinence as long as possible

**Keywords:** Alcohol, addiction, youth, brain.

<sup>1</sup>Estudiante de Licenciatura en Psicología de la Universidad Bicentennial de Aragua, Venezuela, [wengaravito3@gmail.com](mailto:wengaravito3@gmail.com)

## Introducción

El consumo de sustancias adictivas por la población joven constituye un creciente problema de origen multifactorial que excede al ámbito científico, con un impacto social y sanitario considerables y unas connotaciones legales, educativas y políticas que exigen un análisis minucioso desde diferentes perspectivas. Entre dichas sustancias, el alcohol se mantiene como la droga más consumida por los jóvenes. A ello, contribuyen factores sociales (como la enorme tolerancia y/o aceptación social respecto a su consumo y, en consecuencia, su fácil accesibilidad); así como, factores individuales, ya que el alcohol permite la adquisición de habilidades sociales que facilitan las relaciones de los adolescentes y, por tanto, la asociación entre consumo de alcohol y diversión, tiende a establecerse como referente cultural para muchos adolescentes.

El sistema nervioso central, es muy sensible a los efectos del alcohol. Hay una depresión general dependiente de la dosis, que comienza con una sedación suave y va llevando a la anestesia, al coma e incluso la muerte. Las propiedades estimulantes atribuidas al alcohol son el resultado de la depresión de áreas cerebrales responsables de los mecanismos inhibidores. Como resultado de ello algunas partes del cerebro y sus conductas asociadas quedan liberadas del freno inhibitorio.



De hecho, actualmente sabemos que el alcohol es una droga psicótropa, depresora del sistema nervioso central (SNC), con acción reforzante positiva y con capacidad de crear tolerancia y dependencia psicofísica y adicción. La acción depresora del etanol sobre el SNC y su capacidad para afectar las funciones cognitivas, perceptivas y reducir las capacidades motoras, hace que su consumo esté relacionado con aumentos en accidentes laborales y de circulación. Además, a diferencia de otras sustancias adictivas, el etanol es un tóxico celular, lo que conlleva a que su consumo ocasione graves alteraciones en un gran número de

tejidos y sistemas del organismo, con el desarrollo de las consiguientes enfermedades crónicas, incremento en la mortalidad y elevación de los costes sanitarios.

En los jóvenes, el consumo del alcohol se asocia muchas veces con la autodeterminación, la diversión, el ocio y la modernidad, y constituye un elemento que da estatus en su grupo de pertenencia, lo que hace más difícil su eliminación a pesar de las consecuencias negativas derivadas del consumo excesivo.



Por lo anterior expuesto, surge la necesidad de plantear en la presente investigación los siguientes objetivos:

- *Describir los efectos del consumo excesivo de alcohol a nivel neuropsicológico entre los adultos jóvenes.*
- *Relacionar los efectos neuropsicológicos por el consumo de alcohol y sus consecuencias a nivel del bienestar biopsicosocial en los adultos jóvenes.*
- *Descubrir las causas, motivaciones y expectativas que el consumo de alcohol tiene para la juventud.*

## **Revisión Literaria**

Es necesario partir identificando la neuropsicología, la cual según (Kolb & Whishaw, 2002; Rains, 2003) es una Neurociencia que estudia las relaciones entre el cerebro y la conducta, tanto en sujetos sanos como en los que han sufrido algún tipo de daño cerebral.

En ese orden de ideas, la neuromaduración humana, lejos de finalizar en la infancia, se extiende a lo largo de la adolescencia y el inicio de la etapa adulta (Blakemore, 2012; Ostby et al., 2009; Shaw et al., 2008). En este contexto de desarrollo de la estructura y funcionamiento cerebral, el consumo de alcohol puede ejercer un poderoso impacto negativo sobre el proceso neuromadurativo y, en consecuencia, alterar el funcionamiento normal de procesos cognitivos que son esenciales para una correcta adaptación a la vida adulta

Por otro lado, la juventud según (Casey, Giedd y Thomas, 2000) es un período marcado por profundos cambios en el cerebro, necesarios para el funcionamiento apropiado de funciones cognitivas tales como, la memoria de trabajo o el control inhibitorio

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1991) define al alcoholismo o síndrome de dependencia como “un estado de cambio en el comportamiento de un individuo, que incluye, además de una alteración que se manifiesta por el consumo franco de bebidas alcohólicas, una continuidad de este consumo de manera no aprobada en su ambiente socio-cultural, a pesar de las dolorosas consecuencias directas que puede sufrir...” (OMS 1991).



En efecto, (Everitt et al., 2008, Koob y Le Moal, 2008) explican que el consumo abusivo de alcohol conlleva una serie de alteraciones estructurales y funcionales del sistema nervioso central, y, aunque estas últimas muestran una importante variabilidad en cuanto a la presencia y gravedad de los déficits cognitivos, se estima que entre el 50 % y el 80 % de las personas con trastornos por abuso de alcohol, experimentan un deterioro cognitivo que puede ir desde leve a severo (Bates, Bowden y Barry,2002).

Allen et al., (2011) investigaron las posibles consecuencias de la exposición al alcohol en algunas de las estructuras del cerebro adulto que regulan el eje hipotalámico-pituitario-adrenal. Específicamente, midieron las respuestas de los circuitos centrales, conocidas para regular el sistema de respuesta al stress, tales como, el núcleo para-ventricular del hipotálamo y las regiones adrenérgicas del tronco cerebral (que fornecen catecolaminas a los núcleos para-ventriculares).

Según (Oliva, 2007) destaca que existen afectaciones mayormente en el prefrontal asociado a las funciones ejecutivas, la consecución de recompensas, capacidad de resolver problemas y el control sobre la impulsividad, por lo cual, en este estudio se determinará cual es la prevalencia de los estudios que abordan sobre esta problemática

## **Metodología**

Se optó como desarrollo metodológico por una revisión documental, basada en una recopilación bibliográfica de evidencia científica, que sirva de base para recabar información sobre el estado actual de los aspectos neuropsicológicos del consumo de alcohol y su impacto en la población adulta joven. Por lo tanto, la revisión de documentos sigue el proceso de selección, organización, análisis e interpretación sistemática de los datos recopilados, con base en los principios planteados por Hurtado (2008), lo que proporciona un punto de partida para crear conexiones teóricas y ampliar las estructuras basadas en la investigación.

En concordancia a los fines de la investigación cualitativa y documental, se empleó la técnica de fichaje para organizar de forma sistemática y sintetizada la información relevante contenida en diferentes fuentes bibliográficas, artículos científicos, libros, revistas y tesis, realizado por diversos autores (Álvarez, 1993).

Por consiguiente, se implementó como instrumentos a las fichas de resumen, los cuales permitieron exponer información clave de los documentos utilizados para

la investigación, así como formar una perspectiva clara, integral y organizada de las fuentes bibliográficas consultadas. Para ello, se utilizó el modelo de Orizaga (2011), para la creación de las respectivas fichas de resumen.

Así mismo, se realizó un cuadro consecutivo a fin de puntualizar las conclusiones y los hallazgos recopilados entre los documentos utilizados para la investigación y desarrollar el objetivo de demostrar la relación entre los efectos y consecuencias neuropsicológicas procedentes al consumo del alcohol en los adultos jóvenes.

Para la realización del estudio, se estableció la muestra a partir de una unidad de análisis para encontrar resultados completos y adecuados en las bases de datos electrónicas. De esta manera, la unidad de análisis presentada en la investigación, abarca 6 elementos para su categorización y descripción de los núcleos temáticos para la selección de los textos y documentos como lo son: el aspecto investigativo, contexto, tiempo, sujeto, objetivos y disciplina, mismos descritos en el Cuadro 1.

**Cuadro 1: unidad de análisis**

| <b>Factores</b>              | <b>Descripción</b>  |
|------------------------------|---|
| <b>Aspecto investigativo</b> | Temas o subtemas en relación al consumo de alcohol y sus consecuencias a nivel neuropsicológico, cognitivo, emocional y problemas asociados al bienestar biopsicosocial en jóvenes adultos. Investigaciones cualitativas y cuantitativas. |
| <b>Contexto</b>              | Estudios nacionales e internacionales   |
| <b>Tiempo</b>                | Intervalo de años desde 2013 al 2023 (período no mayor a 10 años)   |
| <b>Sujeto</b>                | Población de personas que atraviesen la etapa de adultez emergente o temprana   |
| <b>Objetivo</b>              | Generales y específicos que delimitan la investigación  |
| <b>Disciplina</b>            | Áreas o campos de investigación centrada en la neuropsicología, neurociencias y la psicología como disciplinas principales.   |

Fuente: Garavito (2023)

Los pasos efectuados en el estudio, partieron del modelo de investigación documental expuesto por Hoyos (2000), en el que se exhiben cinco procesos principales. Primeramente, se comenzó con la “fase preparatoria” que consistió en la orientación respectiva de la investigación hacia objetivos concretos; se establecieron las unidades de análisis para la muestra teórica dispuestos en núcleos temáticos.

Posteriormente, en la “fase descriptiva” se recolectaron diferentes estudios realizados sobre el tema central en función de encontrar evidencias actuales, ampliar las perspectivas psicológicas, biológicas, sociales y metodológicas, así como, conocer los referentes teóricos integrados por los autores en los documentos consultados. En el tercer proceso denominado la “fase interpretativa”, se abordaron las unidades de análisis para examinar y sustentar la información en los núcleos temáticos planteados, los cuales permitieron formar una síntesis de los aspectos más relevantes sostenidos en cada uno de las fuentes recopiladas para el estudio, para ello se registró la información principalmente, en las fichas resumen.

Para el cuarto proceso, en la “fase de construcción teórica global” se realizó un cuadro consecutivo como resultado de las búsquedas para integrar el análisis e interpretación de los hallazgos documentados, así como, presentar las nuevas tendencias, logros o limitaciones del estado actual acerca de los estudios neuropsicológicos y su relación con el consumo del alcohol permitiendo orientar y desplegar las novedosas líneas de investigación dentro del marco actual.

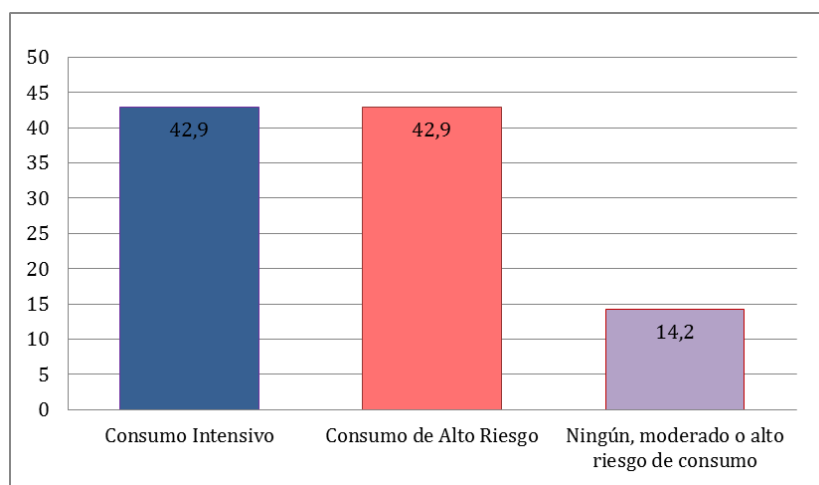
Finalmente, en el último proceso de la “fase de extensión y publicación”, el valor radica en la finalidad académica del presente estudio para ampliar los conocimientos científicos, generar reflexiones teóricas e intervenciones que pueden ser oportunas para abordar la concientización en la población venezolana de adultos jóvenes acerca del consumo del alcohol y sus repercusiones en los factores neuropsicológicos capaces de incidir sobre el bienestar biopsicosocial de los

individuos que reporten un consumo excesivo, diario o sin control acerca del consumo de alcohol.

## Resultados

En base a los siete (7) documentos seleccionados que componen la muestra teórica de la revisión documental, se elaboró una organización y síntesis de la información destacada a partir de las fichas de resumen. En la Gráfica 1, tras la revisión documental y las fichas de resumen, se efectuó el análisis de frecuencias, sobre los efectos del consumo de alcohol de acuerdo a sus distintos niveles que fueron determinantes dentro de los aspectos neuropsicológicos presentados en la población de adultos jóvenes.

Gráfico 1. Nivel de consumo de alcohol entre los adultos jóvenes



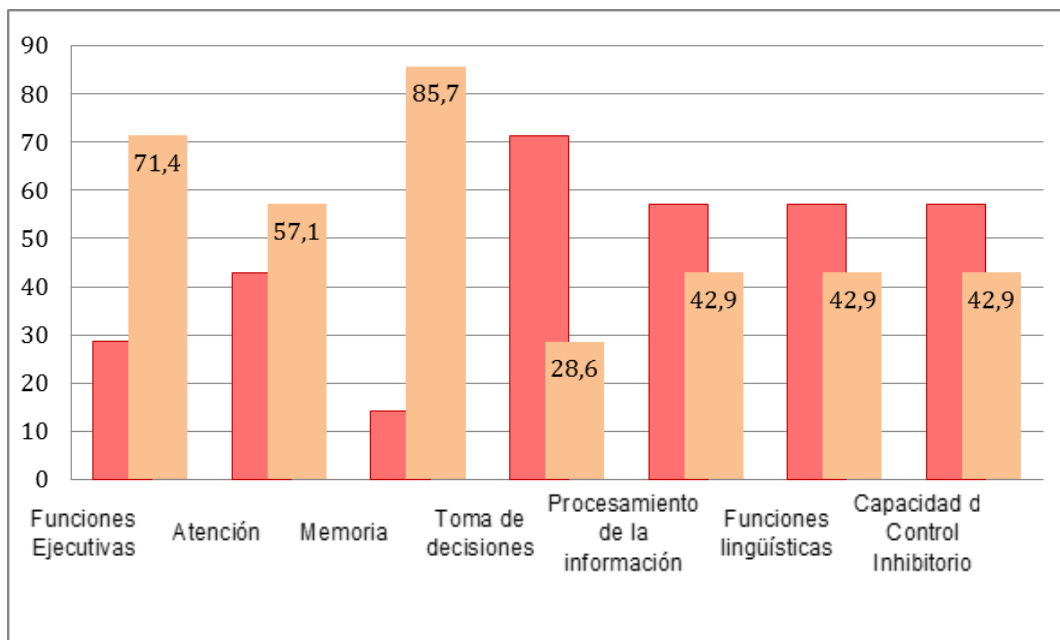
Fuente: Garavito (2023)

Del total de artículos revisados, un 42,9% (n=3) correspondió a un abordaje desde un consumo intensivo de alcohol, representado por jóvenes que ingieren sustancias alcohólicas de forma excesiva en un corto período de tiempo o en un único momento, siendo una práctica denominada “binge drinking” experimentada en los jóvenes al superar las unidades estándar de 4 a 5 bebidas entre las mujeres y hombres respectivamente, promoviendo alteraciones tanto en la atención, como en



las funciones ejecutivas (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, 2004). En tanto que otros estudios en igual proporción, con un 42,9%, realizaron abordajes en el consumo de alto riesgo y uno (n=1), conformando el 14,2% abordó los distintos niveles de consumo para comparar los efectos neuropsicológicos (Díaz-Carmargo et al., 2018).

Gráfico 2. Áreas neuropsicológicas

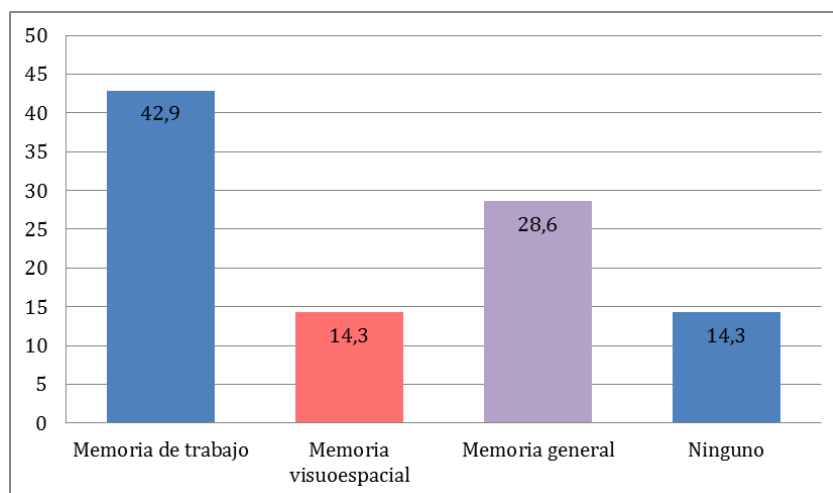


Fuente: Garavito (2023).

Partiendo de los documentos consultados, los efectos del consumo de alcohol en sus diferentes niveles, entre intensivos y de alto riesgo, son condiciones influyentes para generar múltiples afectaciones a niveles neuropsicológicos, por lo que, a lo largo de la revisión documental, se ha obtenido una destacada prevalencia en áreas afectadas como la memoria, adquiriendo una totalidad del 85,7% (n=6), siendo un área ampliamente abordada en los trabajos consultados. Seguidamente, las funciones ejecutivas con un índice del 71,4% (n=5), figura como el segundo aspecto neuropsicológico más afectado tras el consumo de alcohol en los jóvenes, así como la atención con un 57,1% (n=4).

Por otra parte, en el Gráfico 2 se observa que las capacidades como el procesamiento de la información, funciones lingüísticas y la inhibición, presentan una prevalencia equitativa del 42,9% (n=3), siendo la toma de decisiones la más baja con un 28,6% (n=2). Sin embargo, las últimas áreas mencionadas, se relacionan con las funciones ejecutivas, misma que es desarrollada en la mayoría de los trabajos documentados y son integrados como elementos esenciales en la capacidad de adaptación del joven hacia situaciones específicas, resolver problemas de manera eficaz, mantener una fluidez comunicacional y en promover o no un comportamiento rígido en el adulto joven en esferas de su campo social y profesional (Serrano y Ramos, 2019).

Gráfico 3. Tipo de memorias implicadas en el consumo de alcohol señaladas

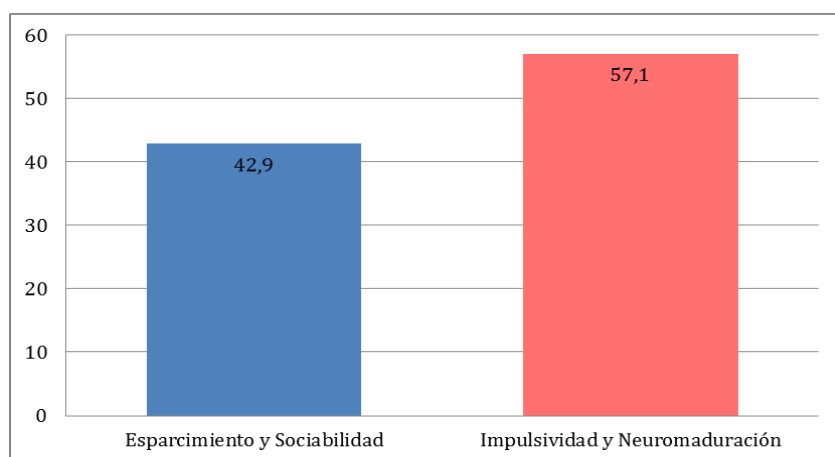


Fuente: Garavito (2023).

Entre los trabajos que relacionan la memoria como la principal dimensión neuropsicológica afectada tras el consumo de alcohol entre los adultos jóvenes, se encuentra una tendencia a un bajo rendimiento en la memoria de trabajo, siendo recopilado entre un 42,9% (n=3) en los textos, asociado a una limitación del joven para generar conductas organizadas, así como adquirir nuevos aprendizajes y desenvolverse de manera adecuada y congruentes al entorno (Serrano y Ramos,

2019). En tanto, el menos explorado fue la memoria visoespacial, con un índice del 14,3% (n=1), siendo un área que, de manera conjunta con la memoria de trabajo, da lugar a una disminución del desempeño óptimo para ejecutar acciones, manipular objetos y seguir adecuadamente los pasos de una actividad concreta (Calvo, 2003).

Gráfico 4. Causas y motivaciones que estimula a los jóvenes la práctica de consumo de alcohol



Fuente: Garavito (2023).

Como parte del objetivo de demostrar las causas y motivaciones de los adultos jóvenes para el consumo de alcohol, se evidencia una mayor propensión en los textos del 57,1% (n=4) a los procesos neuromadurativos contemplados en la etapa transicional entre la adolescencia y la adultez como la principal causa al consumo de alcohol, puesto que las estructuras corticales como la prefrontal aún no alcanzan su completa maduración hasta la edad de los 25 años, por ende, quienes están por debajo del umbral de edad señalada, los jóvenes se relacionan a una mayor tendencia a la toma de riesgos, ante la impulsividad, egocentrismo o siendo sesgados por sus experiencias emocionales, lo que es concerniente a las evidencias presentadas en estudios contemplados de Izurieta (2023) y Rodríguez (2019).

De este modo, la mayor parte de los adultos jóvenes son vulnerables al abuso de sustancias alcohólicas, debido al proceso madurativo cerebral que atraviesan al



proyectar un menor control en la inhibición conductual, y donde su transición a la adultez emergente y temprana, surgen profundos cambios personales y sociales que motivan a los jóvenes a incluirse dentro de actividades o conductas riesgosas, como la prevalencia expuesta de un 42,9% (n=3), correspondiente a que los jóvenes tienen la motivación de consumir alcohol como una actividad de esparcimiento, diversión y del cual promueve

un efecto de desinhibición social y psicológico que juega un papel clave en la expectativa frente al consumo, permitiendo una mayor apertura a la sociabilidad, como hacia las prácticas sexuales frecuentemente riesgosas (Izurieta, 2023).

Por ende, es significativo subrayar que en base a la revisión documental, partiendo de las unidades de análisis, núcleos temáticos y la ubicación de las revistas, artículos e investigaciones en las bases de datos consultadas, conforman los elementos principales para la implementación de un cuadro consistente, que permita generar interpretaciones y reflexiones teóricas correspondientes al enfoque establecido en el estudio, así como realizar la tarea de correlacionar los efectos y consecuencias neuropsicológicas asociadas al consumo de alcohol, a partir de documentados hallazgos, que a la vez permitieron ampliar conocimientos, postulados y evidencias científicas sobre el estado actual de los hechos mencionados.

## **Discusión**

A lo largo de la investigación documental, se ha centrado en construir una concepción amplia y holística sobre los efectos neuropsicológicos inducidos por el

consumo de alcohol y sus consecuencias en un grupo de jóvenes que, al reflexionar sobre la evidencia generada por el estudio, permitió incluir aspectos de la prevalencia del consumo de alcohol en diferentes niveles y ampliar las líneas de investigación para realizar los abordajes necesarios en las poblaciones y comunidades más vulnerables minimizando los riesgos potenciales asociados a tales prácticas.

En concordancia, resulta oportuno generar futuras investigaciones en relación al tipo de sustancia, tiempo y frecuencia en el que es realizada la práctica del consumo de alcohol entre los adultos jóvenes, concretamente en las regiones andinas, como el estado Táchira, a fin de descubrir el nivel de incidencia al alcohol que poseen los adultos jóvenes. Y conocer a partir de la creación de un instrumento, las capacidades neuropsicológicas actualmente estudiadas y lograr analizar los efectos propiamente del alcohol frente a las funciones ejecutivas, memoria, atención, lenguaje y en otras dimensiones adaptada a las capacidades de la población, a fin de determinar las alteraciones neuropsicológicas, ampliar las líneas de investigación propias de la presente disciplina y aportar medidas de intervención psicológicas oportunas para ser englobado al contexto venezolano, en conjunto a que promueva una mayor extensión del ejercicio de la psicología de la salud en Venezuela.

## **Conclusiones**

Durante la investigación documental, se centró en crear una comprensión amplia e integral de los efectos neuropsicológicos del consumo de alcohol y sus consecuencias para los adultos jóvenes, lo que, con base en la evidencia desarrollada en el estudio, se logró incluir aspectos relevantes de la prevalencia del consumo de alcohol en sus diferentes niveles y ampliar las líneas de investigación para implementar los abordajes necesarios en las poblaciones y comunidades más vulnerables, que representan un gran número de personas propensas a conductas adictivas o trastornos de consumo alcohólicos, que son jóvenes emergentes y

adultos jóvenes expuestos a un boom social que normaliza el consumo excesivo de alcohol y minimiza los riesgos potenciales de tales prácticas.

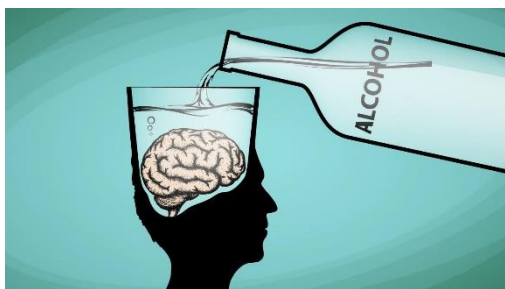
De esta forma, el objetivo es proponer un plan de intervención psicopedagógica para disminuir las consecuencias del abuso del alcohol, de manera que la población venezolana pueda contribuir al desarrollo físico y psicológico de las futuras generaciones, quienes crecerán en un ambiente donde mayoritariamente las actividades de ocio incluyen sustancias alcohólicas con la finalidad de concebir disfrute y celebración en momentos específicos, siendo la población de jóvenes adultos, propensos a adquirir el hábito moderno del “binge drinking” o consumo intensivo de alcohol que, desarrollado a lo largo de la investigación, es capaz de generar mayores afectaciones neuropsicológicas importantes que van desde estructuras cerebrales hasta consecuencias cognitivas, sociales y afectivas.

## Referencias

Calvo, H. (2003). **Alcohol y neuropsicología. Trastornos adictivos**, 5(3), 256-268. Doi: 10.1016/S1575-0973(03)70118-4

Hoyos, C. (2000) **Un modelo para la investigación documental**. Señal Editora.  
Oliva, A. (2007) Desarrollo cerebral y asunción de riesgos durante la adolescencia. *Apuntes de Psicología*, 25(3), 239-254. Recuperado de <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/77/79>

Orizaga, C. (2011) **Tipos o clases de fichas bibliográficas**. Universidad Autónoma de Nayarit.



"El consumo de alcohol en adultos jóvenes puede tener efectos devastadores en el desarrollo del cerebro, alterando la memoria, el aprendizaje y la toma de decisiones. Es crucial crear conciencia sobre estos riesgos y promover un consumo responsable para proteger la salud mental de las futuras generaciones."

Dr. David Linden, profesor de neurociencia en la Universidad Johns Hopkins