

USO - FORO de PREVENCIÓN

Luis María Villota Villota

Psicólogo – Vicepresidente de AA de España

Alcohólicos Anónimos en España

“El marco PSICO-SOCIO-BIOLÓGICO del problema”

La persona

1. Edad: “barreras” protectoras

- Infancia
- Adolescente y joven
- Adulto y actividad

2. Sexo

- Hombre
- Mujer

3. Particularidades:

- Reacciones idiosincrásicas
- Circunstancias personales
 - . Vulnerabilidad
- Actividad social o laboral

La sustancia: el alcohol

1. Consumo y salud

- C. Moderado
- C. de riesgo
- C. peligroso

2. “Alcoholometría “

- En sangre
- En aire expirado

3. Particularidades

- Tolerancia disminuída
- C. de fármacos
- Dgtco. de enfermedad

El entorno: el trabajo y otros

1. E social : “S. Alcoholómana”

- . Alta disponibilidad
- . Alta permisividad
- . Nula percepción de riesgo

2. E socio-legal

- Normativa favorecedora vino cerveza, sidra
- Estatuto de los tbjes

3. E laboral

- Entorno preventivo ideal

“Lo primero ... un poco de prevención e información”

“Consumo Moderado, de Riesgo y Peligroso”

		Consumo			
		Prudente	Riesgo Bajo	Riesgo Medio	Riesgo Alto
Mujer		10-20 gr	20 gr	25-30 gr	40 gr
Hombre		20-30 gr	30 gr	40 gr	60 gr
		No debe ser un consumo diario			

“ ... un poco de prevención e información”
“Unidad de Bebida Estándar - UBE”

**Equivalencia de las consumiciones en
“Unidades de Bebida Estándar-UBE” y gramos**

<u>Graduación</u>	<u>Cantidad</u>	<u>UBE</u>	<u>Gramos</u>
Vino (12º)	1 vaso (125 ml)	1	10
Cerveza (5º)	1 quinto (200 ml)	1,5	13
Cerveza (5º)	1 mediana (333 ml)	2	20
Licor (40º)	1 copa ó 1 combinado	1	10
Licor (40º)	1 “carajillo”/ “chupito”	2,8	29
Sidra (6º)	1 botella (700 ml)		

“ ... un poco de prevención e información”
“Alcoholemia: fórmula”

$$\text{Grado de alcoholemia} = \frac{\text{Gramos de alcohol consumidos}}{\text{Peso Kg} \times \text{F}}$$

F = 0,7 en hombres; 0,6 en mujeres

“ ... un poco de prevención e información”
“Conducción y Manejo de Máquinas Móviles”

<u>Conductores</u>	<u>Límite en sangre</u>	<u>Límite en aire espirado</u>
General	0,5 gr/l	0,25 gr/l
Profesionales	0,3 gr/l	0,15 gr/l
Noveles	0,3 gr/l	0,15 gr/l

“ ... un poco de prevención e información”
“Alcoholemia: tabla”

Sexo	Hombre de 75 kg			Mujer de 60Kg		
	1	2	3	1	2	3
Nº consumiciones						
Caña de cerveza	0,19	0,38	0,57	0,27	0,55	0,83
Lata de cerveza	0,28	0,57	0,85	0,41	0,83	1,25
Vaso de vino	0,19	0,38	0,57	0,27	0,55	0,83
Sidra	0,47	0,95	1,42	0,69	1,38	2,08
Copa licor/Combinado	0,38	0,76	1,14	0,55	1,11	1,66
Chupito licor frutas	0,19	0,38	0,57	0,27	0,55	0,83

Lo que nos trae aquí ...

AA - Alcohólicos Anónimos en España

Historia y características de AA:

1. Antecedentes

- EE UU y Canadá
- España

2. Características

- Enunciado
- Requisito
- Objetivo primordial

3. Como se ha calificado a AA

- . Terapia en Grupo
- . Grupo de Autoayuda
- . Tratamiento
- . Intervención
- . Terapia de facilitación
- Movimiento social

Pilares de AA:

1. Tres Legados

- . Recuperación
- . Unidad
- . Servicio

2. Recuperación: Doce Pasos

- . Aceptación + Esfuerzo
- . Humildad + Honestidad
- . Compromiso : Llevar el mensaje

3. Unidad: Doce Tradiciones

- . Anonimato
- . No registros, no estadísticas, no controversias, no cuotas
- . Atracción - No promoción:

Cooperación de AA:

1. **Ámbito Penitenciario**

- . Grupos penitenciarios

2. **Ámbito Judicial**

- . Convenios de cooperación con la Judicatura

3. **Ámbito Laboral**

- . Convenios de cooperación con O. Sindicales
- . Actividades en empresas

4. **Ámbito educativo**

- . Actividades en colegios y universidades

5. **Ámbito Institucional**

- . PNSD

6. **Ámbito "científico"**

- . Actividades en congresos

Historia y características de AA

Aspectos generales

- AA EEUU y Canadá:

- . 10 de junio de 1935, Akron - Ohio, Bill y Bod
- . 1939: Publicación del Libro Azul
- . Artículos de Jack Alexander en *The Saturday Evening Post*
 - 01-03-1941: “AA: los esclavos de la bebida liberados ahora liberan a otros”
 - 22-04-1950: “El mejor amigo del borracho”

Historia y características de AA

El Inicio: 10 de junio de 1935, Akron - Ohio

- Bill W., un alcohólico de Nueva York había observado que **hablar con otro alcohólico prolongaba y facilitaba su abstinencia**, a pesar de que no tuviera el mismo éxito en la otra persona, y había buscado a otros alcohólicos para ayudarlos en su recuperación; en un viaje a la ciudad de Akron le pusieron en contacto con otro alcohólico, el Dr. Bob. Después de unas semanas de convivencia entre Bill W. y el Dr. Bob, éste último dejó de beber un 10 de junio de 1935, por lo que se considera el inicio de AA.
- Aparecen las dos primeras claves del éxito de AA:
 - **COMPARTIR sinceramente la experiencia personal:**
 - ACEPTACIÓN del problema
 - ACEPTACIÓN DE LA IMPOTENCIA para resolver el problema uno solo
 - **DESEO DE DEJAR la bebida y esfuerzo para mantener el estado de SOBRIEDAD**

Historia y características de AA

Aspectos generales

- AA España:

- . 1955
- . 1979 – 1980 1ª Conferencia del Servicio General (en abril 2017 la XXXVIII)

- Formato de Organización

O. Geográfica

- . El Grupo: **más de 600 en España** - Representante de Grupo
- . El Área: 25 Áreas - Delegado de Área
- . Zonas: Norte, Sur, Centro y Este - “Custodio” de Zona

O. Funcional

- . Para todos los niveles (Grupos y Áreas): Comités de Literatura, de Información Pública
- . Conferencia del Servicio General - CSG
 - . Anual: este año se celebrará la Nº XXXVIII
 - . Delegados de Área y miembros “Custodios” de la JGS
- . Junta de Servicios Generales-JSG
 - . 2 Custodios “Clase A” y 8 Custodios “Clase B”

O. Administrativa

- . OSG - Oficina de Servicios Generales con sede en Avilés

AA, qué es y cómo funciona

Enunciado de AA

- “Alcohólicos Anónimos es una comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo. El **único requisito** para ser miembro de A.A. es el **deseo de dejar la bebida**. Para ser miembro de A.A. **no se pagan honorarios ni cuotas; nos mantenemos con nuestras propias contribuciones**. A.A. **no está afiliada a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución alguna; no desea intervenir en controversias, no respalda ni se opone a ninguna causa**. Nuestro **objetivo primordial** es **mantenernos sobrios** y **ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad**”

AA, qué es y cómo funciona

Enunciado de AA

- Sin carácter profesional

Comunidad de hombres y mujeres que comparten su mutua experiencia, fortaleza y esperanza para resolver su problema común y ayudar a otros a recuperarse del alcoholismo

- Un **único requisito** para ser miembro de A.A. es el **deseo de dejar la bebida**
 - En AA **no se pagan honorarios ni cuotas**
 - AA **se mantiene con sus propias contribuciones**
 - AA **no está afiliada** a ninguna secta, religión, partido político, organización o institución
 - AA no desea intervenir en controversias, no respalda ni se opone a ninguna causa.
- Un **objetivo primordial**: **mantenernos sobrios** y **ayudar a otros alcohólicos a alcanzar el estado de sobriedad**

AA, qué es y cómo funciona

Sobriedad

Alcanzar el estado de sobriedad (va más allá de la abstinencia)

- Templado, moderado
 - Discreto en su comportamiento
 - Que carece de adornos superfluos u otras características que lo hagan llamativo y exagerado
 - Se asocia con el carácter templado y a la tranquilidad
 - Estado de equilibrio emocional y de relación con los demás
 - Comportamiento sin estridencias ni escándalos
- **AA es una asociación donde las ideas y conductas deben ser evaluadas por mantener la sobriedad** (y no tanto por la rigurosidad de sus explicaciones)

AA, qué es y cómo funciona

Formas de aproximarse a AA

- Desde la perspectiva de Grupos de Ayuda mutua:

El estilo de relación que se da entre los miembros de AA es de ayuda y de consejo en igualdad, sin órdenes ni jerarquías

- **Desde el planteamiento del Modelo Transteórico del Cambio** (Di Clemente; Fases de Precotemplación , Contemplación, Acción y Mantenimiento)

Analiza como los principios y las prácticas de AA interactúan en el proceso de cambio e indica que AA, desde conceptos espirituales, el **programa de recuperación usa estrategias y tácticas conductuales** y señala que es un **programa de cambio orientado a la acción** que pone énfasis también en valores y creencias desadaptadas, conflictos interpersonales e intrapersonales, facilitando una transformación del individuo y no solo de su conducta de beber. Concluye afirmando que **el programa de AA posee suficientes principios y estrategias para el proceso de cambio orientado a la abstinencia**

AA, qué es y cómo funciona

Aspectos prácticos de AA

- **Reuniones:** Cerradas
Abiertas
Información Pública
- **Autodefinición como “alcohólico”:** es toda una declaración de intenciones, de ganas de mantener el cambio personal
- **Historia personal:** es una herramienta cognitiva y un mecanismo para el auto-entendimiento que ayuda a construir una nueva configuración personal en estado de sobriedad
- **Apadrinamiento:** persona con quien se comporten aspectos más íntimos, sentimientos de culpa o remordimientos
- **Paso doce**
- El **autosostenimiento y la autonomía del grupo:** implicación el compromiso de servicio
- **Anonimato.**
 - Primero significa protección: mi historia, mi vida, mi intimidad
 - Después significa
 - humildad: no presumas de la sobriedad adquirida
 - honestidad: la sobriedad es el objetivo y no otro
 - responsabilidad : mi sobriedad es reflejo del programa de AA

Qué es AA: Programa orientado a la acción “DOCE PASOS”

- PRIMER PASO: Mi vida es un desastre: asunción de la derrota ante el alcohol
- SEGUNDO PASO: Alguien puede enseñarme la salida y se puede salir con ayuda
- TERCER PASO: Aprender a escuchar, a valorar sugerencias, orientaciones o recomendaciones
- CUARTO PASO: Reflexionar: examen de conciencia y localizar las verdaderas áreas de cambio personal
- QUINTO PASO: Admitir los errores y las equivocaciones de forma honesta y autocrítica
- SEXTO PASO: Quiero ser y sentirme libre: necesidad de cambiar y de provocar el cambio
- SÉPTIMO PASO: Humildad, disposición al esfuerzo y dedicarse al cambio personal
- OCTAVO PASO: Reconocer a las personas y los daños provocados: recogiendo los pedazos
- NOVENO PASO: Reparación de los daños: diciendo adiós al pasado
- DÉCIMO PASO: Vivir sinceramente, vivir sin ocultarse, vivir sin reincidencias, vivir “sin máscaras”
- UNDÉCIMO PASO: Seguir pidiendo ayuda para mantener la recuperación. Transitando por el sendero
- DUODÉCIMO PASO: Vivir con coherencia estos pasos y llevar el mensaje de AA a quien pueda ayudar

Qué es AA: Programa orientado a la acción “DOCE PASOS”

- PRIMER PASO:** Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol, que nuestra vidas se habían vuelto ingobernables
Mi vida es un desastre: asunción de la Derrota ante el alcohol
- SEGUNDO PASO:** Llegamos a creer que un Poder Superior a nosotros mismos podrá devolvernos el sano juicio
Alguien puede enseñarme la salida y se puede salir con ayuda
- TERCER PASO:** Decidimos poner nuestra voluntad al cuidado de Dios, tal como nosotros lo concebimos
Aprender a escuchar, a valorar sugerencias, orientaciones o recomendaciones
- CUARTO PASO:** Sin miedo hicimos un inventario moral de nosotros mismos
Reflexionar: examen de conciencia y localizar las verdaderas áreas de cambio personal
- QUINTO PASO:** Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestras faltas
Admitir los errores y las equivocaciones de forma honesta y autocrítica
- SEXTO PASO:** Estuvimos dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos nuestros defectos de carácter
Quiero ser y sentirme libre: necesidad de cambiar y de provocar el cambio

Qué es AA: Programa orientado a la acción “DOCE PASOS”

SÉPTIMO PASO: Humildemente le pedimos a Dios que nos librase de nuestros defectos

Humildad, disposición al esfuerzo y dedicarse al cambio personal

OCTAVO PASO: Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos

Reconocer a las personas y los daños provocados: recogiendo los pedazos

NOVENO PASO: Reparamos directamente a cuántos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otro

Reparación de los daños: diciendo adiós al pasado

DÉCIMO PASO: Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocamos lo admitimos inmediatamente

Vivir sinceramente, vivir sin ocultarse, vivir sin reincidencias, vivir “sin máscaras”

UNDÉCIMO PASO: Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto con Dios, tal como lo entendemos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla

Seguir pidiendo ayuda para mantener la recuperación. Transitando por el sendero

DUODÉCIMO PASO: Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de éstos pasos, tratamos de llevar el mensaje a los alcohólicos y de practicar éstos principios en todos nuestros asuntos

Vivir con coherencia estos pasos y llevar el mensaje de AA a quien pueda ayudar

Cómo funciona AA: “DOCE TRADICIONES”

- PRIMERA:** El bienestar común del grupo antes que el personal
- SEGUNDA:** Ausencia de autoridades que gobiernen
- TERCERA:** Ninguna persona puede decidir ni enjuiciar el deseo de dejar la bebida de otra persona
- CUARTA:** Autonomía del grupo sin provocar perjuicio a otros grupos o a AA como un todo
- QUINTA:** Objetivo del grupo: el alcohólico que aún sufre las consecuencias del alcoholismo
- SEXTA:** Precaución: todos nuestro esfuerzo e interés se enfocará a ayudar a otros alcohólicos
- SÉPTIMA:** Autosuficiencia económica
- OCTAVA:** No profesionalización
- NOVENA:** No existen jerarquías ni de mandos ni mandatos ni órdenes a los diferentes miembros
- DÉCIMA:** No controversias
- UNDÉCIMA:** El poder de la atracción, la cercanía y la transparencia
- DUODÉCIMA:** El anonimato como principio de las actuaciones

Cómo funciona AA: “DOCE TRADICIONES”

PRIMERA: Nuestro bienestar común debe tener la preferencia; la recuperación personal depende de la unidad de AA

El bienestar común del grupo antes que el personal

SEGUNDA: Para el propósito de nuestro grupo solo existe una autoridad fundamental: un Dios amoroso tal como se exprese en la conciencia de nuestro grupo. Nuestros líderes no son más que servidores de confianza; no gobiernan

Ausencia de autoridades que gobiernen

TERCERA: El único requisito para ser miembro de AA es querer dejar de beber

Ninguna persona puede decidir ni enjuiciar el deseo de dejar la bebida de otra persona

CUARTA: Cada grupo debe ser autónomo, excepto en asuntos que afecten a otros grupos o a AA, considerado como un todo

Autonomía del grupo sin provocar perjuicio a otros grupos o a AA como un todo

QUINTA: Cada grupo tiene un solo objetivo primordial: llevar el mensaje al alcohólico que aún está sufriendo

Objetivo del grupo: el alcohólico que aún sufre las consecuencias del alcoholismo

SEXTA: Un grupo de AA nunca debe respaldar, financiar o prestar el nombre de AA a ninguna entidad allegada o empresa ajena, para evitar que los problemas de dinero, propiedad y prestigio nos desvíen de nuestro objetivo primordial.

Principio de precaución: todos nuestro esfuerzo e interés se enfocará a ayudar a otros alcohólicos

Cómo funciona AA: “DOCE TRADICIONES”

- SÉPTIMA:** Todo grupo de AA debe mantenerse completamente a si mismo, negándose a recibir contribuciones de afuera
Autosuficiencia económica
- OCTAVA:** AA nunca tendrá carácter profesional pero nuestros centros de servicio pueden emplear a trabajadores especiales
No profesionalización
- NOVENA:** AA, como tal, nunca debe ser organizada, pero podemos crear juntas o comités de servicio que sean directamente responsables ante aquellos a quienes sirven
No existen jerarquías ni de mandos
- DÉCIMA:** AA no tiene opinión acerca de asuntos ajenos a sus actividades; por consiguiente su nombre nunca debe mezclarse en polémicas públicas.
No controversias
- UNDÉCIMA:** Nuestra política de relaciones públicas se basa más bien en la atracción que en la promoción, necesitamos mantener siempre nuestro anonimato personal ante la prensa, la radio, la televisión y el cine
El poder de la atracción, la cercanía y la transparencia
- DUODÉCIMA:** El anonimato es la base espiritual de nuestras Tradiciones, recordándonos siempre anteponer los principio a las personalidades
El anonimato como principio de las actuaciones

Proyecto MATCH

- Es el único estudio de gran magnitud que se ha realizado sobre el apareamiento de pacientes y tratamientos
- Este estudio, efectuado en los Estados Unidos, tenía como objetivo verificar si los diferentes tipos de alcohólicos respondían de manera distinta a diversos tipos de tratamiento.
- Los tipos de tratamiento seleccionados para el estudio fueron los siguientes:
 - La **Terapia de Facilitación de 12 pasos (TSF)** en las que se alentaba a los clientes a participar en el programa de AA;
 - La **Terapia Cognitiva Conductual (CBT)**, fundamentada en la teoría del aprendizaje social y
 - La **Terapia del Incremento Motivacional (MET)**, basada en la psicología de la motivación.
- Los pacientes se asignaron de manera aleatoria a los diferentes tratamientos y se efectuaron diversos análisis “ex-post” para verificar una variedad de hipótesis sobre la interacción entre los tipos de tratamiento y la gravedad del consumo de alcohol, la deficiencia cognitiva, la gravedad de los problemas psíquicos, el nivel conceptual, sexo del paciente, la búsqueda de explicaciones, la disposición motivacional para cambiar, la aceptación social del consumo de alcohol por oposición a la abstinencia, la sociopatía y el tipo de alcoholismo.

Proyecto MATCH

- 1) Durante la fase de tratamiento los pacientes mostraron mayor índice de abstinencia o moderación si se encontraban en los tratamientos TSF y CBT que en MET: 41% contra 28% respectivamente.
- 2) Al año de seguimiento los pacientes en TSF presentaron resultados a favor que en las otras dos condiciones: mayor porcentaje de días en abstinencia y menor número de tragos estándar por día
- 3) Los pacientes en TSF mantuvieron mayor abstinencia continua y presentaban menor probabilidad de recaídas en consumo fuerte
- 4) A tres años de seguimiento se encontró una diferencia significativa entre CBT y TSF en relación al porcentaje de abstinencia a favor de éste último.

Terapia de facilitación de 12 pasos

La **terapia de facilitación de 12 pasos** es una **estrategia de compromiso activo**, concebida para aumentar la probabilidad de que un drogadicto se afilie y **participe de forma activa en un grupo de autoayuda de 12 pasos**, para así **fomentar la abstinencia**. Predominan **tres aspectos fundamentales**:

la **aceptación**, que incluye la toma de conciencia de que la drogadicción es una enfermedad crónica progresiva que el adicto no puede controlar, que la vida se ha vuelto inmanejable a causa de las drogas, que la fuerza de voluntad por sí sola no basta para superar el problema y que la abstinencia es la única alternativa;

la **entrega**, que implica someterse a un **poder superior**, aceptar la **estructura de compañerismo** y de apoyo de otros adictos en su recuperación y **seguir las actividades de recuperación** establecidas en el programa de 12 pasos y

la **participación activa en las reuniones** de 12 pasos y actividades afines. Si bien se ha comprobado la eficacia de los programas de 12 pasos (facilitación en 12 pasos) para tratar la dependencia del alcohol, las investigaciones sobre otras drogas de abuso arrojan resultados preliminares prometedores, indicando que pueden ayudar a las personas con problemas de drogadicción a mantener la recuperación.

El NIDA ha reconocido la necesidad de realizar más investigaciones en esta área y actualmente financia un estudio para evaluar el impacto de la terapia de facilitación de 12 pasos para el tratamiento de adictos a la metanfetamina y la cocaína.

Cómo funciona AA

Dejar de beber - Vivir de otra manera

- . Que la persona se comprometa consigo mismo y alcance una vida más digna
- . AA ofrece motivación personal a los recién llegados a través del programa
- . Apoyo y acompañamiento con el apadrinamiento
- . Actuaciones que son un recordatorio constante del problema con el alcohol
- . Actividades sociales y de servicio que facilitan un calendario, un orden
- . Desarrollo de la humildad para aceptar los errores y el esfuerzo de corregirlos
- . Perseverancia: las satisfacciones y los logros no llegan de forma inmediata todo fruto requiere su tiempo y “más, los frutos personales”
- . Compartir la experiencia de bebedor y de recuperación
- . Satisfacción por el cambio y el nuevo estilo de vida: “es posible el cambio y merece la pena”

OMS Estrategias para reducir el uso nocivo del alcohol: Proyecto de Estrategia Mundial (25 de marzo de 2010)

DATOS DEMOSTRATIVOS DE LA EFICACIA Y COSTOEFICACIA DE LAS INTERVENCIONES PARA A REDUCIR EL USO NOCIVO DEL ALCOHOL

1. En los últimos años **se ha acumulado un *corpus sustancial de conocimientos sobre la viabilidad, la eficacia y la costoeficacia*** de diferentes opciones de política e intervenciones encaminadas a reducir el uso nocivo del alcohol
2. ... se debe hacer hincapié en la **educación y la información**, ... saber y comprender qué significa el uso nocivo del alcohol y los riesgos conexos para la salud ... **fomentar la disponibilidad de intervenciones eficaces, movilizar a la opinión pública** y prestar apoyo a la adopción de políticas idóneas en la materia.
- 3... la **identificación temprana y el asesoramiento breve** de quienes hacen un uso del alcohol peligroso y nocivo ... así como de **recurrir a grupos de autoayuda**.
4. Un componente importante de los programas de acción comunitaria, ... es la **promoción en los medios de comunicación** (de dichos programas) ... **movilizar a la opinión pública** para abordar los determinantes locales del aumento de los niveles del uso nocivo del alcohol.
5. ... un **límite suficientemente bajo de la concentración de alcohol en sangre (0,02% a 0,05%) es eficaz para reducir el número de víctimas a causa de la conducción** bajo los efectos del alcohol.

OMS Estrategias para reducir el uso nocivo del alcohol: Proyecto de Estrategia Mundial (25 de marzo de 2010)

DATOS DEMOSTRATIVOS DE LA EFICACIA Y COSTOEFICACIA DE LAS INTERVENCIONES PARA A REDUCIR EL USO NOCIVO DEL ALCOHOL

6. ... un marco jurídico para **reducir la disponibilidad física de alcohol**, que incluya restricciones tanto de la venta como del servicio de alcohol. ... El aumento de la densidad de los puntos de venta de alcohol se asocia con el incremento de los niveles de consumo de alcohol entre los jóvenes ... la **limitación del horario o los días de venta** de bebidas alcohólicas permite reducir el número de problemas relacionados con el alcohol
7. ... el impacto que diversas formas de **marketing del alcohol** tienen **en la iniciación de los jóvenes a la bebida y en la adopción de pautas de bebida más arriesgadas** ... regímenes de reglamentación del marketing
8. Cuanto más asequible es el alcohol - ya sea porque su precio es más bajo o porque la gente tiene más ingresos disponibles - más se consume y mayor es la magnitud de los daños conexos tanto en los países de ingresos altos como en los de ingresos bajos.
9. ... el diseño de los locales donde se sirven bebidas alcohólicas concebido en función de la seguridad promoción más enérgica de productos que tengan una concentración más baja de alcohol ... advertencias sanitarias obligatorias en los envases
10. Se debe disponer de una buena capacidad científica, técnica e institucional para planificar y aplicar las medidas nacionales, regionales e internacionales apropiadas