

# Societat

## La salut de nens i joves

# Alerta pel consum d'ansiolítics i somnífers entre les adolescents

## L'alça en la ingesta d'hipnosedants s'associa amb un augment d'assetjament a les xarxes

MAYTERIUS  
Barcelona

El 2021 es va reduir entre els adolescents el consum de tota mena de drogues, però no el d'hipnosedants. Els tranquil·litzants i els somnífers ja són la quarta droga més consumida de les analitzades a l'Enquesta sobre l'ús de drogues en ensenyaments secundaris a Espanya (Estudes) que elabora el Ministeri de Sanitat. Un de cada cinc estudiants d'entre 14 i 18 anys assegura que ha pres aquest tipus de substàncies alguna vegada a la vida, i la meitat admeten que sense prescripció mèdica. I els percentatges són superiors si el focus es posa només en les noies.

Un 24% de les adolescents consultades a Estudes havien in-

que hi hagi el doble de noies que de nois que utilitzen aquestes substàncies psicoactives, perquè això com a mínim indica que darrere hi ha un patiment", assegura Pere Bonet, director de la càtedra de Salut Mental de la UViC-UCC. I emfatitza que és un senyal d'alerta "que obliga a preguntar-se si les noies tenen més pressió que els nois, si viuen en un entorn pitjor o si hi ha aspectes externs o culturals que els afecten més, o si els nois s'automediquen amb altres substàncies psicoactives".

Rafael Penadés, psicòleg de l'hospital Clínic de Barcelona, apunta que és evident que les noies utilitzen més aquests fàrmacs, però també que el consum d'alcohol és superior en els nois, "de manera que és difícil tenir una explicació precisa de la bretxa de gènere, perquè podria ser

que cadascú recorri a unes substàncies diferents per solucionar els seus problemes emocionals".

Perquè, justifica Penadés, l'anàlisi detallada de les respostes que els adolescents donen a Estudes evidencia que són clarament conscients que els hipnosedants enganxen i no són innocuus. De fet, es tracta de la substància legal amb més percepció de risc. "Un 88,6% tenen clar que el consum habitual desencadena problemes, però, tot i això, en prenen, cosa que indica que no és un ús per error o addició, sinó perquè tenen un motiu, amb un objectiu terapèutic, per reduir l'ansietat o els símptomes emocionals", diu.

I remarca una altra dada que també li crida l'atenció i quadra amb la seva experiència amb els pacients en consulta: l'ús d'hip-

nosedants és més alt al grup d'adolescents que ha patit assetjament a través d'internet o altres mitjans. "L'estudi deixa clara una correlació que els psicòlegs clínics estem veient: l'augment d'hores d'internet incrementa la psicopatologia de tipus ansiós i de tipus depressiu, porta a un sentiment d'inadequació per comparació, per les crítiques, pels m'agrada o no m'agrada... Això es tradueix en malestar, i incrementa les autolesions i les ide-

acions suïcides... A Estudes es veu que els que senten que pateixen assetjament a internet consumeixen més hipnosedants", assenyala Penadés.

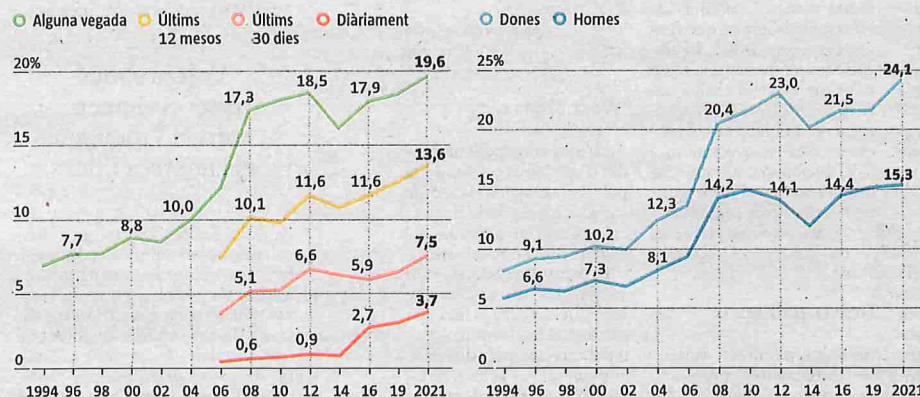
I afegeix que "justament són les noies les que tenen més problemes d'assetjament, les que són més criticades i les que de vegades interioritzen elles mateixes unes estàndards i es converteixen en el seu propi botxí respecte a la seva aparença o desitjabilitat social, i això fa que pateixin més, i podria ser un indicador indirecte" de per què prenen més ansiolítics o somnífers.

Afegeix que l'augment del temps que passen a les xarxes socials i a internet per la pandèmia i el confinament ha fet que aquestes situacions s'hagin agreujat, i això està destapant els problemes de salut mental que tenen els

**Pere Bonet:**  
"Les dades obliguen a preguntar-se si les noies senten més pressió que els nois"

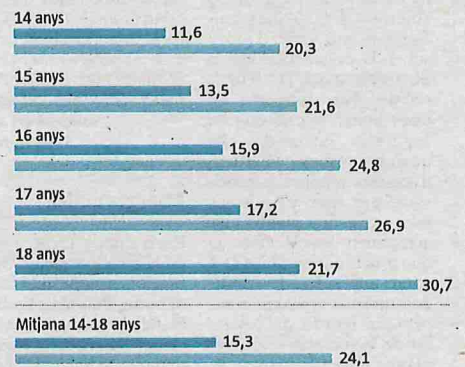
### Consum d'hipnosedants amb recepta mèdica o sense entre estudiants de 14 a 18 anys

Prevalença en percentatge



FONT: Oeda, "Enquesta sobre l'ús de drogues en estudiants d'ensenyaments secundaris a Espanya"

Dades del 2021 ● Homes ● Dones



gerit ansiolítics o somnífers, amb recepta o sense, alguna vegada, un percentatge que en els nois és d'un 15%. I el consum creix a mesura que fan anys: gairebé un 31% de les noies de 18 anys havien pres alguna vegada hipnosedants -un 12% l'últim mes-, davant un 20% (9% l'últim mes) als 14 anys.

El fenomen no és nou, però s'ha intensificat. Les dades d'Estudes mostren una clara tendència ascendent dels últims cinc anys i que l'escalada ha estat molt més accentuada en el cas de les noies.

"Més enllà de si el percentatge d'adolescents que consumeixen hipnosedants és alt o no i que una part en prengui sense recepta, el que preocupa bastant de les dades que mostra aquest estudi és

### D'on treuen els menors les benzodiazepines?

■ Els fàrmacs de tipus hipnosedant, com per exemple les benzodiazepines -conegudes per l'efecte calmant i relaxant-, requereixen recepta mèdica per comprar-ne. Tot i això, un 10% d'adolescents entre 14 i 18 diu que n'ha consumit sense prescripció mèdica. D'on els treuen?

De les dades d'Estudes es dedueix que gairebé la meitat dels estudiants de secundària (47%) està convençut que podria obtenir hipnosedants fàcilment.

"Com hi accedeixen? No ho sabem, però sí que és un fàrmac d'ús i abús entre adults. En prenen molts ciutadans, i els adolescents n'estan al cas i, si en necessiten, n'agafen", diu el psicòleg Rafael Penadés. "No és difícil que el menor trobi aquests fàrmacs a casa; avui hi ha hipnosedants a la farmaciola bàsica de gairebé totes les llars, i això hauria de fer reflexionar els adults sobre si estem procedint adequadament amb uns fàrmacs que

són per a situacions específiques i que requereixen supervisió mèdica per no generar efectes secundaris indesitjats, si no hi estem donant possibilitat d'accés sense control als menors", explica Celia Prat, de FAD. Carlos Fernández Moyano, del Consell General de Col·legis Farmacèutics, assegura que el sector no té dades sobre el consum d'hipnosedants per part d'adolescents, però sí que va detectar un augment de la demanda de la població

en general durant la pandèmia relacionat amb més problemes d'ansietat i més trastorns del son, de manera que els nanos poden trobar els fàrmacs a casa. "Hem de reforçar l'educació sanitària per evitar aquest consum sense recepta, el comportament que el metge li ha receptat les pastilles a un membre de la família però després en prenen altres persones, incloent-hi els adolescents", indica Fernández Moyano.

LA VANGUARDIA



ANA JIMÉNEZ

La sobreexposició en xarxes augmenta patologies de tipus ansiós en els adolescents, segons els experts

adolescents: "Pateixen més que no ens pensàvem, i per aturar aquest patiment són capaços de tot, de prendre fàrmacs, de conductes autolesives, de provar de llevar-se la vida..."

Celia Prat, responsable de formació de la FAD (Fundació d'Ajuda contra la Drogoaddicció), assegura que a l'últim baròmetre de salut i benestar, del 2019, un 49% dels joves entre 15 i 29 anys admetien haver tingut algun problema de salut mental, un percentatge 20 punts superior al de l'enquesta feta dos anys abans. "I un 39% deien que no havien demanat ajuda a ningú, cosa que fa pensar que alguns hagin optat per automedicar-se amb hipnosedants, com sembla que indiquen les dades d'Estudes", diu

Prat. Comenta que els principals problemes de què parlen els joves són falta de gana, cansament, depressió, ansietat, fòbies i problemes per agafar el son, i són més freqüents entre les noies —un 45% declaren haver tingut alguna idea de suïcidi, davant un 35% de nois—. "Això també coincideix que els hipnosedants siguin més consumits per elles per alleujar aquestes tensions".

El director de la càtedra de Salut Mental de la UVic-UCC, Pere Bonet, assegura que als centres de salut mental d'adults també s'atenen més dones que homes. "La població atesa no és tota la que pateix, és la punta de l'iceberg, però sí que és un indicador, una llum vermella que ens adverteix que passa alguna cosa al

col·lectiu femení, i des d'adolescents", conclou.

El fet que es prenguin ansiolítics i somnífers sense supervisió mèdica en l'adolescència no és fútil. "Entre els 14 i els 18 anys les nostres xarxes neuronals estan en fase de construcció, i el consum continuat de substàncies com l'alcohol o les benzodiazepines —que sumen els seus efectes— castiga aquest desenvolupament del sistema nerviós central, i de vegades la poda neuronal pot acabar malament", explica Bonet. Afegeix que també és contraproduent que els adolescents s'acostumin a, davant situacions de tensió, recórrer a la solució fàcil d'una pastilla en comptes d'optar per afrontar-ho i per ser cada vegada més resilient.

## Anticonceptius de franc a França per a les dones de fins a 25 anys

El control de natalitat ha baixat els últims anys per l'elevat cost

EUSEBIO VAL  
París. Corresponsal

Des del primer de gener, les dones franceses tenen anticonceptius gratuïts fins als 25 anys. La mesura s'ha adoptat després de detectar-se un ús inferior de mètodes de control de natalitat a causa de raons econòmiques.

El Govern francès vol que en la lliure decisió de ser o no mares no hi hagi discriminacions per raons de renda. Es tracta d'una iniciativa amb lectura política, ja que les eleccions presidencials se celebren a l'abril. Macron va esmentar recentment la gratuïtat dels anticonceptius com un dels èxits del seu mandat. És evident que els votants de centreesquerra, no gaire entusiasmats amb la política de l'Elisi aquests anys, tendiran a veure de bon ull una mesura amb accent social. Al contrari, a alguns electors de dreta podria disgustar-los.

Fins ara s'aplicava la gratuïtat dels mètodes anticonceptius a les menors d'edat entre els 15 i els 18 anys. Aquesta política es va iniciar el 2013, sota la presidència del socialista François Hollande.

L'extensió dels contraceptius gratuïts obeeix a la constatació que moltes dones de la franja d'edat entre els 18 i els 25 anys han deixat d'utilitzar-ne "per raons financeres", segons va indicar fa uns quants mesos el ministre de Sanitat, Olivier Véran.

L'Estat, a través de la seguretat social, assumirà el cost de tots els mètodes de control de natalitat i també de les consultes ginecològiques associades, per exemple les anàlisis per comprovar si una dona pot fer servir mètodes hormonals com per exemple la píndola.

Les autoritats estimen que la barrera dels 25 anys és lògica perquè a aquesta edat moltes dones ja treballen, comencen a viure autònomament i disposen de mitjans per pagar els anticonceptius.

La gratuïtat per a les menors d'edat ha donat bons resultats. La conseqüència més

positiva ha estat la baixada dels avortaments més d'un trenta per cent els primers cinc anys d'aplicar-se.

Es calcula que l'ampliació de la gratuïtat dels anticonceptius costarà uns 21 milions d'euros a l'any, una xifra moderada per a un país de la dimensió de França però amb un impacte considerable en l'opinió pública.

Macron es va presentar a les eleccions, el 2017, pretenent ser l'encarnació d'una nova política, "ni de dretes ni d'esquerreres", amb èmfasi en la modernització del país i l'eficàcia de l'Estat. Però els votants d'esquerreres, molts dels quals li van donar suport per barrar el pas a la ultradretana Marine Le Pen, es van sentir molt decebuts amb algunes mesures econòmiques i tributàries. Fer els anticonceptius gratuïts és un intent de congraciar-s'hi.

**La mesura podria donar vots a Macron entre votants de centreesquerra a qui ha decebut**

Com en altres països amb fort pes de l'Església catòlica, la legalització dels anticonceptius va xocar amb vives resistències. La píndola va ser legalitzada el 1967, durant la presidència de Charles de Gaulle, catòlic i conservador en l'àmbit dels costums. No va ser fàcil perquè es trencava una tendència de promoció de la natalitat per contrarestar el cop demogràfic causat per les dues guerres mundials.

Més laboriosa i controvertida encara va ser l'aprovació de la llei de l'avortament, que va ser batejada amb el nom de la seva promotora, la llavors ministra de Sanitat, Simone Veil, supervivent de la Xoà, que Macron va homenatjar fa uns anys en ser inhumada al Panteó. Una altra fita va ser l'avortament pagat per l'Estat, el 1982, i la gratuïtat, des del 2002, de la píndola de l'endemà per a les menors d'edat.