



### Inicjacja

alkoholowa zwykle ma miejsce w okresie nastoletnim, co zwykle prowadzi do zwiększonego ryzyka rozwinięcia się uzależnienia. Okazuje się, że osoby, które tę inicjację przeszły w wieku 14 lat i wcześniej są czterokrotnie bardziej narażone na popadnięcie w nałóg w porównaniu z osobami, które sięgnęły po alkohol w wieku 20 lat i później.

Niekorzystny wpływ wczesnej inicjacji alkoholowej nie ogranicza się jedynie do zwiększonego ryzyka rozwoju uzależnienia od alkoholu. Przeprowadzone badania wskazują również na silny związek pomiędzy wczesną inicjacją a rozwojem zaburzeń lękowych i depresyjnych w późniejszym wieku.

Picie alkoholu jest szczególnie częste u nastolatków doświadczających lęków społecznych. Nie jest jednak jasne, czy używanie alkoholu wzmacnia istniejące już zaburzenia lękowe czy je wywołuje. Wykazano również, że wczesna ekspozycja na alkohol skutkuje zaburzeniami poznawczymi, takimi jak zaburzenia uwagi, pamięci oraz umiejętności wizualno-przestrzennych, co skutkuje trudnościami w różnego typu zdolnościach operacyjnych.

Czytaj też: [Niski wiek inicjacji alkoholowej w Polsce](#)

Przeprowadzanie badań eksperymentalnych związanych z ekspozycją na alkohol ma oczywiste ograniczenia. Wiele z tych badań przeprowadzanych jest na szczurach laboratoryjnych. Okazuje się jednak, że wyniki, które u nich występują w związku z wystawieniem na działanie alkoholu, można przenieść na gatunek ludzki. Zmiany te odnoszą się do kwestii poznawczych oraz emocjonalnych.

Bieżący eksperyment wykazał, że długotrwałe szkodliwe skutki ekspozycji na alkohol zależały od płci oraz czasu. Okazało się, że wczesne wystawienie na działanie alkoholu w przypadku samców, ale nie samic, spowodowało wystąpienie lęków społecznych oraz ograniczeń w elastyczności zachowań. Ponadto potwierdzono, że późniejsza ekspozycja na alkohol nie wpływała na zachowania społeczne, a pojawiający się niepokój w sytuacjach

grupowych dotyczył tylko samców. Późniejsze badania wskazały również, że obszary czołowe mózgu, ciało migdałowate oraz hipokamp są zaangażowane w rozwój umiejętności społecznych u bardzo młodych i nastoletnich zwierząt. Pozwala to na wyciągnięcie wniosku, że to właśnie funkcjonowanie tych obszarów zostaje zaburzone w wyniku ekspozycji na alkohol. Dalsze badania, które wymagają kontynuowania, sugerują, że ważną rolę w kwestii funkcjonowania społecznego i lęku z tym związanego odgrywają oksytocyna i wazopresyna. Wyniki eksperymentów badających elastyczność zachowania również wykazały, że ta zdolność ulega większemu zakłóceniu w przypadku samców poddanych wczesnej ekspozycji na alkohol.

U ludzi lęk społeczny sprzyja występowaniu nadużywania alkoholu. Nadal nie jest pewne, co jest pierwotnym zaburzeniem, niemniej bieżące badanie zwiększa prawdopodobieństwo hipotezy, iż wczesna inicjacja oraz szybciej następujące po niej upijanie się w okresie wczesnej adolescencji jest istotnym czynnikiem ryzyka rozwoju zaburzeń lękowych, zwłaszcza w sytuacjach społecznych.

Źródło:

Varlinskaya E.I., Hosova D., Towner T., Werner D. F., Spear L.P., [Effects of chronic intermittent ethanol exposure during early and late adolescence on anxiety-like behaviors and behavioral flexibility in adulthood](#), Behav Brain Res., Jan 2020, 27, 378, 112292.

Fot. Randy Jacob, Unsplash.com