

Detección y asesoramiento para reducir el consumo no saludable de alcohol

El Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force, USPSTF) recientemente ha publicado recomendaciones sobre la detección y el asesoramiento para reducir el consumo no saludable de alcohol en adultos y adolescentes.

¿Qué es el consumo no saludable de alcohol?

El consumo no saludable de alcohol supone beber más de la cantidad recomendada de alcohol. Esto incluye superar los límites diarios o semanales recomendados así como el **trastorno de consumo de alcohol** (abuso de alcohol y alcoholismo). De acuerdo con el Instituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y el Alcoholismo (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, NIAAA):

- los hombres adultos sanos de entre 21 y 64 años no deben beber más de 4 vasos por día o 14 vasos por semana;
- los hombres adultos sanos de 65 años o más no deben beber más de 3 vasos por día o 7 vasos por semana;
- los hombres adultos sanos de todas las edades no deben beber más de 3 vasos por día o 7 vasos por semana.

Un “vaso” equivale a 12 onzas de cerveza, 5 onzas de vino o 1.5 onzas de licor. Beber demasiado alcohol puede provocar lesiones, enfermedad y muerte prematura. En las mujeres embarazadas y en todas las adolescentes, cualquier consumo de alcohol se considera no saludable. Beber alcohol durante el embarazo puede provocar defectos congénitos y futuros problemas de desarrollo en los niños. Entre los adolescentes, beber y conducir es la principal causa de lesiones y muerte.

¿Qué pruebas se utilizan para detectar el consumo no saludable de alcohol?

Se pueden usar diversos cuestionarios breves en el entorno de atención primaria, como la Prueba de identificación de trastornos de consumo de alcohol: consumo (Alcohol Use Disorders Identification Test–Consumption, AUDIT-C) y el cuestionario de una sola pregunta para la detección del alcohol (Single Alcohol Screening Question, SASQ) recomendado por el NIAAA. El cuestionario que pregunta acerca de la intención de reducir el consumo, la molestia social, la culpa y el consumo de alcohol por la mañana (Cut Down, Annoyed, Guilty, Eye-Opener, CAGE) es una herramienta utilizada para detectar el alcoholismo, pero no registra el espectro completo del consumo no saludable de alcohol.

Los instrumentos de detección también han sido desarrollados específicamente para diversas poblaciones. Los cuestionarios para mujeres embarazadas incluyen el cuestionario sobre tolerancia, preocupación, consumo de alcohol por la mañana, amnesia y reducción del consumo (Tolerance, Worried, Eye-Opener, Amnesia, Kut Down, TWEAK); el cuestionario sobre tolerancia, preocupación, reducción del consumo y consumo por la mañana (Tolerance, Annoyed, Cut Down, Eye-Opener, T-ACE), el cuestionario sobre padres, parejas, pasado y embarazo actual (Parents, Partner, Past, Present Pregnancy, 4PsPlus) y el cuestionario sobre bebedor normal, consumo por la mañana y tolerancia al alcohol (Normal Drinker, Eye-Opener, Tolerance, NET). Un cuestionario para identificar el consumo peligroso de sustancias en los adolescentes es el cuestionario sobre conducción de automóviles, relajación, solo, olvido, familia, amigos, problema (Car, Relax, Alone, Forget, Family, Friends, Trouble, CRAFFT).

¿Cuál es la población de pacientes que se considera para la detección del consumo no saludable de alcohol?

Esta recomendación del USPSTF rige para los adolescentes y los adultos, e incluye a las mujeres embarazadas. No aplica a las personas a quienes ya se les ha diagnosticado abuso de alcohol o alcoholismo.

¿Cuáles son los beneficios y daños potenciales de la detección del consumo no saludable de alcohol?

El beneficio potencial de la detección consiste en identificar a las personas que beben demasiado alcohol y asesorarlas al respecto para que puedan cambiar su comportamiento lo antes posible. No existen estudios que analicen el efecto de la detección del consumo de alcohol, pero hay evidencia de que proporcionar intervenciones de asesoramiento conductual en los adultos de hecho deriva en un menor consumo de alcohol. En las mujeres embarazadas, las intervenciones de asesoramiento breves aumentaron la probabilidad de que las mujeres se abstengan de beber alcohol durante el embarazo. No hay evidencia suficiente sobre los adolescentes. Las intervenciones de asesoramiento conductual incluyen sesiones en persona o en línea que son generalmente cortas (de 1 a 4 sesiones, 2 horas o menos de tiempo de contacto total). La precisión de las pruebas de detección es variable, pero estas son generalmente aceptables para la detección del consumo no saludable de alcohol. Los posibles daños son pequeños e incluyen estigma y ansiedad, así como efectos negativos en la relación entre médico y paciente.

¿Cuán enfática es la recomendación de la detección del consumo no saludable de alcohol?

El USPSTF llegó a la conclusión, con moderada certidumbre, de que existe un beneficio neto moderado al detectar y proporcionar intervenciones de asesoramiento conductual breves con respecto al consumo no saludable de alcohol en el entorno de atención primaria en adultos de 18 años o más, incluidas las mujeres embarazadas. La evidencia es insuficiente para ponderar los beneficios en comparación con los daños de la detección en adolescentes de entre 12 y 17 años.

Detección y asesoramiento para reducir el consumo no saludable de alcohol

El consumo no saludable de alcohol es un problema entre los adolescentes y adultos, y las intervenciones de asesoramiento conductual breves pueden ser de ayuda.



Población

Adolescentes y adultos, incluidas las mujeres embarazadas



Recomendación del USPSTF

No hay evidencia suficiente para derivar una conclusión sobre la detección del consumo no saludable de alcohol en los adolescentes de entre 12 y 17 años.



Los médicos deben detectar el consumo no saludable de alcohol en los adultos de 18 años o más, incluidas las mujeres embarazadas, y proporcionar intervenciones de asesoramiento conductual breve a quienes obtienen resultados positivos.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU. (US Preventive Services Task Force)

www.uspreventiveservicestaskforce.org/Page/Document/UpdateSummaryFinal/unhealthy-alcohol-use-in-adolescents-and-adults-screening-and-behavioral-counseling-interventions

Autora: Dra. Jill Jin, MPH

Fuente: US Preventive Services Task Force. Screening and behavioral counseling interventions to reduce unhealthy alcohol use in adolescents and adults: US Preventive Services Task Force recommendation statement (Detección e intervenciones de asesoramiento conductual para reducir el consumo no saludable de alcohol en adolescentes y adultos: declaración de recomendación del Equipo de Trabajo de Servicios Preventivos de los EE. UU.) [publicado el 13 de noviembre de 2018]. *JAMA*. doi:10.1001/jama.2018.16789

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.