

Precopeo en adolescentes y jóvenes

Marycarmen N. Bustos Gamiño
Jorge A. Villatoro Velázquez



Sesión Académica **De lo micro a lo macro en la prevención del consumo de alcohol**

28 de marzo 2022

¿Qué es el precopeo?

Es la conducta de tomar bebidas alcohólicas antes de asistir a algún evento social o deportivo. También es conocido como pregaming o predrinking.

- Se ha observado que es más frecuente entre adolescentes y jóvenes.
- La prevalencia encontrada va del 30%-80%, con niveles de alcohol en sangre mayores a 0.15g/dl, lo que en la clínica se correlaciona con la pérdida de la coordinación motora y del juicio.
- El precopeo facilita el consumo excesivo de alcohol. En México los estudiantes de secundaria y bachillerato presentan un consumo excesivo de 40.8%, mientras que en países de Latinoamérica llega hasta el 70% en países como Belice y Uruguay.



Razones

- Facilitar la socialización
- Encontrar pareja
- Mejorar el desempeño sexual
- Manejar barreras para el consumo (principalmente en menores de edad)
- Ahorrar dinero (gastar menos en el bar)
- Disminuir la ansiedad, afrontar o regular sus emociones negativas
- Creencias positivas que existen hacia el consumo de alcohol
- Baja percepción de riesgo para el consumo de alcohol
- Tolerancia hacia el consumo de alcohol, principalmente de los amigos



Consecuencias

- Pérdida de memoria
- Mayor riesgo de vivir agresiones físicas o sexuales
- Involucrarse en peleas
- Lastimar a alguien más
- Tener problemas con los amigos o familia debido al consumo
- Accidentes de tránsito
- Intoxicación alcohólica
- Caídas
- Absentismo escolar o laboral
- Problemas con la ley
- Pobre autocuidado
- Experimentar sentimientos de tristeza o depresión
- Tomar alcohol de manera más frecuente
- Mezclar las bebidas alcohólicas con bebidas energéticas
- Consumo de drogas
- Prácticas sexuales de riesgo



- Los jóvenes llegan a consumir hasta **7 tragos en un periodo de 3.5 horas**, donde los hombres son quienes consumen más tragos que las mujeres (10.5 versus 8.5 tragos).
- El consumo excesivo de alcohol durante el precoqueo se facilita por los **juegos** utilizados **que incitan a consumir más** copas. Cuando se recurre a los juegos se experimentan más consecuencias negativas en comparación con los días que no recurren a estos juegos.
- Esta conducta suele ser **más frecuente en los adolescentes** en comparación con los de mayor edad (6 versus 3 veces al mes) y llegan a consumir mayor cantidad de alcohol.
- Los jóvenes continúan consumiendo alcohol en el lugar o evento final (después del precoqueo), llegando a consumir en promedio hasta **4 tragos más**, incrementando los niveles de alcohol. Un estudio realizado en bares mostró que el 79% de los participantes recurrió al precoqueo, donde 19% consumió 3-4 tragos previo al llegar al bar mientras que el 11.6% consumió 10 tragos o más previamente.
- Los días de la semana de preferencia para el precoqueo fueron **viernes y sábados**.
- Se realiza en mayor medida con **amigos** y en menor medida en solitario.

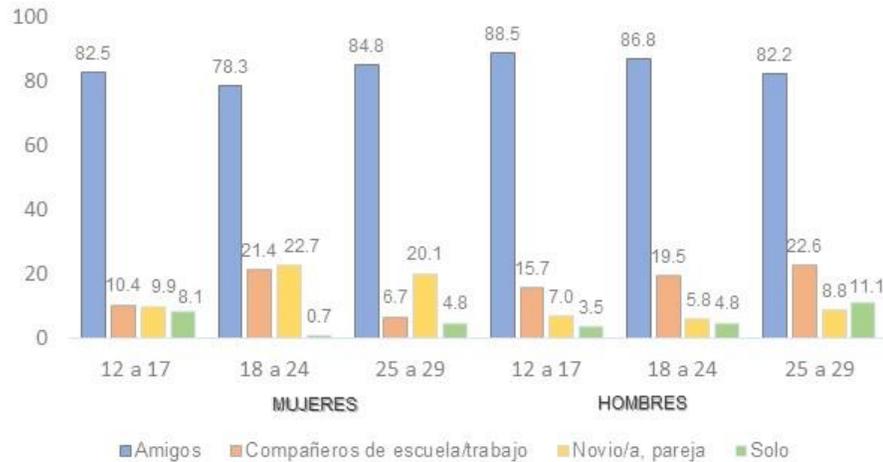


**¿Qué información existe en
México?**

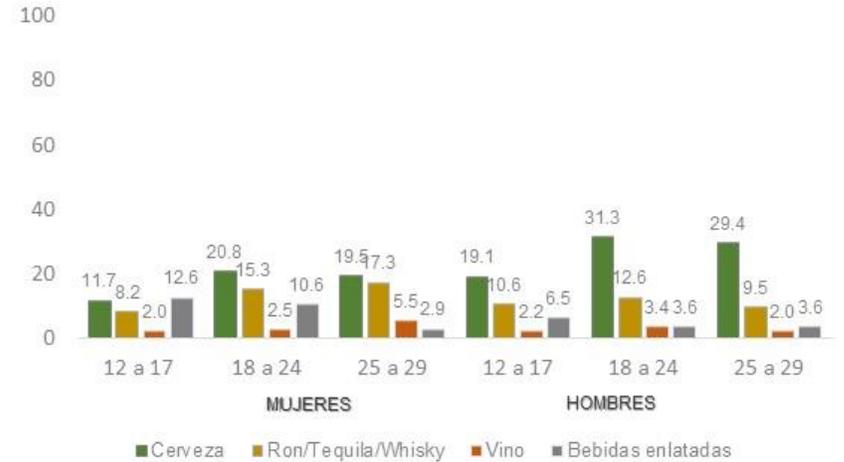


Características de la conducta de precopeo por sexo y grupos de edad

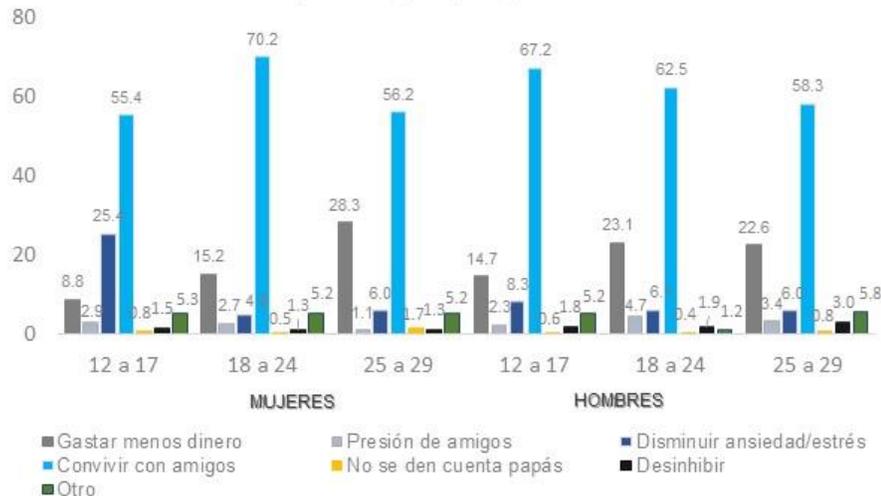
A. Con quién acostumbras precopear



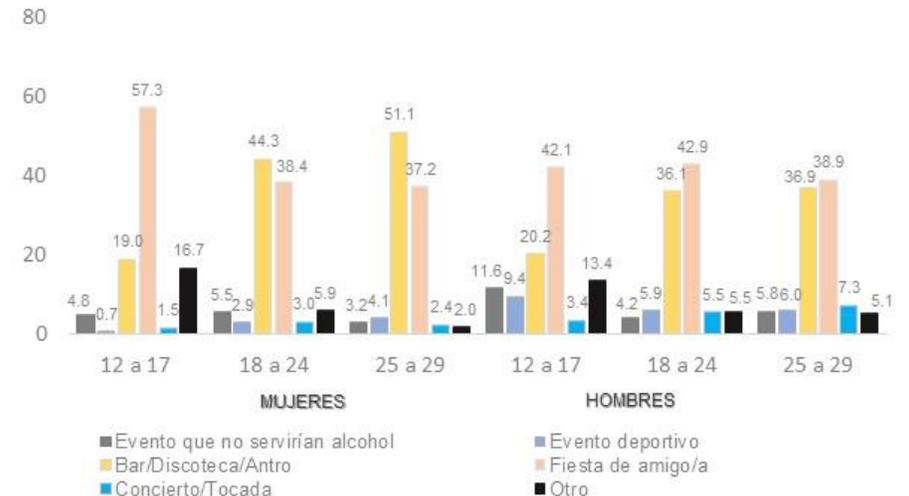
B. Bebida de preferencia en el precopeo



C. Principal razón para precopear



D. Lugar que asistió después de precopear



Factores asociados al precepo en población de 12 a 29 años

	Mujeres								Hombres							
	Alguna Vez				Últimas 4 semanas				Alguna Vez				Últimas 4 semanas			
	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%
Edad																
12 a 17	128	28.2	1.00		92	22.5	1.00		231	31.5	1.00		152	20.2	1.00	
18 a 24	311	29.5	1.07	0.79-1.44	174	16.7	0.78	0.57-1.09	626	40.6	1.21	0.99-1.49	385	25.4	1.16	0.91-1.49
25 a 29	173	22.7	0.85	0.60-1.20	66	9.5	0.48	0.29-0.81**	390	33.7	1.07	0.85-1.35	207	17.4	0.86	0.63-1.19
Índice Socioeconómico																
Bajo	81	17.7	1.00		39	10.6	1.00		217	33.0	1.00		122	16.7	1.00	
Medio bajo	148	22.2	1.14	0.73-1.78	81	11.2	1.04	0.52-2.08	279	31.9	1.01	0.78-1.31	167	20.3	1.26	0.87-1.83
Medio	137	26.7	1.35	0.87-2.10	62	12.8	1.11	0.52-2.37	275	34.4	1.07	0.84-1.35	158	18.7	1.17	0.84-1.64
Medio alto	126	31.2	1.48	0.95-2.31	83	19.1	1.45	0.77-2.75	255	37.3	1.11	0.86-1.42	157	20.3	1.16	0.82-1.64
Alto	120	35.8	1.74	1.11-2.73*	67	20.6	1.68	0.86-3.27	215	49.9	1.43	1.11-1.86**	136	33.5	1.97	1.40-2.75***
Percepción de riesgo																
Bajo	392	28.2	1.00		216	16.7	1.00		859	38.1	1.00		521	22.8	1.00	
Muy peligroso	220	24.8	0.98	0.77-1.25	116	11.8	0.84	0.58-1.21	388	35.8	0.96	0.80-1.15	223	20.7	0.92	0.71-1.21
Tolerancia de la Familia al consumo de alcohol																
Lo vería mal	441	22.7	1.00		232	11.8	1.00		924	35.0	1.00		556	20.6	1.00	
Lo vería bien	170	42.4	1.52	1.18-1.97**	100	26.3	1.54	1.09-2.18*	318	46.4	1.13	0.95-1.36	186	27.9	1.16	0.88-1.52
Tolerancia del mejor amigo al consumo de alcohol																
Lo vería mal	233	19.8	1.00		112	7.7	1.00		433	30.3	1.00		263	17.8	1.00	
Lo vería bien	372	33.8	1.38	1.06-1.79*	219	21.9	2.16	1.47-3.20***	804	42.4	1.26	1.06-1.50*	476	25.3	1.23	0.95-1.58
Malestar Emocional																
Ausente	569	26.3	1.00		305	14.2	1.00		1 203	36.7	1.00		711	21.3	1.00	
Presente	43	40.2	1.71	1.09-2.66*	27	28.9	2.07	1.35-3.18**	44	58.5	1.65	1.17-2.32**	33	50.1	2.50	1.58-3.96***

PR- Razón de prevalencias. Diferencia significativa * p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001



Consecuencias asociadas al precopeo en mujeres de 12 a 29 años

MUJERES	Intento suicida				Conducta antisocial				Consumo de drogas alguna vez				Consumo excesivo de alcohol			
	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%
Precopeo alguna vez																
No	43	1.8	1.00		102	4.8	1.00		307	20.3	1.00		808	46.8	1.00	
Sí	31	4.1	1.30	0.49-3.43	53	9.9	2.25	0.87-5.84	179	32.9	1.41	1.06-1.86*	405	69.6	2.78	2.26-3.43***
Edad																
12 a 17	40	8.0	1.00		73	12.4	1.00		129	35.9	1.00		230	55.6	1.00	
18 a 24	21	1.8	0.41	0.15-1.09	58	6.3	0.76	0.45-1.31	243	26.3	0.87	0.62-1.23	577	54.9	0.86	0.70-1.06
25 a 29	13	1.2	0.27	0.08-0.89*	24	3.8	0.49	0.17-1.44	114	15.6	0.54	0.34-0.85**	406	49.2	0.68	0.50-0.92*
Índice Socioeconómico																
Bajo	20	4.4	1.00		23	7.4	1.00		98	20.8	1.00		228	54.9	1.00	
Medio bajo	19	2.0	0.41	0.18-0.95*	52	7.2	1.00	0.37-2.67	128	23.4	1.04	0.72-1.50	315	45.7	1.09	0.78-1.52
Medio	15	2.4	0.37	0.13-1.08	37	6.5	0.66	0.22-1.98	127	29.6	1.37	0.99-1.91	275	54.0	1.13	0.81-1.59
Medio alto	12	2.6	0.58	0.22-1.51	25	5.2	0.66	0.21-2.08	75	24.7	1.09	0.70-1.69	234	55.5	1.22	0.85-1.75
Alto	8	1.0	0.24	0.09-0.67**	18	4.7	0.59	0.18-1.91	58	19.1	0.86	0.55-1.35	160	56.0	1.07	0.75-1.52
Malestar Emocional																
Ausente	49	1.6	1.00		125	5.2	1.00		441	22.2	1.00		1 149	52.5	1.00	
Presente	25	18.7	7.37	2.79-19.45***	30	26.1	3.47	1.72-6.99**	45	56.5	2.00	1.46-2.75***	64	61.7	1.27	1.01-1.60*

PR- Razón de prevalencias. Diferencia significativa * p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001



Consecuencias asociados al precopeo en hombres de 12 a 29 años

	Intento suicida				Conducta antisocial				Consumo de drogas alguna vez				Consumo excesivo de alcohol			
	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%	n	%	PR	IC 95%
MUJERES																
Precopeo alguna vez																
No	24	0.5	1.00		269	10.8	1.00		650	29.5	1.00		1 247	59.4	1.00	
Sí	15	1.4	3.05	1.00-9.29*	264	22.1	2.30	1.76-3.01***	510	39.2	1.39	1.17-1.66***	877	72.6	1.78	1.57-2.02***
Edad																
12 a 17	10	0.8	1.00		170	23.4	1.00		213	31.6	1.00		378	54.7	1.00	
18 a 24	18	0.9	1.57	0.48-5.17	239	14.8	0.62	0.47-0.81***	597	37.3	1.15	0.94-1.41	1 041	66.5	1.11	0.93-1.32
25 a 29	11	0.7	0.80	0.17-3.75	124	13.0	0.57	0.41-0.78**	350	27.1	0.84	0.66-1.07	705	63.5	1.12	0.94-1.35
Índice Socioeconómico																
Bajo	13	1.7	1.00		106	15.7	1.00		242	33.6	1.00		395	59.4	1.00	
Medio bajo	11	1.1	0.46	0.11-1.93	149	13.8	0.84	0.58-1.21	315	34.3	0.98	0.77-1.25	552	60.7	0.85	0.69-1.05
Medio	8	1.1	0.80	0.21-3.07	104	12.6	0.84	0.57-1.24	245	29.9	0.91	0.73-1.14	469	61.0	0.89	0.73-1.10
Medio alto	2	0.1	0.04	0.01-0.27**	99	18.5	1.20	0.79-1.81	197	33.1	0.99	0.78-1.26	383	68.1	1.17	0.97-1.42
Alto	5	0.3	0.20	0.04-1.03	71	15.0	0.90	0.57-1.41	157	34.6	0.97	0.75-1.26	320	72.9	0.97	0.78-1.21
Malestar Emocional																
Ausente	23	0.5	1.00		488	14.5	1.00		1 093	32.7	1.00		2 056	64.1	1.00	
Presente	16	12.5	16.40	4.46-60.27***	45	31.6	1.72	1.00-2.95*	67	50.2	1.49	0.92-2.44	68	73.9	0.86	0.49-1.51

PR- Razón de prevalencias. Diferencia significativa * p < 0.05; ** p < 0.01; *** p < 0.001



Conclusiones

- Una tercera parte de la población joven en México ha precopeado.
- El precopeo se asocia con episodios de consumo excesivo de alcohol, consumo de drogas e intento suicida.
- Los adolescentes muestran mayor porcentaje de precopeo, que debido al consumo temprano puede ocasionar un mayor riesgo a futuro. Un mayor porcentaje de adolescentes lo hace para reducir la ansiedad o el estrés en comparación con los de mayor edad.
- Hay una mayor tolerancia en el entorno social hacia el consumo de alcohol y malestar emocional en quienes precopean.

¿Qué es importante para prevenir?

- Trabajar en la tolerancia hacia el consumo de alcohol con el entorno cercano de los jóvenes y adolescentes.
- Promover una red de atención en salud mental de fácil acceso para los jóvenes.
- Trabajar en el desarrollo socioemocional.
- Fortalecer las políticas públicas sobre el consumo de alcohol principalmente en la disponibilidad de las bebidas, como la venta y publicidad, que impacte sobre todo entre la población joven y los menores de edad.

