

# ALKO HOLAZ, KONTUZ!

Lur Mallea

Azken ikerketen arabera, gizonek baino gutxiago edanda ere emakumeek lehenago nozitzen dute alkoholaren eragina. Horren ondorioz, emakumeek lehenago sufritzen dituzte alkohol gehiegi edateak sortzen dituen kalteak. Arrisku-foku nagusiak giltzurrunak, bihotza eta odol-zirkulazioa izaten dira, baita burmuina ere, oraintsu jakin ahal izan denez. Euskadin, asteburuan neurritz kanpo edaten duten neska gazteen kopuruak gora egin du nabarmen. Erne ibili, norbere gorputza eta garuna jokoan baitaude!

Barbara Flannery ikerlariak eskainiriko datuek eta azalpenek tentuz ibiltzeko deia zabaldu dute emakumeen artean. Bere azterketen arabera, "emakumeek ur gutxiago dute gorputzean eta gizonek ez bezalako metabolismoa", eta horrek azaltzen du zergatik, alkohol gutxi edanik ere, haren eragina berehala antzematen duten emakumeek. Zentzu horretan, gehiegi edateak, berez, kalte larriak sortzen baditu gorputzeko organu garrantzitsuetan, are larriagoak izan daitezke ondorioak emakumezkoetan.

## Kalteak garunean

Buruko funtzioei dagokierenez, ondorioak berberak direla konprobatu ahal izan du Flanneryk Errusian eginiko zenbait azterketen bitartez. Gizonezko eta emakumezko alkoholiko zein ez-alkoholiko zenbaiten oroi-men, erabaki hartze zein arazoak konpontzeko gaitasuna neurtu ostean, ez-alkoholikoek aipatu arloetan arazo handirik ez dutela konprobatu dute, batere harritzekoa ez dena. Nabarmen-tzekoa dena zera da: emakume alkoholikoek gizon alkoholikoek baino emaitza eskasagoak lortu dituztela azterketa horietan.

Ikerlarien aburuz, alkohol kontsumoa areagotu ahala, oroi-men eta ikasketa prozesuekin lotura duen burmuineko eremua azkarrago uzkuratzen da emakumeengan. Barbara Flanneryren iritziz, "gizarteak ezagutu egin behar ditu alkohol gehiegi edateak arrazoiketa prozesuan sor ditzakeen kalteak", baita ere "sexuaren arabera alkoholak duen eragina".

## Gazte edarizaleen kopuruak gora

Hamar urtetan bikoiztu egin da Euskadin ostiral eta larunbatetan neurritz kanpo edaten duten emakumeen kopurua: Eusko Jaurlaritzako Drogamenpekotasun Zuzendaritzak emandako datuen arabera, 1996. urtean % 3,9 ziren; 2006an, berriz, % 8,2. Azken neur-

keta hauek diotenez, gazteak dira igoeraren erantzule, izan ere, gaur egun, 14 urtetik beherako alkohol edaleen artean mutil baino neska gehiago dago. Hala ere, oraindik ere emakumeak gizon alkohol edaleen proportzioetatik urrun daude. Estatistiken arabera, gizonezkoen % 21,2ak alkoholarekin arazoak ditu. Datuen arabera, eguneko 91 zm<sup>3</sup> alkohol (72 gr) hartzea da gizonentzako ezarritako muga, eguneko 55 zm<sup>3</sup> alkohol (42 gr), berriz, emakumeentzat.

## Bileretan presentzia handiagoa

Bestalde, Bizkaiko Alkoholiko Anonimoen bileretan lehen baino emakume gehiago daude. Izan badira 20 urteko neskatilak, 60 urteko andreak, zaharragoak ere bai, baina talde terapietan parte hartzen duten emakume gehienek 40 urte inguru dituzte. Elkarteko kide batek adierazi duenez, "emakumeak alkohol gutxi edateko joera duela sinetsita egon gara. Baina etxean, ezkutan edan izan duelako gertatu da hori". Gizarteak ezarritako rola apurteaz bat, emakume edarizaleen existentzia agerian geratu da. Lehen tabua desgertu egin da. "Andrazkoak bazarretara etorri eta ozen esaten dute zein den beren izena baita alkoholarekin zer arazo duten".

## Emakumea eta alkoholiko, sintoma txarra

Legezkoak diren drogen artean, zabalduena eta kontsumite-na da alkohola. Euskal Herrian, gainera, edateko ohitura handia egon da beti. Anisa eta ardo goxoa izan dira emakumeen alkoholodun edari gogokoena urtean daude. Denborarekin, baina, gustuak asko aldatu dira. Alabaina, alkoholak hortxe jarraitzen du, presente, kontsumitzailearengandik geroz eta hurbilago. Neurritz edaten den bitartean ez du arazorik sortzen, bestela bai. Neurritz kanpoko alkohol kontsumoa eragiten duten arrazoen artean arazo pertsonalak daude, besteak beste.

Emakume alkoholzalea ez dago batere ondo ikusita gizartean eta, ondorioz, gizonezko alkoholikoak baino presio handiagoa jasan ohi du. Alkoholikoez esaten dute duintasunik gabeko pertsonak direla. Tamaina horretakoak, gogorrakoak ere, dira emakume alkoholikoez egiten diren komentarioak. Zenbaitetan, irainez gain sexu eraso biktima dira azken horiek.

Dena den, arazo nagusia zera da: alkoholaren menpe egotea eta egoera horretatik ateratzeko ezer ez egitea. Medikuarengana joatea edota hurbileko pertsona laguntza eskatzea funtsezkoak dira botilaren atzaparretatik askatu ahal izateko. Bai **Osakidetza** (944 00 60 99) bai **Alkoholiko Anonimoen Elkartea** (944 15 07 51) edateari uzteko laguntza programak dituzte. F