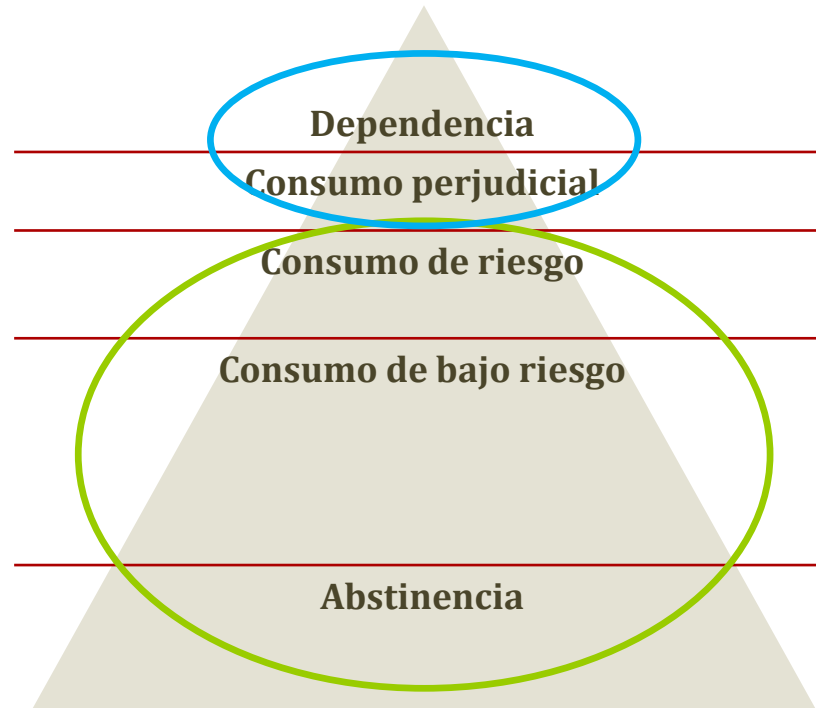




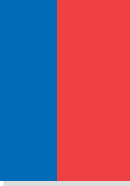
Consideraciones acerca del consumo de alcohol y drogas durante COVID-19

Pablo Norambuena Cárdenas
Departamento de Salud Mental
División de Prevención y Control de Enfermedades
Ministerio de Salud
Abril 2020

PIRÁMIDE DEL CONSUMO: Patrones de consumo



PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas durante COVID-19



Cambio en los patrones de consumo: beber más, fumar más:

- Cuarentena o aislamiento físico (obligadas o voluntarias) + más tiempo en casa + estrés.
- Disponibilidad de las sustancias.

Mayor consumo: mayor riesgo de contagio de COVID-19

- Debilitamiento de funciones inmunológicas.
- Conductas asociadas al consumo: beber, fumar.

Mayor consumo: peor evolución de cuadros de COVID-19

- Peores condiciones respiratorias.
- Factor asociado al estigma y la marginalización: barreras de acceso.

Mayor consumo: Aumento de riesgos relacionados con las consecuencias del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas, en el mediano y largo plazo: violencia, cáncer.

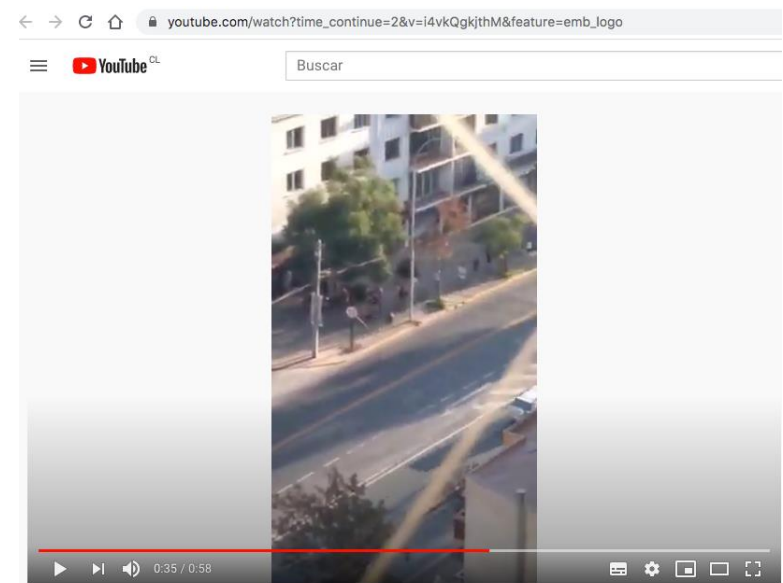
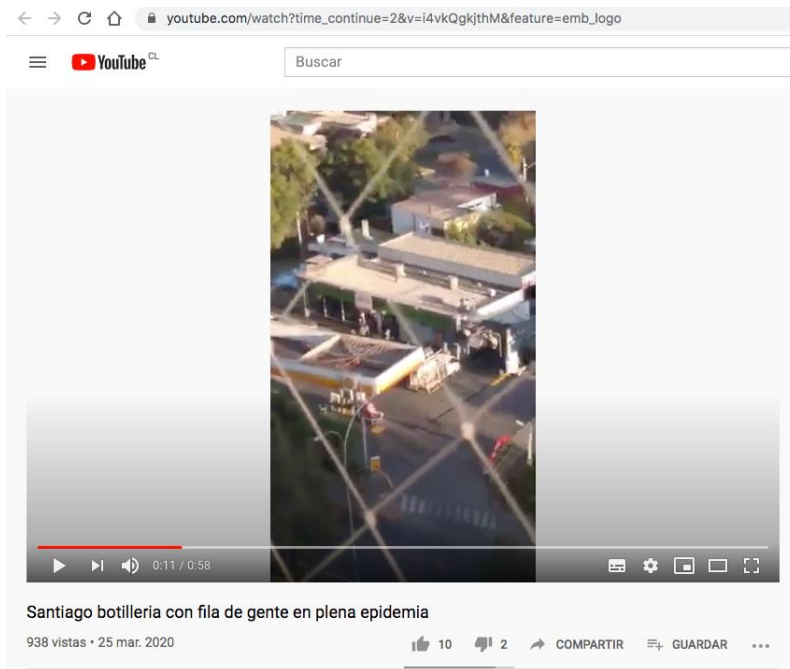


Consideraciones acerca del consumo de alcohol y drogas durante COVID-19

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA: Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas durante COVID-19

Cambio en los patrones de consumo: beber más, fumar más:

https://www.youtube.com/watch?time_continue=2&v=i4vkQgkjthM&feature=emb_logo





Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016

Summary Background: Alcohol use is a leading risk factor for death and disability, but its overall association with health remains complex due to the possible protective effects of moderate alcohol consumption on some conditions. Such non-comparative estimates to health consulting with the Global Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors Study team, we present longitudinal estimates of alcohol use and attributable deaths and disability-adjusted life years (DALYs) for 195 countries from 1990 to 2016, for both sexes and for 1-year age groups between the ages of 15 years and 84 years and older.

Methods Using 108 data sources of individual and population-level alcohol consumption, along with 102 population- and seroprevalence studies on the risk of alcohol use, we generated estimates of the probability of alcohol drinking, abstracting the distribution of alcohol consumption among various drinkers in standard drinks daily (plotted as 1% of potential alcohol use and attributable mortality and DALYs). We made several methodological improvements compared with previous estimates: first, we adjusted alcohol intake estimates to take into account seasonal and unreported consumption; second, we did a case-wise analysis of intake rates for 12 health outcomes associated with alcohol use; and third, we developed a new method to quantify the level of alcohol consumption that minimizes the overall risk to individual health.

Findings Globally, alcohol use was the seventh leading risk factor for both deaths and DALYs in 2016, accounting for 3.1% (95% uncertainty interval [UI] 1.5-4.7) of age-standardized female deaths and 4.1% (2.0-6.0) of age-standardized male deaths. Among the population aged 15-49 years, alcohol use was the leading risk factor globally in 2016, with 1.4% (95% UI 1.1-1.7) of female deaths and 1.0% (0.6-1.4) of male deaths attributable to alcohol use. In the population aged 50-69 years, female attributable DALYs were 1.1% (95% UI 0.8-1.4) and male attributable DALYs were 1.1% (0.8-1.4). The three leading causes of attributable deaths in this age group were tuberculosis (4.6% (95% UI 3.4-5.9) of total deaths), road injuries (2.1% (1.5-2.8) of total deaths) and stroke (1.9% (1.4-2.5) of total deaths). Among the population aged 70 years and older, cancer accounted for a large proportion of total alcohol-attributable deaths in both sexes (46.7% (95% UI 42.1-51.3) of total alcohol-attributable female deaths and 50.3% (39.4-61.2) of total male deaths). The level of alcohol consumption that minimized harm to overall health was 0.9% (0.5-1.4) of standard drinks per week.

Conclusions Alcohol use is a leading risk factor for global disease burden and causes substantial health loss. We found that the risk of disease mortality and of serious disability was not increasing with consumption, and this level of consumption that minimizes health loss is low. These results suggest that alcohol-related policies might need to be revised worldwide, reducing the effects to lower overall population-level consumption.

Writing Committee Members: GBD Alcohol Use Workgroup.

Copyright © 2019 The Author(s). Published by Elsevier Ltd. This is an Open Access article under the CC BY 4.0 license.

Introduction Determination of harm due to alcohol use is a complex task because of the multiple mechanisms through which alcohol use affects health. Strong epidemiologic evidence has long supported alcohol use as a leading risk factor for death and disability, but the overall association with health remains complex due to the possible protective effects of moderate alcohol consumption on some conditions. Such non-comparative estimates to health consulting with the Global Burden of Diseases, Injuries, and Risk Factors Study team, we present longitudinal estimates of alcohol use and attributable deaths and disability-adjusted life years (DALYs) for 195 countries from 1990 to 2016, for both sexes and for 1-year age groups between the ages of 15 years and 84 years and older. We made several methodological improvements compared with previous estimates: first, we adjusted alcohol intake estimates to take into account seasonal and unreported consumption; second, we did a case-wise analysis of intake rates for 12 health outcomes associated with alcohol use; and third, we developed a new method to quantify the level of alcohol consumption that minimizes the overall risk to individual health.

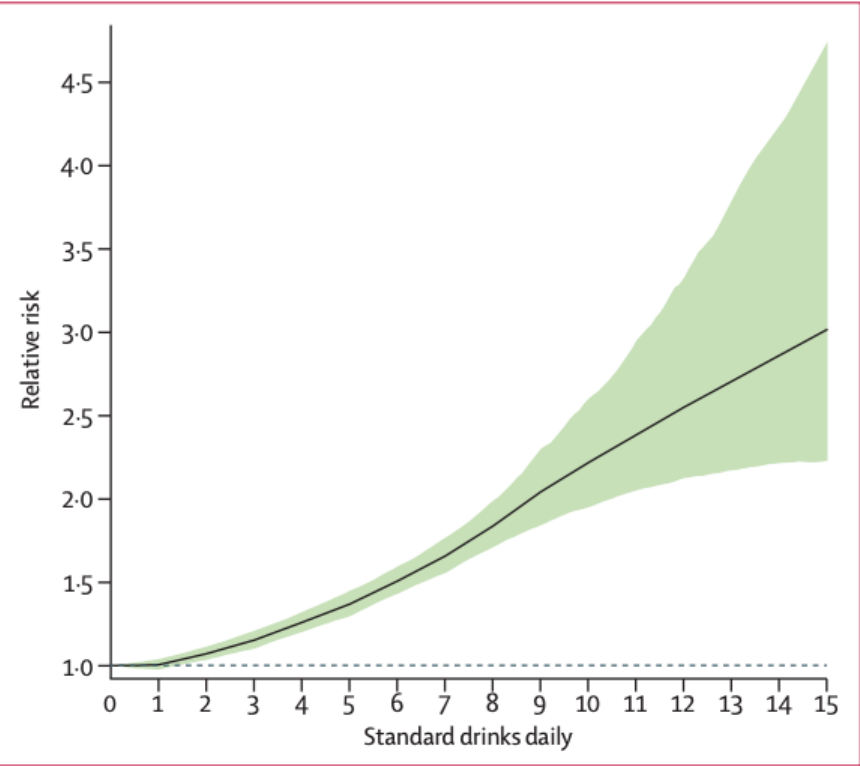


Figure 5: Weighted relative risk of alcohol for all attributable causes, by standard drinks consumed per day
 Age-standardised weights determined by the DALY rate in 2016, for both sexes. The dotted line is a reference line for a relative risk of 1. DALY=disability-adjusted life-year.



¿QUÉ HACER?

- Información a la población / comunicación social
- Intervenciones breves sobre alcohol y drogas (DIR: Detección, Intervenciones Breves y Referencia Asistida)
- Políticas públicas para reducir el consumo de alcohol de riesgo

¿QUÉ HACER?

¿QUÉ HACER?: Información a la población / comunicación social



Consideraciones acerca del consumo de alcohol y drogas durante COVID-19

¿QUÉ HACER?

NOTAS TÉCNICAS EN SALUD MENTAL

Recomendaciones para el abordaje del consumo de alcohol, tabaco y otras drogas en el contexto de COVID-19

Actualización 1, viernes 27 de marzo de 2020.

Departamento de Salud Mental, División de Prevención y Control de Enfermedades, Ministerio de Salud.

Acerca del documento:

La información puede ir cambiando en relación con nuevos escenarios a partir de definiciones del Estado y las autoridades, así como también de nueva evidencia científica y experiencias internacionales y locales. Para dar cuenta de nueva información se realizarán actualizaciones periódicas.

Este es un documento de trabajo desarrollado en el contexto del brote de COVID-19. Está dirigido principalmente a apoyar el trabajo desde Secretarías Regionales Ministeriales de Salud, pero sus contenidos pueden ser usados en otros escenarios con algunas adaptaciones.

Antes de cada apartado se hace referencia a su población objetivo y posibles usos.

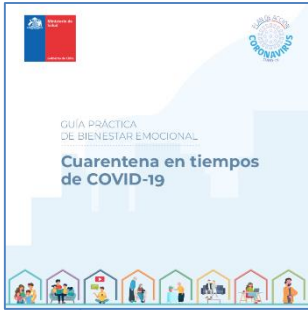
Acerca de esta actualización:

Se incorporan en esta actualización recomendaciones para personas que usan alcohol, específicamente, y también recomendaciones para el acompañamiento de personas con dependencia o abuso de alcohol y otras drogas, que podrían acompañar orientaciones para la red de salud y establecimientos de salud.

Comentarios a pnorambuena@minsal.cl

Consideraciones acerca del consumo de alcohol y drogas durante COVID-19

¿QUÉ HACER?



RECOMENDACIONES ACERCA DEL CONSUMO DE ALCOHOL EN TIEMPOS DE CUARENTENA

La experiencia de otros países indica que en el periodo de distanciamiento físico y cuarentena se ha reportado un aumento en el consumo de alcohol en el hogar.

En un momento difícil y estresante, el estrés puede llevar a beber más seguido o en mayor cantidad. Además, muchas de las rutinas han cambiado o seguirán cambiando. Eso puede hacer perder de vista cuánto estamos bebiendo o si estamos sobrepasando lo que regularmente consumimos.

DERRIBAR MITOS
EL ALCOHOL DE BEBER NO PROTEGE DEL CORONAVIRUS
El alcohol de beber no limpia, ni desinfecta, ni te protege del Coronavirus. Ni por fuera, ni por dentro.

CONSEJOS

- En general, intente reducir la cantidad de alcohol que consuma, la frecuencia con la que consume o, mejor aún, no beber. Llevar un registro de lo que bebe puede ayudar, pero principalmente estar atentos a cuánto bebemos. **Si decide beber, no más de 2 tragos en un mismo día es una referencia adecuada.**

- Para evitar riesgos, al menos **debería escoger 2 días libres de alcohol a la semana**. Si son más días, mucho mejor.
- Puede ser tentador beber temprano cuando uno está en el hogar. Trate de retrasar su consumo lo más tarde posible en el día, especialmente si hay niños en la casa. **Considere fijar una meta de hora: por ejemplo, "en la casa no se bebe hasta las 10 pm"**.
- Guárdelo en alguna parte de la casa, pero **no lo tenga siempre en vista** como recordatorio y tentación de poder beber más.
- También, **manténgalo fuera del alcance de niños**.
- Si tiene sed, siempre beba agua antes que alcohol.
- No tenga grandes reservas** de alcohol en su hogar.
- Sólo compre el alcohol que va a consumir durante esos días.
- Prefiera las **bebidas alcohólicas de menor graduación** que las de mayor graduación. Claro, prefiera todavía más las **sin alcohol**.

PREOCÚPESE POR LOS NIÑOS

Aunque no lo note, algunos niños pueden asustarse cuando los adultos beben. También suelen ser muy perceptivos de los cambios en su ambiente y, por ejemplo, notan que los adultos están bebiendo más o en horas poco habituales.

Intente no beber hasta que los niños se hayan ido a la cama. Asegúrese, además, que siempre habrá un adulto que no beba mientras los niños están en casa.

Si durante la cuarentena se le hace difícil no beber o controlar lo que está tomando, considere pedir ayuda.



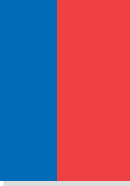
CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos

1) Mito: El alcohol de beber no te protege del Coronavirus

- El alcohol de beber no limpia, ni desinfecta, ni te protege del Coronavirus. Ni por fuera, ni por dentro. Su concentración de alcohol es menor. El alcohol desnaturalizado o el alcohol gel con concentración de 70% sí. El alcohol de beber tiene concentraciones mucho menores.



CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos



2) Primer consejo: menos es mejor

- En general intenta reducir la cantidad de alcohol que consumes, la frecuencia con la que consumes o, mejor aún, no beber. Llevar un registro de lo que bebes puede ayudar, pero principalmente estar atentos a cuánto bebemos.
- Si decides beber, **no más de 2 tragos en un mismo día** es una referencia posible.
- Revisar esto en relación con: **menores de 18 años / mujeres embarazadas / personas mayores que viven solas / personas deprimidas que viven solas**



CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos



3) Define días libres de alcohol

- Para evitar riesgos, al menos debieras escoger 2 días libres de alcohol a la semana. Claro, si son más días, mucho mejor.

IB INTERVENCIÓN BREVE para reducir el consumo de alcohol de riesgo

Ministerio de Salud
Gobierno de Chile

LÁMINA 2 GUÍAS PARA UN CONSUMO DE BAJO RIESGO

Guía 1: La CANTIDAD del consumo

Para tener menos riesgos **NO BEBER MÁS DE 2 TRAGOS EN EL MISMO DÍA.**

Nunca sobrepasar los límites máximos.

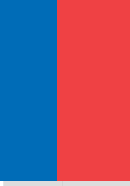
En el día: **MÁXIMO 4**
En la semana: **máximo 14 tragos**

MUJERES:
En un mismo día: **M**
En una semana: **máx**

DEJAR AL MENOS
2 DÍAS
A LA SEMANA
SIN BEBER ALCOHOL



CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos



4) Bebe más tarde

- Puede ser tentador beber temprano cuando uno está en el hogar. Trata de retrasar tu consumo lo más tarde posible en el día, especialmente si hay niños, niñas o adolescentes en la casa. Considera fijar una meta de hora, por ejemplo, “en la casa no se bebe hasta las 10 pm”.



CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos

5) No tengas reservas extra

- No tengas grandes reservas de alcohol en tu hogar. En las circunstancias en las que estamos, planifica tus compras cada vez que vayas por provisiones a una tienda o supermercado, una vez a la semana, por ejemplo. Solo compra el alcohol que vas a consumir durante esos días. Prefiere las bebidas alcohólicas de menor graduación que las de mayor graduación. Claro, prefiere todavía más las sin alcohol.



MIZQUE
LÍNEA PROFESIONAL

¿QUIERES MIZQUE?
¡NOSOTROS TE LO LLEVAMOS!
TÚ #QUEDATEENCASA

MIZQUE LLEGA HASTA TI CON ESTE SUPER PRECIO

\$21.500
(INCLUYE DESPACHO)

PREPARACIÓN:

- MEZCLAR EN PARTES IGUALES LA BASE (MIZQUE) Y EL HIELO.
- LICUAR HASTA DILUIR EL HIELO.
- SERVIR.
- AGREGAR AMARGO DE ANGOSTURA A ELECCIÓN.

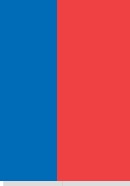
**CONTENIDO: 4 L.
RENDIMIENTO: 8 L.**



#QUEDATEENCASA
NOSOTROS TE LO LLEVAMOS

 JACK DANIEL'S N°7. HONEY FIRE \$18.990 (750CC)	 GENTLEMAN JACK \$24.990 (750CC)	 GLENFIDDICH 12 AÑOS SINGLE MALT \$22.990 (750CC)	 GRANT'S \$6.990 (1.800CC)
 TULLAMORE D.E.W. ORIGINAL IRISH WHISKEY \$13.990 (750CC)	 JÄGERMEISTER \$9.990 (700CC)	 HENDRICK'S \$21.990 (700CC)	 STOLI PREMIUM Y PEPINO \$6.990 (750CC)
 FENTIMAN'S PREMIUM INDIAN TONIC WATER, LIGHT TONIC WATER, GINGER ALE, VALERIAN ORANGE & ROSE LEMONADE \$4.990 (4PACK/200CC)	 RICCADONNA ASTI, RUBY MOSCATO Y ROSE PROSECCO Y CHAMPAGNE BRUT \$7.500/\$2.490 (750CC / 200CC)		

CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos

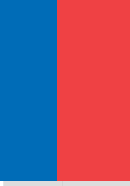


6) Fuera de la vista

- Mantén el alcohol fuera de tu vista. Guárdalo en alguna parte de la casa, pero no lo tengas siempre en vista como recordatorio y tentación de poder beber más. También, mantenlo fuera del alcance de niños, niñas o adolescentes. Si tienes sed, siempre bebe agua antes que alcohol.



CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos

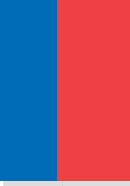


7) Preocúpate por los niños y niñas

- Aunque no lo notes, algunos niños y niñas pueden asustarse cuando los adultos beben. También suelen ser muy perceptivos de los cambios en su ambiente y, por ejemplo, notan que los adultos están bebiendo más o en horas poco habituales. Intenta no beber hasta que los niños y niñas se han ido a la cama. Asegúrate, además, que siempre habrá un adulto que no beba mientras ellos y ellas están en casa.



CONSUMO DE ALCOHOL y COVID-19: Consejos para manejar mejor los riesgos



8) Busca ayuda remota

- Hacer cambios es difícil y hacer cambios en la manera en que bebemos también lo es. Es posible que los caminos para pedir ayuda en los establecimientos de salud sean más complicados hoy. Mientras, si necesitas información o apoyo para reducir o abandonar su consumo, comunícate a:

Salud Responde 600 360 7777

Fono Drogas 1412



¿QUÉ HACER?

¿QUÉ HACER?: Intervenciones breves sobre alcohol y drogas (DIR: Detección, Intervenciones Breves y Referencia Asistida)





Contenidos

Primera parte: Introducción a las Intervenciones Breves 7

¿Cómo usar esta guía? 8

¿Qué son las intervenciones breves? 10

¿Qué es el consumo de alcohol de riesgo? 12

¿Por qué es importante intervenir sobre el consumo de alcohol de riesgo? 14

Antes de comenzar 16

Segunda parte: Guía para implementar Intervenciones Breves 21

Flujograma resumen del programa 22

Paso 1: Evaluar el nivel de riesgo 24

Aplicar el ASUI-C 25

Continuar con el asist (completo) 28

Paso 2: Intervenir 30

Realizar Intervención Mínima (consumo de bajo riesgo) 30

Realizar Intervención Breve (consumo de riesgo) 34

Realizar Derivación Asistida (posible consumo problemático o dependencia) 42

Paso 3: Acompañar y monitorear 46

Tercera parte: Información complementaria 51

El consumo problemático y la dependencia 53

Tragos estándar de bebidas estándar 56

Guías para un consumo de bajo riesgo: Bases para la Intervención Breve 59

Datos y riesgos del consumo de alcohol 61

El consumo de alcohol en Chile y los niveles de riesgo 67

Evaluación a través de ASUI-C 71

Lecturas recomendadas 73

Preguntas frecuentes 74

Material anexo 76

TEST DE IDENTIFICACIÓN DE TRASTORNOS POR CONSUMO DE ALCOHOL

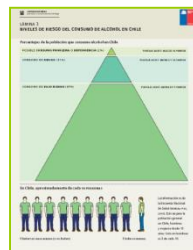
Este test de identificación de trastornos por consumo de alcohol (TRAC) es un instrumento de evaluación de riesgo que permite identificar a los pacientes que tienen un consumo de alcohol de riesgo o un consumo problemático y que necesitan una intervención breve o una derivación asistida.

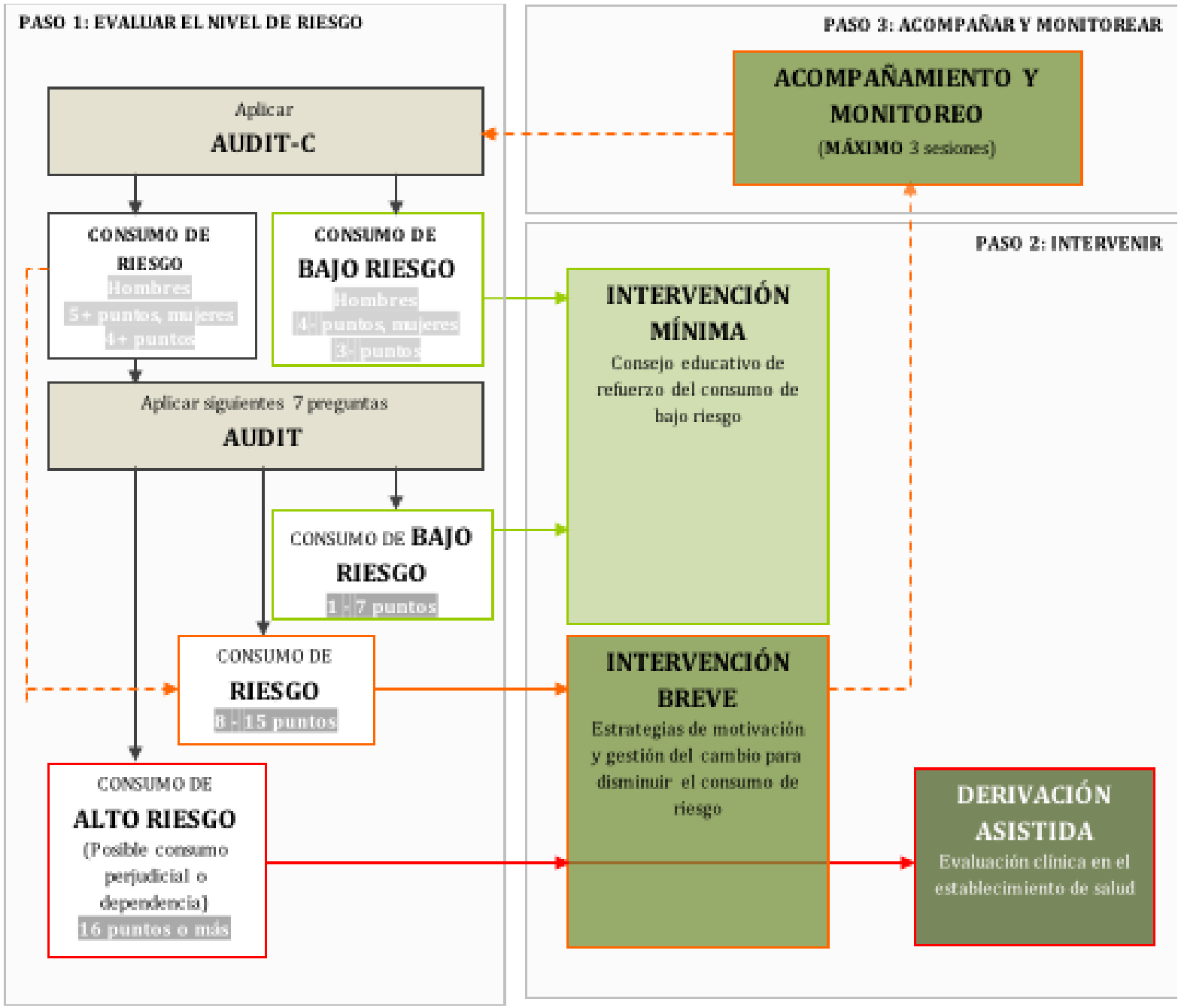
Este test de identificación de trastornos por consumo de alcohol (TRAC) es un instrumento de evaluación de riesgo que permite identificar a los pacientes que tienen un consumo de alcohol de riesgo o un consumo problemático y que necesitan una intervención breve o una derivación asistida.

Este test de identificación de trastornos por consumo de alcohol (TRAC) es un instrumento de evaluación de riesgo que permite identificar a los pacientes que tienen un consumo de alcohol de riesgo o un consumo problemático y que necesitan una intervención breve o una derivación asistida.

Este test de identificación de trastornos por consumo de alcohol (TRAC) es un instrumento de evaluación de riesgo que permite identificar a los pacientes que tienen un consumo de alcohol de riesgo o un consumo problemático y que necesitan una intervención breve o una derivación asistida.

Este test de identificación de trastornos por consumo de alcohol (TRAC) es un instrumento de evaluación de riesgo que permite identificar a los pacientes que tienen un consumo de alcohol de riesgo o un consumo problemático y que necesitan una intervención breve o una derivación asistida.





¿QUÉ HACER?

¿QUÉ HACER?: Políticas públicas para reducir el consumo de alcohol de riesgo



A WORLD FREE FROM ALCOHOL-RELATED HARMS

SAFER

Strengthen
restrictions
on alcohol
availability

Advance &
enforce drink
driving
counter-
measures

Facilitate
access to
screening,
brief
interventions
& treatment

Enforce bans/
comprehensive
restrictions on
alcohol
advertising,
sponsorship &
promotion

Raise prices
on alcohol
through
excise taxes
& pricing
policies

SAFER
A WORLD FREE FROM ALCOHOL-RELATED HARMS

 **World Health
Organization**



aplusk



WINE WITH AN IMPACT

100%

OF PROFITS WILL GO TO COVID-19 RESPONSE CHARITIES, ORGANIZATIONS, AND GRASSROOTS EFFORTS.



56,513 likes

aplusk Mila and I are Launching Quarantine wine! 100% of profits go to covid-19 relief efforts <https://officialquarantinewine.com...> more

View all 1,052 comments

mothermodel



April 19



Heineken Chile



Publicidad ·

El acompañamiento más refrescante para tu semana lo encuentras en La Barra #SocialiseResponsibly #Quédateencasa





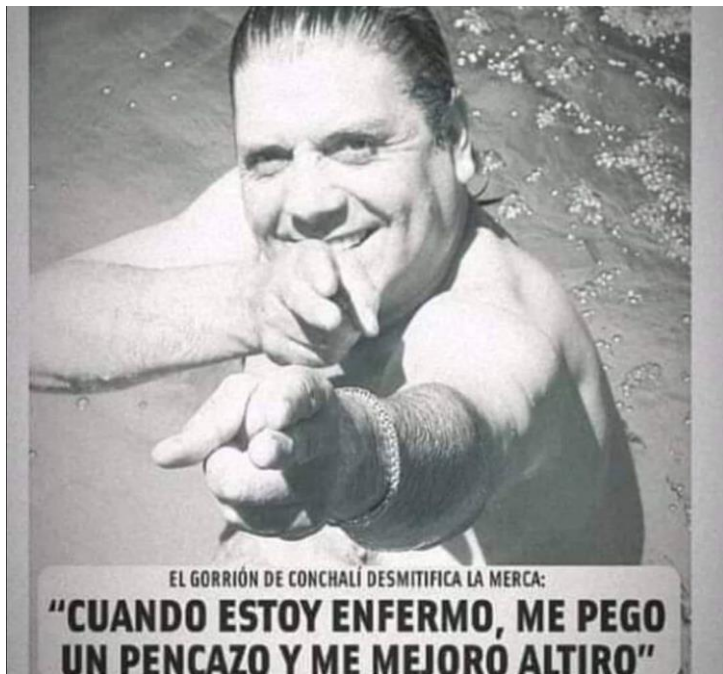
CCU @ccu_cl · 09 abr. ✓

¡Higieniza, limpia y protege! Con el fin de aportar al cuidado de todos los chilenos, hemos elaborado este alcohol gel proveniente de nuestros procesos productivos y puesto a disposición del Ministerio de Salud en forma gratuita 😊 #CompartamosUnMejorVivir



9 19 72





↻ Jennie Urzúa retwitteó



Latin Bitman  @Latin_Bitman · 38m

RT si te va a dar cirrosis antes que Coronavirus 🤔



↻ 50

❤️ 48



♥️ Revista HCSM y Marcelo LC indicaron que les gusta



Consideraciones acerca del consumo de alcohol y drogas durante COVID-19

Conversatorio: El abordaje del consumo de alcohol y otras drogas durante COVID-19.

Programa de Salud Mental, Escuela de Salud Pública, Universidad de Chile /
Departamento de Salud Mental, MINSAL
Miércoles 29 de abril, 15:00 – 16:30



Pablo Norambuena Cárdenas

Departamento de Salud Mental
División de Prevención y Control de Enfermedades
Subsecretaría de Salud Pública
Ministerio de Salud

Abril de 2020

