

Situación actual del consumo de alcohol en estudiantes universitarios de ciencias del ejercicio

Luis Alberto Dueñas Dorado¹, Jorge Luis Arriaga Martínez², Mireya Medina Villanueva¹, José Alberto Pérez García¹.

Correspondencia: luis.duenasdrd@uanl.edu.mx

¹ Universidad Autónoma de Nuevo León, Facultad de Organización Deportiva, Nuevo León, México

² Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, Instituto de Ciencias Biomédicas, Ciudad Juárez, Chihuahua, México.

Ciencias aplicadas al deporte para el desarrollo social

Resumen

El consumo de alcohol y la práctica físico-deportiva pudieran ser determinantes en el estado de salud y el desempeño de futuros profesionales de ciencias del deporte, debido al incremento en la disponibilidad de situaciones de consumo que se presenta una vez ingresan al ambiente universitario. El objetivo fue describir la situación actual del consumo de alcohol en estudiantes universitarios en ciencias del deporte de una universidad pública de Nuevo León, México. Participaron 335 universitarios de 17 a 36 años. Se aplicaron cuestionarios de lápiz y papel, el Cuestionario de Identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol y algunas preguntas sociodemográficas para valorar la participación deportiva. Se identificó que el 79.7% de los universitarios han consumido alcohol en el último año, el 51.9% en el último mes y más de una tercera parte (37.6%) en la última semana; la edad de inicio del consumo de alcohol fue a los 13.6 años. En relación con el patrón de consumo de alcohol AUDIT, predominó un consumo de riesgo en el 72.4%, seguido por un consumo peligroso de alcohol (20.2%), el 4.5% presenta un consumo nocivo de alcohol y 2.9% presenta una probable dependencia al alcohol. Los resultados muestran que el consumo de alcohol en los universitarios representa un problema prioritario de salud, lo cual hace necesario el diseño e implementación de programas de prevención dirigidas a este grupo de la sociedad.

PALABRAS CLAVE: Consumo de alcohol, actividad física, estudiantes universitarios.

Introducción

El consumo de alcohol es un problema emergente de salud pública prevenible, y se considera la droga más consumida a nivel mundial que afecta la salud física, mental y social de la población en general (Ducci & Goldman, 2009). La Organización Mundial de Salud (OMS, 2015) estima que alrededor de 3.3 millones de muertes al año son debidas al abuso en el consumo de alcohol, lo que representa un 5.9% de todas las defunciones, además de ser el factor causal de más de 200 enfermedades. La sociedad en general está constante exposición a las drogas, sin embargo, existen grupos mucho más vulnerables que otros a sufrir consecuencias negativas de su consumo y abuso, como lo son los universitarios, quienes pueden interrumpir su desarrollo personal y sus proyectos positivos de vida.

A pesar de que las universidades son centros de enseñanza con papeles de formación, creatividad e innovación y de propiciar un contexto en el que los estudiantes se independizan, al pasar tiempo fuera de su hogar (Reig, Cabrero, Ferrer, & Richart, 2001), también constituye una etapa de búsqueda intelectual y crecimiento personal; situaciones que ofrecen la posibilidad de moldear la identidad personal del universitario (Camacho, 2005). Por lo anterior, los universitarios están expuestos a una diversidad de nuevas situaciones que le presentan la educación superior y la experiencia de la vida universitaria, por lo que se les considera como un grupo vulnerable hacia el consumo de alcohol debido a las facilidades que tienen en el acceso a su compra y el incremento de situaciones de consumo que experimentan al entrar en la universidad.

Los estilos de vida en universitarios han sido descritos en diversos estudios. En ellos se reportan datos que apuntan a un predominio de estilos de vida poco saludables, en los que destacan el consumo de bebidas alcohólicas. El último Informe sobre la Situación Regional sobre el Alcohol y la Salud en las Américas emitido por la Organización Panamericana de la Salud ([OPS], 2015), refiere que el 29.3% de estudiantes universitarios de 18 a 25 años de edad consumen alcohol, indicando que la cerveza (54.7%) es la bebida de mayor consumo, seguida por los destilados (32.9%) y el 12% de los bebedores de esta región registra un consumo episódico excesivo, lo cual coincide con el reporte de la

Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017 [ENCODAT] (Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz [INPRFM]; Instituto Nacional de Salud Pública [INSP]; Comisión Nacional Contra las Adicciones [CONADIC] & Secretaría de Salud [SS], 2017). En México, para la población adulta de 18 a 65 años se reporta que el 77.3% ha consumido alcohol alguna vez en la vida, 53.3% en el último año y 39.9% en el último mes en 2016. Además, la dependencia al alcohol dificultó su capacidad para trabajar o estudiar, para hacer tareas domésticas y su vida social (INPRFM et al., 2017).

Si bien es cierto, el deporte es una herramienta que contribuye a desarrollar la cohesión e inclusión social de jóvenes (Comisión Europea, 2011). Gutiérrez del Pozo (2011), señala que el deporte facilita los procesos de socialización en contextos juveniles. Por otro lado, Hellison (2011), menciona que la práctica deportiva previene las conductas antisociales, además de formar parte de la prevención y el tratamiento de enfermedades, permiten preparar a la persona tanto física como mentalmente (Escobar, Pérez-Romero, & Corrales, 2003; Lee, Sesso, Oguma, & Paffenborger, 2003; Mendoza-García et al., 2019; Márquez, Rodríguez & De Abajo, 2006). No obstante, llama la atención la relación de la actividad físico-deportiva con las conductas de salud, ya que se ha asociado negativamente con las conductas de riesgo para la salud como lo es el consumo de drogas (Castillo, Balaguer-Solá, & García-Merita, 2007). Diversos estudios sugieren que las personas que participan en deportes universitarios consumen más alcohol y de manera más peligrosa en comparación a los que no practican deportes (Ford, 2007; Yusko, Buckman, White, & Pandina, 2008; Zhou, Heim, & O'Brien, 2015). Además, cierta evidencia emergente sugiere que los universitarios que participan en deportes colectivos informan niveles más altos de consumo de alcohol, en comparación a aquellos lo realizan de manera individual (Lorente, Souville, Griffet, & Grélot, 2004; Zhou, et al., 2015).

Existe una escasez de estudios sobre el consumo de alcohol en estudiantes que practican deporte en el México. Por lo tanto, el presente estudio busca examinar la situación actual del consumo de alcohol en estudiantes universitarios en ciencias del deporte de una universidad pública de Nuevo León, México. Adicionalmente, se buscaron diferencias entre el consumo de alcohol por sexo; así como las diferencias en la modalidad deportiva.

Método

El estudio fue de corte transversal, con diseño descriptivo. Participaron 335 estudiantes universitarios en ciencias del ejercicio de una universidad pública de Nuevo León, México; seleccionados a través de una técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia.

Para la medición de las variables de estudio se emplearon cuestionarios auto aplicados, de lápiz y papel. Se utilizó una Cédula de Datos Personales que recopiló información general del universitario respecto a sus datos personales como edad, sexo y grado escolar; además de las prevalencias de consumo de alcohol como alguna vez en la vida, en último año, último mes, últimos siete días y la edad de inicio de consumo de alcohol. Así como algunas preguntas para valorar la participación deportiva.

Se aplicó el Cuestionario de Identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol [AUDIT] validado en población mexicana por Gómez, Gómez, Morales y Pérez (2009) para examinar el patrón de consumo de alcohol en los últimos 12 meses. Se constituye por diez reactivos, los primeras ocho se califican en una escala Likert de 5 puntos (de 0 a 4), mientras que los reactivos 9 y 10 tienen tres respuestas posibles (de 0, 2 o 4). Por lo tanto, al sumar los puntajes de los 10 reactivos la escala oscila de 0 a 40 puntos. Se ha establecido que, a mayor puntuación, mayor es el consumo de alcohol presentado en el participante. Con base en sus puntajes totales, los participantes se clasificaron en una de cuatro patrones de consumo riesgo: consumo riesgo (puntuación 0 a 7), consumo peligroso (puntuación 8 a 15), consumo nocivo (puntuación 16 a 19), y probable dependencia al alcohol (puntuación ≥ 20).

Antes de iniciar la recolección de datos se explicó el propósito de la investigación, se solicitó su participación voluntaria mediante el consentimiento informado por escrito, y se hizo de su conocimiento que la información sería confidencial, respetándose el anonimato. También se les indicó que, si no deseaban participar, se respetaría su decisión y no habría ninguna repercusión en su situación académica.

El estudio se apegó a lo dispuesto en el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud (Secretaría de Salud, 1987), vigente en México. Se

respetó la dignidad de los sujetos mediante un trato respetuoso y profesional, así como la protección de sus derechos humanos.

Los datos obtenidos fueron procesados estadísticamente utilizando el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 21.0 para Windows. Para la estadística descriptiva se obtuvieron frecuencias, proporciones, medidas de tendencia central y de variabilidad; se obtuvieron sumatorias de los cuestionarios AUDIT y se empleó una Chi Cuadrada para establecer las diferencias entre grupos.

Resultados

De acuerdo con la muestra total de 335 universitarios, se encontró que la edad promedio de los participantes fue de 20.3 años ($DE = 2.5$), con una mínima de 17 años y una máxima de 36 años. Predominó el sexo masculino con un 59.7%; en lo relacionado a los datos escolares el 67.2% refirió ser estudiante de tiempo completo y el resto estudia y trabaja al mismo tiempo; el 29.6% cursaba el segundo año de universidad, seguido del 28.6% el primer año. Respecto a la actividad físico-deportiva, el 100% de la muestra mencionó practicar algún deporte, siendo el 67.2% que lo realiza de manera colectiva.

En lo que respecta al consumo de alcohol, en la tabla 1 se observan las prevalencias de consumo de alcohol en donde se encontró que el 79.7% de los universitarios ha consumido alcohol alguna vez en la vida, el 72.5% en el último año, el 51.9% en el último mes y 37.6% en los últimos siete días. De acuerdo con la clasificación por patrón de consumo de alcohol AUDIT, se reporta un consumo de riesgo en el 72.4%, seguido del consumo peligroso con un 20.2%. Además, los datos revelan que la edad promedio de inicio de consumo de alcohol en los universitarios tuvo lugar a los 13.6 años ($DE = 1.9$) y el día que llegan a tomar algún tipo de bebida alcohólica normalmente consumen en promedio 3.8 bebidas por ocasión ($DE = 3.6$), siendo la cerveza la bebida con mayor frecuencia de elección a consumir con un 45.4%.

Tabla 1. *Situación del consumo de alcohol en los universitarios*

Consumo de alcohol	<i>f</i>	%
Prevalencias de consumo de alcohol (<i>n</i> = 335)		
Alguna vez en la vida	267	79.7
En el último año	243	72.5
En el último mes	174	51.9
En la última semana	126	37.6
Patrón de consumo AUDIT (<i>n</i> = 243)		
De riesgo	176	72.4
Peligroso	49	20.2
Nocivo	11	4.5
Dependiente	7	2.9

Nota: *n* = Total de observaciones; *f* = Frecuencia; % = Porcentaje

En la tabla 2 se muestran los patrones de consumo de alcohol AUDIT de acuerdo con el sexo de los universitarios, en donde se observa que no se encontraron diferencias significativas ($p > .05$); sin embargo, se observa que es mayor la proporción de hombres que consumen alcohol en comparación con las mujeres.

Tabla 2. *Patrón de consumo AUDIT de acuerdo con el sexo de los universitarios*

Categorías AUDIT (<i>n</i> = 243)	Sexo				χ^2	<i>gl</i>	<i>p</i>
	Hombre		Mujer				
Consumo de riesgo	96	68.6%	80	77.7%	2.57	3	.462
Consumo peligroso	32	22.8%	17	16.5%			
Consumo nocivo	7	5.0%	4	3.9%			
Consumo dependiente	5	3.6%	2	1.9%			
Total	140	100%	103	100%			

Nota: *n* = Total de observaciones; *f* = Frecuencia; % = Porcentaje; χ^2 = Chi Cuadrado de Pearson; *gl* = Grados de libertad; *p* = Significancia estadística

En lo que respecta a las prevalencias de consumo de alcohol por modalidad deportiva, los resultados se muestran en la tabla 3. Se puede observar que existen diferencias significativas ($p < .05$) en las prevalencias de consumo de alcohol en el último año, en el último mes y en la última semana.

Tabla 3. *Prevalencias de consumo de alcohol por modalidad deportiva*

Prevalencias ($n = 335$)	Si		No		χ^2	gl	p
	f	%	f	%			
Alguna vez en la vida							
Individual	94	85.5	16	14.5	3.35	1	0.082
Colectivo	173	76.9	52	23.1			
En el último año							
Individual	88	80.0	22	20.0	4.57	1	0.037
Colectivo	155	68.9	70	31.1			
En el último mes							
Individual	67	60.9	43	39.1	5.27	1	0.027
Colectivo	107	47.6	118	52.4			
En la última semana							
Individual	51	46.4	59	53.6	5.34	1	0.023
Colectivo	75	33.3	150	66.7			

Nota: n = Total de observaciones; f = Frecuencia; % = Porcentaje; χ^2 = Chi Cuadrado de Pearson; gl = Grados de libertad; p = Significancia estadística

Discusión y conclusión

El presente estudio permitió examinar la situación actual del consumo de alcohol en estudiantes universitarios de ciencias del deporte. De acuerdo a los resultados, la edad de inicio de consumo de alcohol fue a los 13.6 años, estos hallazgos coinciden con lo reportado por Telumbre, Esparza, Alonso y Alonso (2016) y el INPRFM et al. (2017), quienes reportan que el inicio de consumo de alcohol tuvo lugar antes de los 17 años; lo que es de preocupar debido a que es la droga de inicio, con mayor progresión a un consumo más intensivo y sitúa al individuo en gran riesgo de uso posterior e incrementa sus

posibilidades de iniciar el consumo de otras drogas como el tabaco, marihuana y cocaína (Becoña, 2007; Hernández et al., 2009; OMS, 2015; OPS, 2015).

Respecto a las prevalencias de consumo de alcohol, se encontró que el consumo alguna vez en la vida, en el último año y en el último mes fueron superiores a lo reportado por el INPRFM et al. (2017) y González, Telumbre, López, Camacho, Ulloa, & Salazar (2018), pero son similares a los encontrados por López, Pacheco, Tenahua y Torres (2017). Estos resultados indican que el consumo muestra tendencias crecientes alarmantes, lo que representa un grave problema de salud pública que tiene que ser abordado dado su magnitud, trascendencia y vulnerabilidad en este grupo de población. Además, se encontró que en estos participantes prevalece el consumo de riesgo (72.4%) y peligroso (20.2%), datos similares son reportados en universitarios británicos (Zhou, et al., 2015) y mexicanos (Oliva, Gherardi-Donato, Bermúdez, & Facundo, 2018; González et al., 2018). Lo anterior probablemente pudiera deberse a que los universitarios se encuentran en un periodo de transición entre la adolescencia y la adultez, en el que buscan nuevas conductas con las cuales pudieran sentirse identificados con sus pares y la influencia que ejercen estos, creando cierta presión social para el consumo de alcohol (Oliva et al, 2018; González et al., 2018; Capaldi, Stoolmiller, Kim, & Yoerger, 2009).

Respecto a la cantidad de alcohol ingerida, se reportó que en promedio los universitarios ingieren cuatro copas por ocasión, datos que son similares a lo reportado por Cruz et al. (2011) y Yañez-Castillo, Villar-Luis y Alonso-Castillo (2018). El hecho de que los estudiantes consuman cerca de cuatro bebidas alcohólicas ya se considera de riesgo medio para presentar problemas agudos para la salud de las personas (Rojas, 2009) de acuerdo con los indicadores de la OMS. En cuanto a los patrones de consumo no mostraron diferencias significativas por sexo; estos resultados ponen de manifiesto que, aunque las proporciones de consumo más altos fueron principalmente asociados a los hombres, ya no se considera algo exclusivo de ellos, a pesar de que estos patrones fueron menores en las mujeres; en este estudio se muestran patrones altos de consumo en ellas. Una probable explicación a esto pudiese ser, que las mujeres tienen la necesidad de sentirse parte de una comunidad más amplia que el propio grupo de pares (Rodríguez, Moreno, & Gómez, 2018)

por lo que ven en el consumo de alcohol como una forma de ser parte del grupo; así como la búsqueda de la equidad entre géneros (Centro de Integración Juvenil, 2015).

Por último, hubo diferencias significativas entre el consumo de alcohol con el tipo de modalidad deportiva. Los estudiantes que practican deporte de manera colectiva informaron prevalencias significativamente mayores de consumo de alcohol. Diversos estudios demuestran la asociación positiva entre la participación deportiva y el consumo de alcohol (Kwan et al., 2014; Lisha & Sussman, 2010; Green, Nelson, & Hartmann, 2014). Uno posible explicación pudiera ser debido a que los deportes individuales se han asociado a los elementos de competencia y logro individual, por lo que el consumo de alcohol deber ser evitado, al percibirse como perjudicial para el rendimiento del atleta. Por el contrario, el consumo de alcohol en equipos deportivos se considera que puede promover una mejor cohesión y conexión entre miembros del equipo; por lo que se espera un consumo de alcohol mayor en deportes colectivos (Grossbard, Hummer, LaBrie, Pederson, & Neighbors, 2009; Zhou et al., 2015).

Aunado a lo anterior, otra posible explicación del consumo de alcohol en universitarios pudiera ser explicada por los altos niveles de estrés a los que se ve sometido el deportista y el alcohol podría actuar como un mecanismo de afrontamiento al estrés que genera la exigencia del rendimiento deportivo (Lisha et al., 2010). Sin embargo, con los conocimientos que el universitario va adquiriendo durante su formación en ciencias deportivas, es probable que por ello sea consciente de los efectos perjudiciales que trae consigo el consumo de alcohol. Como mencionan Hernández-Serrano, Gras Pérez, y Font-Mayolas (2018), el deporte sería una herramienta para mejorar la calidad de vida del estudiante y un elemento motivacional para alcanzar el título universitario.

Los hallazgos actuales subrayan las diferencias entre el tipo de modalidad deportiva y el sexo en relación con el consumo de alcohol entre los universitarios de ciencias del deporte del noreste de México. Las investigaciones futuras podrían continuar esta línea de investigación al examinar estas diferencias y su relación con comportamientos de consumo de alcohol. Asimismo, posteriores investigaciones deberían evaluar el consumo de otras sustancias psicoactivas (tabaco, cocaína, marihuana, tranquilizantes). Los hallazgos del presente estudio destacan la necesidad de incluir programas de prevención específicos en

este grupo poblacional, ya que la finalidad de la universidad es la propiciar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida sus estudiantes para así, formarlos con el fin de que sean modelos o promotores de conductas saludables con sus familias, en sus futuros entornos laborales y en la sociedad en general (Lange & Vio, 2006).

Referencias

- Becoña, E. (2007). Bases Psicológicas de la Prevención del Consumo de Drogas. *Papeles del psicólogo*, 28(1), 11-20.
- Camacho Acero, I. (2005). Consumo de alcohol en universitarios: relación funcional con los factores sociodemográficos, las expectativas y la ansiedad social. *Acta colombiana de psicología*, 8(1), 91-120.
- Capaldi, D., Stoolmiller, M., Kim, H., Yoerger, K. (2009). Growth in Alcohol Use in At-Risk Adolescent Boys: Two-Part Random Effects Prediction Models. *Drug and alcohol dependence*, 105(1-2), 109–117.
- Castillo, I., Balaguer Solá, I., & García-Merita, M. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de psicología del deporte*, 16(2), 0201-210.
- Centro de Integración Juvenil. (2015). Consumo de Drogas: Riesgos y Consecuencias. Ciudad de México, México.
- Comisión Europea (2011). *Libro Blanco sobre el Deporte*. Recuperado de: <https://ec.europa.eu/transparency/regdoc/rep/1/2007/ES/1-2007-391-ES-F1-1.Pdf>
- Cruz, A.B.C., Ramírez, Y.D.C.L., Bernal, M.Y.M., Torres, T.J.M., Medina, A.G.N., Plata, M.D.R.A., et al. (2011). Factores asociados al consumo de alcohol en estudiantes de ingeniería civil. *Psicología y salud*, 21(2), 265-71.
- Ducci, F., & Goldman, D. (2009). Genetic approaches to addiction: Genes and alcohol. *Addiction*, 103(9), 1414-1428.
- Escobar, J. L., Pérez-Romero, C., & Corrales, R. (2003). Actividad física y enfermedad. *Anales de Medicina Interna*, 20(8), 427-433.

- Ford, J. A. (2007). Substance use among college athletes: A comparison based on sport/team affiliation. *Journal of American College Health, 55*(6), 367-373.
- Gómez, M. E. L., Gómez, H. H. L., Morales, R. B., & Pérez, R. M. (2009). Uso del AUDIT y el DAST-10 para la identificación de abuso de sustancias psicoactivas y alcohol en adolescentes. *Revista Colombiana de Psicología, 18*(1), 9-17.
- González, A. P., Telumbre, T. J. Y., López, C. M. A., Camacho, M. J. U., Ulloa, M. J. L., & Salazar, M. J. S. (2018). Percepción de riesgo y consumo de alcohol y/o tabaco en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería, 15*(97), 1-11.
- Green, K., Nelson, T. F., & Hartmann, D. (2014). Binge drinking and sports participation in college: Patterns among athletes and former athletes. *International review for the sociology of sport, 49*(3-4), 417-434.
- Grossbard, J., Hummer, J., LaBrie, J., Pederson, E., & Neighbors, C. (2009). Is substance use a team sport? Attraction to team, perceived norms, and alcohol and marijuana use among male and female intercollegiate athletes. *Journal of applied sport psychology, 21*(3), 247-261.
- Gutiérrez del Pozo, D. (2011). Psicología, educación en valores y deporte. *Revista de psicología de la educación, 6*.
- Hellison, D. (2011). *Teaching responsibility through physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics
- Hernández, L. T., Roldán, F. J., Jiménez, F. A., Mora, R. C., Escarpa, S. D. & Pérez, Á. M. T. (2009). La edad de inicio en el consumo de drogas, un indicador de consumo problemático. *Psychosocial intervention, 18*(3), 199-212.
- Hernández-Serrano, O., Gras Pérez, M. E., & Font-Mayolas, S. (2018). Consumo de drogas y participación deportiva en estudiantes universitarios de ciencias de la salud y el deporte. *Health & Addictions, 18*(1), 61-70
- Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz; Instituto Nacional de Salud Pública, Comisión Nacional Contra las Adicciones, Secretaria de Salud (2017). *Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017: Reporte de Alcohol*. Ciudad de México, México: INPRFM.

- Kwan, M., Bobko, S., Faulkner, G., Donnelly, P., & Cairney, J. (2014). Sport participation and alcohol and illicit drug use in adolescents and young adults: A systematic review of longitudinal studies. *Addictive Behaviors, 39*, 497-506.
- Lange, I., & Vio, F. (2006). *Guía para Universidades saludables y otras instituciones de Educación Superior*. OPS, Universidad Católica de Chile, Universidad de Chile, OMS, OPS, Vida Chile. Santiago: Productora Gráfica Andros.
- Lee, I. M., Sesso, H., Oguma, Y., & Paffenbarger, J. (2003). Relative intensity of physical activity and risk of coronary heart disease. *Circulation, 107*(1), 110-116
- Lisha, N. E. y Sussman, S. (2010). Relationship of high school and college sports participation with alcohol, tobacco, and illicit drug use: A review. *Addictive Behaviors, 35*, 399-407.
- López, J.A., Pacheco, K.P., Tenahua, I., & Torres, A.M. (2017). Prevalencia, motivos y tipos de consumo de alcohol en estudiantes universitarios de enfermería. *Nure Investigación, 14*(87), 2-7.
- Lorente, F. O., Souville, M., Griffet, J., & Grélot, L. (2004). Participation in sports and alcohol consumption among French adolescents. *Addictive behaviors, 29*(5), 941-946.
- Luarte, R. C., Garrido, M. A., Pacheco, C. J., & Daolio, L. J. (2016). Antecedentes históricos de la actividad física para la salud. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM, 17*(1), 67-76.
- Márquez, S., Rodríguez, J., & De Abajo, S. (2006). Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física. *Apuntes de educación física y deportes, 83*, 12-24.
- Mendoza-García, S. J., Carlos-Delgado, J., Calderón-Moreira, M. C., Castro-Soriano, A. B., BajiñaAndrade, F., & Erazo-Villacreses, M. L. (2019). Prevención de paciente con problemas de sedentarismo cardiovascular. *Revista científica dominio de las ciencias, 5*(1), 32-53.
- Oliva, E. I. P. N., Gherardi-Donato, E. C. D. S., Bermúdez, J. Á., & Facundo, F. R. G. (2018). Use of Facebook, perceived stress and alcohol consumption among university students. *Ciencia & saude coletiva, 23*, 3675-3681.

- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2015). *Alcohol*. Nota descriptiva N° 349.
Recuperado de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs349/es/>
- Organización Panamericana de la Salud. (2015). *Informe sobre la situación regional sobre el alcohol y la salud en las Américas*. Washington, DC: OPS, 2015.
- Reig, A., Cabrero, J., Ferrer, R., & Richart, M. (2001). La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios. *Alicante: Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes*, 2001132(23), 304-316.
- Rodríguez, M. A. F., Moreno, S. D., & Gómez, Y. F. (2018). La influencia de los roles de género en el consumo de alcohol: estudio cualitativo en adolescentes y jóvenes en Asturias. *Adicciones*, 0.
- Rojas, V. L. (2009). Opinión y factores que motivan el consumo de drogas lícitas e ilícitas en algunos estudiantes. *Rev. Enfermería Actual en Costa Rica*. (15).
- Secretaría de Salud (1987). *Reglamento de la ley general de salud en materia de investigación para la salud* [DOF 02-04-2014], México.
- Telumbre, J.Y., Esparza, S.E., Alonso, B.A & Alonso, M.T.J (2016). Consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de enfermería. *Revista. Enfermería actual*, 30, 1-16.
- Yañez-Castillo, B. G., Villar-Luis, M. A., & Alonso-Castillo, M. M. (2018). Espiritualidad, autotrascendencia y consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *Journal health NPEPS*, 3(1), 5-21.
- Yusko, D. A., Buckman, J. F., White, H. R., & Pandina, R. J. (2008). Alcohol, tobacco, illicit drugs, and performance enhancers: A comparison of use by college student athletes and nonathletes. *Journal of American college health*, 57(3), 281-290.
- Zhou, J., Heim, D., & O'Brien, K. (2015). Alcohol consumption, athlete identity, and happiness among student sportspeople as a function of sport-type. *Alcohol and alcoholism*, 50(5), 617-623.