



De acuerdo a los datos del Senda, también hay un alza en tranquilizantes sin recetas y un patrón de consumo intensivo.

María Paz Núñez

El consumo de alcohol y drogas en mujeres jóvenes en Chile está experimentando un cambio estructural que los datos más recientes dejan en evidencia con preocupantes números entregados por el Senda, los que indican que en población escolar, el consumo de alcohol en el último mes alcanza al 32,5% en mujeres, superando a los hombres (27,2%), mientras que en educación superior, la embriaguez entre quienes consumen alcohol llega al 60,5% en mujeres, prácticamente igualando a los hombres.

A lo anterior, se suma un aumento en el uso de tranquilizantes sin receta, que alcanza el 5,7%, siendo también una de las categorías que crece

Mujeres jóvenes superan a hombres en consumo de alcohol en Chile

en este grupo.

En tanto, a nivel de población general, el fenómeno también muestra señales de expansión: el 27,6% de las mujeres declara consumo de alcohol en el último mes y, entre quienes consumen, un 47,2% reporta episodios de embriaguez, reflejando un patrón de consumo intensivo que se instala en distintos grupos etarios.

Para el doctor Matías Ibáñez, médico experto en adicciones y director de Clínica Pellet Chile, este fenómeno no puede entenderse sin considerar el rol de la salud mental. En Chile, los estudios muestran que las mujeres jóvenes presentan mayores niveles de ansiedad y depresión que sus



parees hombres, lo que abre la puerta a lo que los especialistas denominan automedicación emocional.

"Muchas veces el consumo no es el problema de fondo,

sino la forma en que se está intentando manejar ansiedad, depresión o malestar emocional. El alcohol funciona como una válvula de escape momentánea, pero después

el costo es mayor.", aseguró el Dr. Matías Ibáñez.

Menor percepción de riesgo y normalización del consumo de alcohol

A esto se suma un factor determinante: la menor percepción de riesgo frente al alcohol. Al no percibirse como una conducta peligrosa, la barrera de entrada disminuye significativamente, facilitando tanto el inicio como la repetición del consumo.

El cambio cultural también juega un papel clave. El alcohol sigue estando profundamente asociado a la socialización y la pertenencia, y su aceptación ya no distingue género de la misma forma que hace algunos años. En contextos

adolescentes y universitarios, esto se combina con la presión de pares en entornos donde el consumo es la norma.

A esto se suma, que desde la práctica clínica, el Dr. Matías Ibáñez advierte que el perfil de paciente más complejo de detectar no es el que consume a diario, sino el que concentra el consumo en momentos específicos: fines de semana, celebraciones o espacios sociales.

Este patrón —conocido como consumo episódico o bebedor de fin de semana— es especialmente frecuente en mujeres jóvenes que cumplen con sus responsabilidades y solo pierden el control en contextos de esparcimiento. El problema está ahí, pero la apariencia de funcionalidad durante la semana lo vuelve invisible para el entorno y, sobre todo, para la propia persona.

El estigma agrava esta invisibilidad. Las mujeres con consumo problemático enfrentan un juicio social más severo, lo que las lleva a ocultar el problema durante más tiempo y a postergar la búsqueda de ayuda.