Senderos de Prevención
Cursos En Línea

HOJA INFORMATIVA

Información General sobre el Abuso del Alcohol y la Violencia Contra las Mujeres

El alcohol es la sustancia más usada y abusada en Estados Unidos.[1]El abuso del alcohol y las drogas producen costos sociales, de salud y otros de grandes proporciones. Más de 14 millones de personas en todo el país tienen problemas con el alcohol en cualquier año dado.[2]

La violencia contra las mujeres es también un problema importante. Las mujeres de todas las razas, nacionalidades y niveles de ingresos son víctimas de 2.7 millones de crímenes violentos cada año.[3] Al comprender cómo se relacionan los dos problemas, la sociedad puede encontrar formas para tratar y prevenir tanto el abuso del alcohol como la violencia doméstica.

El Vínculo Entre el Alcohol y la Violencia

Aunque el abuso del alcohol y la violencia frecuentemente tienen lugar juntos, uno no es la *causa* del otro.[4] El uso del alcohol o las drogas puede aumentar el riesgo de violencia y puede afectar su frecuencia y gravedad. Por ejemplo, es más probable que un hombre con un temperamento impulsivo o un bajo nivel de frustración exteriorice su enojo física o verbalmente después de haber bebido alcohol. El alcohol tiende a reducir las inhibiciones de una persona. En otras palabras, puede actuar antes de pensar. De igual forma, después de beber alcohol, un hombre que tiende a expresar su enojo de maneras sexualmente controladoras podría violar o agredir sexualmente a una mujer antes de detenerse a pensar acerca de su comportamiento. Cuando está sobrio, el mismo hombre probablemente pensará primero.

Algunos hombres abusivos utilizan la excusa de que el abuso de la sustancia los hace ser violentos. Aunque muchos hombres que abusan del alcohol nunca llegan a ser violentos, casi la mitad de los que cometen actos de violencia contra su pareja también tienen problemas de abuso del alcohol.[5] Pueden tornarse violentos:

- Para liberar sentimientos de tensión, enojo o frustración,
- Para evitar asuntos dolorosos y desviar la culpa, o
- Para sentirse en control.

El uso del alcohol y las drogas no es solamente un factor de riesgo para los criminales potenciales. Para una mujer que está bebiendo, también puede aumentar sus oportunidades de llegar a ser una víctima de la violencia. El juicio de una mujer también puede verse afectado si ella está bebiendo, lo que la podría llevar a involucrarse en conductas de riesgo o interferir con su capacidad para librarse de una situación peligrosa. Así que, las mujeres que se convierten en víctimas de la violencia realmente pueden usar alcohol antes de que sean abusadas. También pueden comenzar a usar el alcohol *después* de la violencia como manera de hacerle frente al dolor.

La Verdad Acerca del Alcohol y la Violencia

Muchas personas no se dan cuenta de lo poderosos que pueden ser los efectos del alcohol sobre sus comportamientos, acciones y hasta en la química del cerebro.

La gente puede beber alcohol o usar drogas:

- Para escapar de la tensión, tristeza o depresión,
- Para aparentar confianza, o
- Para anular los sentimientos de culpa, vergüenza, enojo o soledad.[6]

Existe una cantidad de mitos sobre el alcohol y su conexión con la violencia. La lista siguiente intenta separar los hechos de la ficción:

Mito: *Beber alcohol le da más energía.*
Hecho: El alcohol es realmente un depresivo. El alcohol disminuye la actividad del sistema nervioso central. Luego de beber solamente una pequeña

cantidad de alcohol, la gente tiende a reaccionar más lentamente, su juicio puede nublarse y puede tener menos coordinación.[7]

Mito: *Pocas mujeres en Estados Unidos son alcohólicas.*

Hecho: La cantidad de hombres y mujeres afectadas hoy en día por el alcohol es más o menos igual. Sin embargo, las mujeres tienden a abusar de los fármacos mucho más que los hombres.[8]

Mito: *Los hombres son afectados por la violencia tanto como las mujeres.*
Hecho: Más del 85 por ciento de todas las víctimas de violencia de sus parejas íntimas son mujeres. [9]

Mito: *No se puede lastimar a los niños a menos que sean víctimas de la violencia.*
Hecho: Los niños no tienen que ser lastimados físicamente o aún presenciar directamente la violencia y el abuso de sustancias para sentir su impacto. Ellos ven los resultados. También pueden escuchar a sus padres gritar, amenazar, romper cosas o abusar físicamente.

Al menos 3.3 millones de niños entre las edades de 3 a 17 años están en riesgo de exposición a la violencia de los padres todos los años.[10] Los niños expuestos a la violencia doméstica pueden tener problemas de comportamiento, una autoestima baja y depresión,[11,12] así como también un bajo rendimiento escolar.[13]

Dónde se Puede Solicitar Ayuda

Es muy probable que muchas personas que abusan del alcohol y que también son violentos nieguen que tienen un problema. Esta negación puede hacer que los miembros de la familia se sientan sin esperanzas. Todas las comunidades tienen recursos para la prevención y el tratamiento del alcohol. No existe una manera fácil para hacer que un adulto (de 18 años o más) entre a tratamiento, pero los siguientes son algunos pasos que pueden tomar los familiares y amistades para ayudar:

- Deje de rescatar a la persona cuando él o ella se metan en problemas. La persona necesita sufrir las consecuencias de la bebida.
- Háblele seriamente a la persona cuando esté sobria, pero hágalo inmediatamente después de un incidente, de modo que el evento o problema esté fresco en su mente. Sea específico para que no haya confusión.
- Hable con un orientador para solicitarle información y referencias.
- Esté listo para ayudar. Prepárese con información acerca de Alcohólicos Anónimos (AA) o recursos comunitarios. Esté dispuesto a acompañar a la persona a una reunión de AA o a una cita inicial con un terapeuta, de ser necesario.

Para obtener más información, vaya a www.samhsa.gov/preventionpathways y haga clic en "cursos" para encontrar el Módulo 1 del curso en línea, "No Me Pasará a Mí: *Abuso de Sustancias y Violencia Contra las Mujeres*".

Referencias:

[1] George, R. L. (1990). *Counseling the chemically dependent*. Boston: Allyn & Bacon.
[2] Institutos Nacionales de la Salud, Instituto Nacional de Abuso del Alchohol y Alcoholismo. (2001). *Alcoholism: Getting the facts*. Bethesda, MD: Autor. Disponible en línea en http://www.niaaa.nih.gov/publications/booklet.htm
[3] Rennison, C. (2001, septiembre). Criminal victimization 2001: Changes 2000-01 with trends 1993-2001 (National Crim Victimization Survey, NCJ 194610). Washington, DC: Boletín Estadístico del Departamento de Justicia. Departamento de Justicia de Estados Unidos, Oficina de Progrmas de Justicia.
[4] Fazzone, PA; Holton, JK, y Reed, BG. (1997). Substance abuse treatment and domestic violence. Treatment improvement protocol series 25. (DHHS Publication No. SMA 97-3163). Rockville, MD: Centro para el Tratamiento de Abuso de Sustancias.
[5] Bennett, L. y Lawson, M. (1994). Barriers to cooperation between domestic violence and substance abuse programs. *Families in Society: The Journal of Contemporary Human Services, 75*, 277-286.
[6] Asociación Médica Americana. (1999). Substance abuse: Why do people use drugs? Chicago: Autor.
[7] George, RL. (1990).
[8] Drug Strategies.org. (1999). Millennium hangover: Keeping score on alcohol. Washington, DC: Autor. Disponible en línea en http://www.drugstrategies.org/keepingscore1999/index.html
[9] Boletín Estadístico del Departamento de Justicia (2001).
[10] Jaffe, PG, Wolfe, DA, y Wilson, SK. (1990). Children of battered women (Developmental Clinical Psychology and Psychiatry, Vol 21). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
[11] Edleson, JL. (1999). Children's witnessing of adult domestic violence. *Journal of Interpersonal Violence, 14* (8):839-871.
[12] Kairys, SW, Johnson, CF, y el Committee on Child Abuse and Neglect. (2002). The psychological maltreatment of children-technical report. *Pediatrics,*109(4). Disponible en www.pediatrics.org/cgi/content/full/109/4/e68.

[13] Kernic MA, Holt VL, Wolf ME, McKnight B, Huebner CE, Rivara FP. (2002). Academic and school health issues among children exposed to maternal intimate partner abuse. *Arch Pediatr Adolesc Med,* 156*(6)*:549-555.