

Vapeadores, móviles y alcohol: así está cambiando la adicción entre los adolescentes españoles

Más del 75% de los adolescentes españoles ya ha probado el alcohol y uno de cada cinco presenta un uso problemático de internet y redes sociales

La adolescencia nunca había estado tan expuesta al consumo y a las conductas adictivas como ahora. Los expertos en salud mental y adicciones advierten de que el inicio del consumo de alcohol, cannabis o vapeadores se produce **cada vez a edades más tempranas**, en paralelo al crecimiento silencioso de nuevas dependencias vinculadas a las pantallas, las redes sociales y los videojuegos.

Los datos reflejan la magnitud del fenómeno. Según la [última encuesta ESTUDES del Plan Nacional sobre Drogas](#), **cerca del 75%** de los estudiantes españoles de entre 14 y 18 años ha consumido [alcohol](#) alguna vez en su vida, mientras que **más del 40%** reconoce haber usado cigarrillos electrónicos o vapeadores en el último año. Además, **casi un 20%** presenta un [uso problemático de internet](#) y redes sociales.

Las encuestas reflejan que las sustancias tradicionales siguen presentes y se están abriendo paso nuevas conductas con gran impacto en la salud mental y el desarrollo emocional.

Ese es precisamente el punto de partida de la nueva [entrevista que ha publicado Esvidas con Noelia Marchante](#), donde la psicóloga especializada de Esvidas Montealto, analiza **por qué la adolescencia se ha convertido en una de las etapas de mayor riesgo para el desarrollo de adicciones** y qué papel juegan factores como la autoestima, la presión social, el entorno familiar y las nuevas tecnologías.

La adolescencia, semillero de adicciones: una etapa crítica

“La adolescencia, una etapa de profundos cambios y búsqueda de identidad, se ha convertido en un terreno fértil para el desarrollo de adicciones, un fenómeno

Esvidas, red de centros de adicciones

Ayudamos a las personas encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.



NOTA DE PRENSA

01 de junio de 2026

Departamento de Marketing de Esvidas

Contacto: 911 091 900 – comunicacion@esvidas.es



que va más allá de las sustancias tradicionales y se extiende peligrosamente al ámbito digital". Así presenta Noelia uno de los temas que afectan de lleno a la adolescencia en relación con la adicción.

Desde los [centros de desintoxicación y tratamiento de adicciones de Esvidas](#), la experiencia clínica diaria revela una verdad contundente: *"La gran mayoría de personas que llegan aquí con nosotros inician su adicción en la adolescencia, en un periodo bastante crítico para el desarrollo"*, afirma Marchante.

Esta observación **pone de manifiesto la precocidad del inicio de estas conductas**, así como la necesidad urgente de abordar la prevención desde edades tempranas.

Las adicciones más comunes en adolescentes abarcan **desde el alcohol**, cuyo consumo está preocupantemente normalizado en la sociedad, hasta **el vapeo**, que ha sustituido al cigarrillo tradicional [minimizando falsamente sus riesgos](#). Sin embargo, la psicóloga de Esvidas Montealto enfatiza la irrupción de las adicciones comportamentales: *"La nueva tecnología, el teléfono móvil, redes sociales, videojuegos, consola, esos son los grandes problemas"*.

Aunque otras sustancias, como el cannabis, también están presentes, el impacto del mundo digital es innegable y creciente.



Esvidas, red de centros de adicciones

Ayudamos a las personas encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.



La búsqueda de pertenencia: Un arma de doble filo

La vulnerabilidad adolescente ante las adicciones **se explica por múltiples factores**, siendo la búsqueda de pertenencia uno de los más poderosos. Durante esta etapa, la necesidad de encajar en un grupo y ser aceptado por los iguales es fundamental.

Noelia Marchante lo describe con claridad: *"El sentido de pertenencia es una necesidad que se desarrolla con el tiempo y, muchas veces, quien no tiene un grupo social o no forma parte de entornos donde se consume alcohol puede sentirse desplazado, aislado o al margen del resto."*

Esta presión social, **combinada con la normalización del consumo en el entorno**, puede llevar a los jóvenes a adoptar comportamientos que, en otras circunstancias, rechazarían.



La cultura juega un papel determinante, como explica la especialista: *"Si entras en cualquier bar y ves a diez personas tomando cerveza, vino o cubatas, lo percibimos como algo completamente normal. Incluso, muchas veces, quien no bebe acaba siendo señalado como 'el raro', el que no socializa o el que no encaja en lo que hace la mayoría."*

Esta normalización del consumo de alcohol, por ejemplo, **incita a la experimentación y aumenta el riesgo de desarrollar una adicción**.

Esvidas, red de centros de adicciones

Ayudamos a las personas encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.



Además de la presión del grupo, existen otros factores de riesgo que predisponen a los adolescentes a las adicciones:

- Las **familias desestructuradas o con disfunciones**.
- La **baja autoestima**.
- La **falta de habilidades sociales para relacionarse**.
- Una marcada **tendencia a buscar el bienestar inmediato** a través de una sustancia o un comportamiento adictivo.

Estos elementos, combinados, crean un caldo de cultivo propicio para que el joven encuentre en la adicción una vía de escape o una forma de "funcionar" en su día a día.



El papel crucial de la familia y la prevención activa

Ante este panorama, la prevención se erige como la herramienta más eficaz. Noelia Marchante subraya que *"evidentemente se puede prevenir el consumo de sustancias"* y que la clave reside en fomentar factores protectores. El entorno familiar, en este sentido, **es insustituible**. Los padres y educadores deben adoptar un enfoque de escucha activa y empatía, alejándose de actitudes autoritarias que solo generan distancia.

La coherencia en el mensaje es fundamental. Los adultos deben ser modelos a seguir, ya que *"yo no puedo pedir algo que al final yo no estoy dando. Si yo estoy usando el teléfono, si yo estoy bebiendo, mi hijo no me va a tener como una figura de autoridad o de credibilidad"*, advierte Marchante. Es vital que los

NOTA DE PRENSA

01 de junio de 2026

Departamento de Marketing de Esvidas

Contacto: 911 091 900 – comunicacion@esvidas.es



padres se acerquen a sus hijos adolescentes *"sin ese prejuicio con el que solemos llegar"*, fomentando un diálogo abierto y de confianza.



Esvidas, con su [equipo multidisciplinar](#) de psicólogos, psiquiatras, médicos y trabajadores sociales, enfatiza que **la adicción es una enfermedad que afecta no solo al individuo, sino a todo su entorno**. Por ello, la intervención temprana y el apoyo familiar son esenciales.

Es importante entender la educación, la concienciación y el fortalecimiento de los lazos familiares como escudos protectores frente a una problemática que, si no se aborda a tiempo, puede dejar secuelas profundas en el desarrollo y futuro de nuestros jóvenes.

Para consultas de prensa, contactar con:

Miguel Andrés | comunicacion@esvidas.es | www.esvidas.es

Esvidas, red de centros de adicciones

Ayudamos a las personas encontrar el tratamiento adecuado para su recuperación.

