



### Costos y problemas de abuso de sustancias

El abuso de drogas y alcohol en Estados Unidos ha aumentado debido a los prolongados factores de estrés del año pasado. El abuso de sustancias continúa afectando a todos los niveles de nuestra sociedad. Los negocios, las familias, las comunidades y las personas se ven perjudicadas por el uso de sustancias legales e ilegales.

El uso de alcohol, tabaco y otras drogas le cuesta a los Estados Unidos más de \$610 mil millones por año en gastos de atención médica, actividad delictiva, reducción de la productividad y pérdida de salarios, y estos costos están en aumento.

Además de la carga económica, el uso prolongado de drogas y alcohol redundará en diversas condiciones de salud graves para las personas. Personas de todas las edades corren riesgos de sufrir sobredosis, lesiones accidentales e intentos de suicidio.

### Más usuarios que se inician

La experimentación con drogas y alcohol suele comenzar en la adolescencia, pero el estrés del 2020 provocó que personas de todas las edades comenzaran a consumir por primera vez.

Los adultos mayores que comenzaron a probar drogas adictivas representan un grupo en aumento y extremadamente vulnerable. Los cambios fisiológicos que se producen como parte del proceso natural de envejecimiento dan lugar a un mayor consumo de diversos medicamentos, sensibilidad a las drogas y al alcohol, y la posibilidad de que ocurran trastornos de salud concomitantes; así, el riesgo y las consecuencias de padecer trastornos por uso de sustancias se magnifican.

### Consecuencias del COVID-19

Recién estamos comenzando a ver el resultado del abuso extendido de drogas y alcohol en 2020 y las consecuencias más perjudiciales no aparecerán sino hasta dentro de varios años. Esto se debe, de hecho, a que algunas sustancias pueden provocar consecuencias inmediatas tanto crónicas como agudas (como sucede con el alcohol), pero los impactos negativos de otras (como el tabaco) se observan única y principalmente después del uso prolongado.

La tasa de mortalidad de los adictos ya comenzó a subir y, dado que la muerte prematura es en función del abuso de sustancias y del estilo de vida, se prevé que la tasa de mortalidad por envenenamiento accidental y sobredosis aumente. El COVID-19 fue, en efecto, un "terremoto en el océano" y la propagación del abuso de sustancias y otros problemas relacionados serían el tsunami.

A este problema se suma el incremento de casos de recaídas en el consumo de drogas y alcohol y la reducción de personas que habían dejado de consumir en 2020. Aunque muchos adultos logran "dejar" el consumo excesivo de bebidas y drogas ilícitas cada año, eso no sucedió en el año del COVID-19.

### Problemas relacionados con el abuso de sustancias

Algunas de las condiciones de salud física y mental y otros problemas asociados con la proliferación del abuso de sustancias en todo el país son los aumentos de:

- Lesiones accidentales
- Accidentes automovilísticos
- Casos de abuso físico/sexual

- Muertes por envenenamiento/sobredosis
- Enfermedades de transmisión sexual
- Problemas respiratorios
- Diagnósticos relacionados con dolores
- Pensamientos/conductas suicidas
- Trastornos internalizantes
- Depresión
- Ansiedad
- Trastorno de conducta/actividad delictiva
- Cánceres
- Enfermedades cardíacas
- Daño fetal
- Enfermedad/daño hepático

El abuso de sustancias sigue siendo un área de gran preocupación en Estados Unidos debido a todas las consecuencias a corto y largo plazo causadas por uno de los años más difíciles de la historia de nuestra nación.

### **Accidentes, violencia y suicidio**

Las principales causas de muerte entre los jóvenes estadounidenses, como los accidentes automovilísticos y el suicidio, se multiplican con el abuso de sustancias. Se sabe que los menores de edad que beben y los adolescentes que consumen drogas son motivo de un mayor riesgo de lesiones y violencia. Cuando los jóvenes vieron cómo los adultos enfrentaron el estrés del año 2020 recurriendo al abuso de

sustancias y a conductas públicas agresivas, recibieron el mensaje de que esas conductas reactivas son aceptables, lo cual incrementó el uso de drogas por parte de los jóvenes.

Muchos estadounidenses, jóvenes y ancianos, están padeciendo ansiedad relacionada con el trastorno de estrés postraumático a causa de los factores estresantes del año 2020. Realmente ha sido un año de acontecimientos traumáticos y la relación entre el trauma y el abuso de sustancias es bidireccional.

### **Una respuesta adecuada**

El consumo excesivo de drogas y alcohol hace más difícil manejar los acontecimientos estresantes y, a su vez, las personas que sufrieron un evento traumático suelen afrontar los síntomas (como insomnio, estado hiperalerta, pensamientos intrusivos) mediante el consumo de drogas y alcohol. Esto da lugar a un círculo vicioso que debe cesar. Beber, fumar y/o consumir drogas de forma continua exacerba diversos problemas y satura los servicios de atención médica de Estados Unidos. Debe hacerse algo con respecto al abuso masivo de sustancias como una forma de afrontar las dificultades de la vida.

Se deben hacer más estudios para comprender de qué forma las variables externas, como los virus, los conflictos sociales, las guerras, las recesiones económicas y las redes sociales, influyen en el consumo de drogas y alcohol, en la percepción del consumo de sustancias y en el bienestar físico y mental. Todos tenemos el deber de apoyar investigaciones que analicen los riesgos y los factores de protección para saber cómo afrontar mejor los factores de estrés de la vida.