Artículo de Investigación

Consumo de bebidas alcohólicas en estudiantes universitarios y su relación con el estrésacadémico

Aneuris Vega Nicolás Fernández Cruz, Adenawer Figueroa Vargas

Universidad Autónoma de Santo Domingo

Resumen

Objetivo**:** Determinar la relación entre el consumo de alcohol y el nivel de estrés en estudiantes universitarios. El estudio fue descriptivo, correlacional, con una muestra representativa de 57 estudiantes. Se utilizaron los instrumentos: AUDIT, desarrollado porla Organización Mundial de la Salud (OMS) para medir la predisposición y el consumo problemático de alcohol, y el cuestionario SISCO para medir el estrés académico. Los resultados indicaron el consumo de alcohol en los estudiantes se encuentra en un 5%, la existencia de problemas relacionados con el alcohol se encuentra en un 23%, el consumo peligroso del alcohol se encuentre en un 14%, la dependencia del alcohol se encontró un 9%, y el consumo perjudicial y dañino en un 7%. Con relación al nivel de estrés académicoque presentan los jóvenes se pudo evidenciar que el 42% presentan niveles leves de estrés, lo que significa que se mantienen activos y atentos a todo lo que tiene que ver con las actividades académicas. Por otra parte con un 16% presenta un nivel moderado de estrés, lo cual se debe prestar atención en estos casos los cuales pueden presentar problemas en el rendimiento académico. En el nivel profundo no se encontró ningún caso, el 42% restante se encuentran en el nivel bajo. En conclusión, se pudo evidenciar que existe una correlación positiva baja (*0.032), lo que significa que el consumo de alcohol se puede deber al estrés académico en cierta medida, pero también se debe a otros factores que pueden ser más significativos.

Palabras Claves: Consumo, Bebidas alcohólicas, Estudiantes Universitarios, EstrésAcadémico

Introducción

En los tiempos actuales que vivimos, la superación académica ha ido cada día más en aumento. Es por esto que son cada vez más los jóvenes que acuden a los recintos universitarios para obtener una carrera universitaria y por medio de esto tener un buen trabajo el cual le sustente su vida.

El estrés es un sentimiento de tensión física o emocional, también se puede definir como una reacción fisiológica que se dan en nuestro organismo ante determinadas situaciones y que se conoce como estrés. Puede provenir de cualquier situación o pensamiento, sepresentan cuando una persona sufre un estado de tensión nerviosa, producto de diversas situaciones en el ámbito laboral, escolar o personal: exceso de trabajo, ansiedad, situaciones traumáticas que se hayan vivido, pero el estrés es además una herramienta que puede ayudar a afrontar y superar algunas situaciones difíciles (Vargas, Castillo Rebeca y Guzmán 2016).

Se podría definir el estrés académico como aquél que es producto de las presiones del ámbito educativo, situaciones como la que se presenta en los estudiantes de nuevo ingreso, en primera instancia, los estudiantes se encuentran con la necesidad de establecer un cambio de perspectiva en su comportamiento para adaptarse al nuevo entorno. Esto en muchos casos, trae consigo la necesidad de que los estudiantes adopten una serie de estrategias de afrontamiento muy distintas a las que disponían hasta ese momento para superar con éxito las nuevas exigencias que se les demandan. Sin embargo, una gran parte de esos nuevos estudiantes universitarios carecen de esas estrategias o presentan unas conductas académicas que son inadecuadas para las nuevas demandas (Palacio, 2015).

Se estima que cada vez más los jóvenes acuden al consumo del alcohol, para según ellos poder lidiar con el estrés que le produce llevar tantas materias, y el alcohol los ayuda a olvidar un poco las responsabilidades que implica llevar dichas materias.

El Sistema Nervioso Central se deprime por el consumo de alcohol ya que es una droga depresora, lo que significa que inhibe progresivamente las funciones cerebrales. Por otra
parte afecta a la capacidad de autocontrol, lo que da lugar a producir inicialmente euforia y desinhibición, por lo que puede confundirse con un estimulante.

El consumo de alcohol entre tanto lo realiza el alcohólico, como la persona que lo consumede manera habitual, puede ser moderado o abusivo, como el bebedor esporádico, como quien lo hiciera por primera vez. Con esto podemos decir que el término consumo de alcohol contempla únicamente la ingesta actual, aislado de otras ingestas pasadas o futuras.

La etapa del desarrollo de la mayoría de estudiantes universitarios está caracterizada por aserciones de independencia, experimentación con nuevos comportamientos «adultos» y sentimientos de invulnerabilidad que se pueden convertir en promotores de la ingesta de bebidas alcohólicas (Castillo, 2015)

Este habito se considera que se está haciendo cada vez más frecuente, ya que muchos jóvenes comentan que como mínimo tienen que salir a consumir alcohol todos los fines de semana porque es la forma en que ellos pueden llevar o soltar el estrés que se genera en ellos. A toda esta problemática surgen las siguientes preguntas. ¿Por qué los estudiantes universitarios con estrés recurren al consumo de alcohol? ¿Cómo el continuo uso dealcohol puede o no disminuir el nivel de estrés? ¿Por qué hay estudiantes que recurren más al alcohol que otros? ¿Cómo se relacionan el estrés y el consumo de alcohol en los estudiantes universitarios?

La presente investigación se realizó como resultado de las diferentes situaciones que se presentan en el transcurso del desarrollo académico de los estudiantes universitarios y la problemática que presentan ante los estresores que se desencadenan por las diferentes actividades que se deben llevar a cabo en relación a lo académico, y su recurrente desahogo hacia el consumo del alcohol. El conjunto de responsabilidades que implican muchas materias, y sea por lasexposiciones, exámenes y los trabajos finales, desencadenan una serie de factores estresantes que los estudiantes no saben lidiar y buscan otras fuentes para reducir dicho estrésLo que se buscó con esta investigación fue analizar qué tan relacionada están el estrés que se desencadena de los estudios universitarios y el consumo de alcohol que es el desahogo más utilizado para liberar las tensiones.

Nora et al. (2012) en su investigación tuvo como objetivo conocer la relación entre los eventos estresantes y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios.

Los resultados mostraron que la prevalencia del consumo de alcohol fue mayor alguna vez en la vida (92,3 %) y en el último año (83,6 %). La mayoría de los estudiantes presentan un consumo sensato de alcohol (48,9 %) seguido por el riesgoso (27,2 %). En esta población solo existen diferencias significativas respecto a la prevalencia del consumo de alcohol en la última semana por edad ($U = 4391,50$; $p < 0,05$). Así mismo, se observa que existen diferencias significativas entre hombres (39,3 %) y mujeres (24,1 %) en el consumo de alcohol en la última semana ($\chi 2 = 5,86$; $p < 0,05$). En general, los eventos estresantes y el consumo de alcohol se relacionan positiva y significativamente entre los estudiantes universitarios ($rs = 0,185$; $p < 0,05$). Se puede concluir que existe relación significativa entre la presencia de eventos estresantes, en general, y el consumo de alcohol.

Tam Phun, Elena y Dos Santos (2010) el objetivo de este estudio fue identificar el consumo de alcohol y el estrés académico en estudiantes de enfermería. Los resultados mostraron que los estudiantes tenían edad promedio 20,4 años, siendo 92.7% solteras, 69.5% no trabajan, 91.5% no tenían hijos y 86.6% vivían con sus padres. La sobrecarga académica representó el estresor de mayor prevalencia, y en relación al consumo de alcohol, 48% consumieron 1-2 vasos en un día; 56.1% una vez al mes y 51.2% más de tres vasos en un día cualquiera; 11.0% dejaron de cumplir con sus obligaciones. Un tercio relató fumar, beber o comer demasiado. Concluyeron, todas las situaciones generan variados niveles de estrés, relacionados con factor actividad-tiempo, por lo cual la preocupación fue la mayor respuesta frente al estrés.

Castaño-Perez y Calderon-Vallejo (2014) su objetivo fue analizar el consumo de alcohol en estudiantes universitarios y los problemas psicosociales asociados. Los resultados más importantes relacionados con los consumos perjudiciales y la dependencia, también conafectaciones a nivel académico, en las relaciones sociales y en las esferas psicológica y sexual.

Como conclusión, se constatan que los problemas ocasionados por los consumos dealcohol en población universitaria, los cuales son mayores en este grupo, por las altas prevalencias de consumo de alcohol que presentan, lo cual alerta sobre la importancia de emprender en las universidades programas de prevención al abuso y dependencia de esta sustancia.

Método

Tipo de estudio y tipo de investigación

La presente investigación es de tipo no experimental porque no hay manipulación de variables deliberadamente, de corte transversal porque se pretendió medir como objetivo general la correlación entre el consumo de alcohol y el estrés académico en estudiantes universitarios, en un solo momento temporal. Se llevó a cabo desde el enfoque cuantitativo ya que utilizó la recolección y el análisis de datos, para medición numérica, y el uso de estadísticas para establecer con exactitud, los objetivos específicos de la investigación.

El alcance del estudio fue descriptivo-correlacional porque se estudió, interpretó las correlaciones de las variables consumo de alcohol e estrés académico.

Participantes

La Población para esta investigación se tomó de los estudiantes matriculados en la Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD), Recinto Puerto Plata que asiste el semestre 2017-20, de la Licenciatura en Lenguas Modernas Mención Ingles, la cual cuenta con 76 estudiantes matriculados. Se solicitó un permiso para poder entrevistar y aplicar las pruebas psicométricas necesarias para la investigación dentro del campus universitario, el cual fue autorizado y facilitado por las autoridades correspondientes del recinto.

Muestra

El tipo de muestra que se seleccione dependerá de cuán representativo se quiera o pueda ser el estudio de la población. La utilizada para el desarrollo de esta investigación es unamuestra no probabilística, que es el procedimiento de selección en el que se desconoce la probabilidad que tienen los elementos de la población para integrar la muestra. El tipo de muestra no probabilística que integro esta investigación es el muestreo intencional, en el que la selección de los elementos de la población son elegidos con base en criterios o juiciodel investigador.

El cálculo del tamaño muestral se realizó con un programa diseñado por la universidad de Granada. Para la estimación de proporciones se trabajó bajo el supuesto de que p=q=50%, el margen de error máximo admitido fue del 5%, siendo el tamaño de la población de 67 participantes, y con un nivel de confianza del 95%, lo que dio como tamaño de la muestra requerida de 57 participantes.

Instrumentos

Cuestionario AUDIT

Para medir el consumo de alcohol, se utilizó el AUDIT. Este instrumento fue desarrollado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como un método simple de screening del consumo excesivo de alcohol y como un apoyo en la evaluación breve. Puede ayudar en la identificación del consumo excesivo de alcohol como causa de la enfermedad presente.

Comprende 10 preguntas sobre consumo reciente, síntomas de la dependencia y problemas relacionados con el alcohol. El AUDIT clasifica las preguntas del instrumento en 3 dominios que darán respuesta a varias categorías que son: consumo de alcohol, dependencia de consumo de alcohol y Consecuencias adversas al consumo de alcohol. Se puede obtener una puntuación igual o mayor a 1 en la pregunta 2 o la pregunta 3 indica un consumo en un nivel de riesgo.

Se estima que una puntuación por encima de 0 en las preguntas 4 hasta 6, implica la presencia o el inicio de una dependencia de alcohol. Los puntos obtenidos en las preguntas 7 hasta 10 indican que ya se están experimentando daños relacionados con el alcohol.

Inventario SISCO del Estrés Académico

Inventario SISCO del Estrés Académico Creado por Arturo Barraza Macías. Este inventario es autodescriptivo, y se presenta en forma de autoinforme que proporciona un sujeto sobre sí mismo o sobre distintos aspectos de su funcionamiento, basándose en su auto-observación. Tiene como propósito establecer los niveles de intensidad del estrés que sufren los estudiantes universitarios así como, los principales eventos considerados estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento que utilizan los estudiantes de la educación superior.

La obtención del índice que permitirá su interpretación a partir del baremo establecido, se realiza de la siguiente manera: A cada respuesta de la escala se le asigna los siguientes valores: 0 para nunca, 1 para rara vez, 2 para algunas veces, 3 para casi siempre y 4 para siempre. Es necesario realizar la sumatoria de puntos obtenidos. Luego se transforma el puntaje en porcentaje y una vez obtenido el porcentaje se interpreta con el siguiente baremo. Puntaje porcentual de 0-33 (Nivel Leve), de 34-66 (Nivel Moderado) y de 67-100 (Nivel Profundo).

Procedimiento

La información se recolecto por los investigadores, mediante visitas a las universidades previa autorización de las directivas. En el estudio se emplearon recursos humanos, financieros, técnicos y materiales. El recurso humano estuvo constituido por 3 personas capacitadas, quienes se encargaran de definir, orientar y direccionar la investigación, de tal forma que se siga la perspectiva establecida inicialmente. También se aplicaron los cuestionarios, con previa autorización de los participantes, luego de recibir información sobre la investigación y fines de la misma.

La aplicación de los test se realizó de manera grupal con respecto a los estudiantes que se encontraron disponibles en los momentos que fueron convocados, la duración del test AUDIT tiene una duración aproximada de 5 a 10 minutos, igual que el inventario SISCOde Estrés Académico.

Análisis de los datos

Los datos recolectados se almacenaron en una base de datos de Excel. Para el análisis estadístico se utilizó el programa SPSSS; se aplicó estadística descriptiva a los datos parael análisis de variables. Para la variable estrés académico medida con el instrumentos SISCO, se utilizó un baremos de frecuencia para interpretar los resultados de los ítems propuestos por el instrumento, mediante puntuación directa se calificaron y clasificaron según niveles (bajo, medio bajo, medio, medio alto, media alto y alto) las categorías (situaciones inquietantes; reacciones físicas, psicológicas, comportamentales y estrategias de afrontamiento).

Resultados

Tabla 1. Niveles de Consumo de alcohol

Dimensiones	Frecuencia	Porcentaje
Consumo del alcohol	3	5%
Problemas relacionados al consumo	13	23%
Consumo peligroso del alcohol	8	14%
Dependencia del alcohol	5	9%
Consumo perjudicial y dañino	4	7%
Ningún riesgo	24	42%

Fuente: Cuestionario *AUDIT*

Basado en los resultados obtenidos se da respuesta al objetivo indicando que la frecuencia en el consumo de alcohol en los estudiantes universitarios 5%, la existencia de problemas relacionados con el alcohol se encuentra en un 23%. Con relación al consumo peligroso del alcohol se encuentre en un 14%, lo cual indica que se debe orientar en relación a losriesgos del consumo del alcohol. La dependencia del alcohol se encontró un 9%, y el consumo perjudicial y dañino en un 7%. Estos resultados indican que los jóvenes universitarios consideran el alcohol como una ayuda para bajar los niveles de estrés que le producen las actividades de la universidad.

Tabla 2. Niveles de estrés académico

Niveles	**Frecuencia**	**Porcentaje**
Nivel bajo	24	42%
Nivel leve	24	42%
Nivel moderado	9	16%
Nivel profundo	0	0%

Fuente: Inventario SISCO de Estrés Académico

Con relación al nivel de estrés académico que presentan los jóvenes se pudo evidenciar queel 42% presentan niveles leves de estrés, lo que significa que se mantienen activos y atentos a todo lo que tiene que ver con las actividades académicas. Por otra parte con un 16% presenta un nivel moderado de estrés, lo cual se debe prestar atención en estos casos los cuales pueden presentar problemas en el rendimiento académico. En el nivel profundo no se encontró ningún caso, el 42% restante de los participantes no presentan puntuaciones significativas o están en el nivel bajo del estrés académico.

Tabla 2. Relación entre consumo de alcohol y nivel de estrés

Niveles de estrés (Puntuación)
25 31 28 33 34 37 33 34 32 29 30 34 35 31 33 27 31 31 34 29 35 30 30 28 34 44 32 32 34 34 32 30 33 33 29 32 33 32 31 25 31 36 31 33 34 34 30 29 33 29 32 32 34 30 34 33 30
Consumo de alcohol (Puntuación)
5 5 16 19 2 2 2 2 7 14 3 9 3 2 2 0 15 6 4 0 11 9 1 1 4 15 13 8 1 8 0 24 11 15 16 11 0 11 16 11 6 17 16 16 2 0 7 0 0 0 0 5 1 12 15 22

Fuente: Creación propia con resultados de cuestionario AUDIT y CISCO

Se puede evidenciar que existe una correlación positiva baja (*0.032), lo que significa que el consumo de alcohol se puede deber al estrés académico en cierta medida, pero también se debe a otros factores que pueden ser más significativos.

Conclusiones

La presente investigación concluye que los estudiantes de Licenciatura en Lenguas Modernas Mención Ingles de la Universidad Autónoma de Santo Domingo manifestaron sentir preocupación y nerviosismo en lo trascurrido del semestre; además presentaron niveles de estrés heterogéneos, siendo el nivel leve el de mayor predominio; estos anotaronque el factor que más les produjo estrés fue la sobrecarga académica. Las situaciones de estrés les produce dolores de cabeza/ migrañas, ansiedad, angustia o desesperación ytrastornos de aumento o disminución de la ingesta de alimentos; y como estrategias de afrontamiento usan la religiosidad.

Un porcentaje impórtate de los estudiantes de se iniciaron en el consumo de bebidas alcohólicas y se encuentra en algún nivel de riesgo. No obstante no presentan síntomas de dependencia, ni experimentan consecuencias adversas al consumo. Sin embargo, si se evidencio consumo de riesgo en una minoría.

Este estudio se ocupó de buscar relación entre 2 variables estrés y consumo de alcohol, cuyos resultados mostraron una correlación positiva débil entre estas dos variables. Lo que significa que no existe una relación significativa entre el consumo de alcohol y el estrés.

Bibliografía

1. Castaño-Perez, G. A., & Calderon-Vallejo, G. A. (2014). Problemas asociados al consumo de alcohol en estudiantes universitarios, *22*(5), 739–46. https://doi.org/10.1590/0104-1169.3579.2475

2. Castillo, I. (2015). *Estres academico y consumo de alcohol en estudiantes de enfermeriade Cartagena*. Retrieved from http://190.242.62.234:8080/jspui/bitstream/11227/2653/1/INFORME FINAL- ESTRES Y CONSUMO DE ALCOHOL.pdf

3. Nora Angélica; Villar Luis, Margarita Antonia; Alonso Castillo, María Magdalena; Alonso Castillo, Bertha Alicia; Oliva Rodríguez, N. N. (2012). Eventos estresantes y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Investigación En Enfermería: Imagen Y Desarrollo*, *14*(2), 97–112. Retrieved from http://www.redalyc.org/html/1452/145226758007/

4. Palacio, john A. (2015). *Estrés académico y consumo de alcohol en los estudiantes de la Universidad de Antioquia seccional Occidente*. Retrieved from http://200.24.17.74:8080/jspui/bitstream/fcsh/460/1/PalacioJhon_estresacademicoconsumoalcoholestudiantesuniversidadantioquiaoccidente.pdf

5. Tam Phun, Elena; dos Santos, C. B. (2010). El consumo de alcohol y el estrés entre estudiantes del segundo año de enfermería. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, *18*, 496–503. Retrieved from http://www.redalyc.org/html/2814/281421939003/

6. Vargas Almendra, R., Arturo del Castillo Arreola, L., & Rebeca María Elena Guzmán Saldaña, D. (2016). Estrés, Depresión Y Consumo De Alcohol En Estudiantes DeBachillerato De México: Diferencias Por Sexo Y Escuela. *European Scientific Journal*, *12*(32), 1857–7881. https://doi.org/10.19044/esj.2016.v12n32p94