

El alcohol mata más de lo que se cree: La OMS revela su rol central en accidentes, suicidios y agresiones en Europa

Durante las celebraciones navideñas y de fin de año, es habitual que se registre un alza en el consumo de bebidas alcohólicas, lo que conlleva un incremento proporcional en la probabilidad de sufrir accidentes y otros daños físicos. La Organización Mundial de la Salud para la región europea (OMS Europa) ha advertido sobre este fenómeno, destacando que, según cifras del 2019, cerca del 33 % de las muertes ligadas a traumatismos y actos violentos en Europa tienen como factor de riesgo el consumo de alcohol.

Estos hallazgos se desprenden de un nuevo documento informativo llamado “Lesiones atribuibles al alcohol en la Región Europea de la OMS”, que señala que ninguna otra sustancia psicoactiva tiene una influencia tan marcada en la ocurrencia de incidentes tanto accidentales como intencionales. Esto incluye colisiones vehiculares, caídas desde distintas alturas, quemaduras, intoxicaciones agudas, agresiones entre personas y actos de automutilación. Este efecto es particularmente preocupante en personas menores de 25 años.

Según los registros del 2019, aproximadamente 145.000 fallecimientos por traumatismos en Europa estuvieron asociados al uso de alcohol. Las categorías predominantes fueron los intentos de suicidio, los siniestros viales y las caídas. Es importante recordar que esta región lidera a nivel mundial en consumo per cápita de alcohol, y que esta sustancia contribuye a unas 800.000 muertes al año, es decir, casi el 9 % de todas las defunciones registradas.

Carina Ferreira-Borges, experta de OMS Europa en temas de alcohol y drogas ilegales, aclaró que esta bebida contiene compuestos nocivos, vinculados con al menos siete tipos de cáncer y diversas afecciones crónicas. Además, interfiere con la capacidad de tomar decisiones responsables, disminuye la inhibición social y deteriora la motricidad fina o coordinación, lo que facilita comportamientos imprudentes. Estas alteraciones neurológicas y conductuales explican su estrecha relación con incidentes que, en muchos casos, podrían evitarse.

El documento también enfatiza la conexión entre alcohol y agresividad. En el 2019, hubo unos 26.500 decesos por agresiones entre personas en Europa, y más del 40% se relacionaron con el consumo previo de bebidas alcohólicas.

Del mismo modo, más del 33 % de los fallecimientos por automutilación tuvieron como antecedente el uso de alcohol. La OMS subraya que sus consecuencias no recaen únicamente sobre quien lo ingiere, sino que se extienden a su entorno cercano, con un impacto desproporcionado en mujeres y menores de edad, especialmente en situaciones de violencia intrafamiliar y de pareja.

En cuanto a la población adolescente y joven, el alcohol plantea un peligro especial. Aunque suelen consumirlo con menor regularidad que los adultos, tienden a hacerlo en grandes cantidades en lapsos cortos—lo que se conoce como consumo episódico intensivo—, elevando considerablemente la probabilidad de sufrir accidentes, actos violentos y secuelas duraderas en la salud. Además, iniciar su consumo en edades tempranas puede interferir en el desarrollo cerebral, incrementando el riesgo futuro de padecer trastornos psiquiátricos o adicciones.

El análisis también revela marcadas disparidades entre los países del continente. Las naciones de Europa oriental registran las tasas más altas de mortalidad por traumatismos asociados al alcohol; en algunos casos, superan el 50 % del total, mientras que, en varias naciones del oeste y el sur del continente, esa proporción disminuye por debajo del 20 %.

Frente a esta situación, la OMS propone estrategias con evidencia sólida de efectividad: elevar los impuestos sobre bebidas alcohólicas, restringir los horarios y lugares donde se pueden vender, limitar su promoción comercial, fortalecer las regulaciones contra la conducción bajo sus efectos, y establecer programas de detección y orientación temprana en los sistemas sanitarios. De implementarse con coherencia, estas intervenciones podrían prevenir decenas de miles de muertes cada año y aliviar de manera significativa la carga que el alcohol representa para la salud colectiva.