



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA PSICOLOGÍA CLÍNICA**

IFORME DE INVESTIGACIÓN SOBRE:

**“ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”**

Requisito previo para optar por el Título de Psicólogo Clínico

Autor: Torres López Enith Coralía

Tutora: Ps. Cl. Gavilanes Manzano, Fanny Rocío Mg.

Ambato– Ecuador

Marzo, 2022

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutora del Trabajo de Investigación sobre el tema: “ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”, de Torres López Enith Coralía, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la evaluación del jurado examinador designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, marzo de 2022

LA TUTORA

Psi. Cl. Gavilanes Manzano, Fanny Rocío Mg.

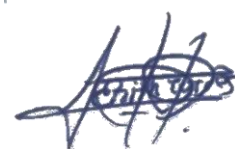
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el presente trabajo de investigación:

“ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”, como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son responsabilidad de mi persona, como autor de este trabajo de grado.

Ambato, marzo de 2022

LA AUTORA



Torres López Enith Coralía


DERECHOS DE AUTOR

Autorizo que la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de esta tesis parte de ella un documento disponible para su lectura, consulta y proceso de investigación. Cedo los derechos en línea primordial mi tesis, con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de esta tesis, dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando los derechos de autoría.

Ambato, marzo de 2022

LA AUTORA

f



Torres López, Enith Coralía

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador aprueban el Informe de Investigación, sobre el tema “ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”, Enith Coralía Torres López, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, marzo de 2022

Para constancia firma:

PRESIDENTE/A

1er VOCAL

2do VOCAL

DEDICATORIA

El presente trabajo está dedicado a mi madre, Magda, una mujer que me motivó a estudiar, quien me ayudó a seguir una carrera universitaria, a seguir adelante con mi vida pese a las dificultades que se presentaron en el transcurso de algunos años. También quiero dedicar este estudio a mi hijo Yago, es quien, con su inocencia, con su amor, con su comprensión me ayudó a que diariamente realice mis actividades dentro y fuera de la universidad.

Torres López Enith Coralía

AGRADECIMIENTO

Estoy totalmente agradecida con Dios y con la vida por darme la fortaleza, la sabiduría y valentía para culminar una etapa más de mi vida estudiantil. Agradezco a mis padres por darme su apoyo moral y económico día a día. No puedo pasar por alto a mis amigos de curso, fueron ese apoyo y alegría dentro de la universidad. Una persona muy importante que me acompañó en el transcurso de mi etapa de estudiante universitaria es mi amiga Leslie, ella fue sin duda un apoyo incondicional. En fin, quiero agradecer a mi familia por aquella palabra de apoyo o de motivación para culminar la carrera.

Torres López Enith Coralía

ÍNDICE

Contenido

PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN.....	iii
DERECHOS DE AUTOR.....	iv
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR.....	v
DEDICATORIA.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
RESUMEN.....	xiv
ABSTRACT.....	xvi
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO.....	2
Antecedentes investigativos.....	2
Contextualización.....	2
1.1.2 Definición de variables.....	11
<u> Estrés.....</u>	11
<u> Estrés académico.....</u>	12
<u> Fases del estrés.....</u>	13
<u> Duración del estrés académico.....</u>	14

___	Causas del estrés académico.....	14
___	Estresores académicos.....	15
___	Enfoques del estrés.....	16
___	Efectos del estrés académico.....	17
___	Consumo de alcohol	17
___	Factores predisponentes para el consumo de alcohol	18
___	Fases del consumo de alcohol	19
___	Fase prealcohólica.....	19
___	Fase prodrómica	19
___	Fase crítica	20
___	Fase crónica	20
___	Niveles de consumo de alcohol	20
	Consumo de riesgo.....	20
	Consumo perjudicial	21
	Dependencia de alcohol.....	21
___	Factores que previenen el consumo de alcohol.....	22
___	Consecuencias del consumo de alcohol	23
	<i>Objetivo general</i>	<i>24</i>
	<i>Objetivos específicos</i>	<i>24</i>
	CAPITULO II.....	26
	METODOLOGÍA	26

Materiales	26
Características de los reactivos Inventario SISCO de estrés académico	26
Métodos	27
Operacionalización de variables	29
Población:	30
Criterios de inclusión:	30
Criterios de exclusión:	30
Hipótesis	31
Procedimiento	31
CAPÍTULO III	33
<i>Análisis y discusión de los resultados</i>	33
<i>Verificación de hipótesis</i>	41
CAPÍTULO IV	43
4.1 Conclusiones	43
4.2 Recomendaciones	44
MATERIAL DE REFERENCIA	46
ANEXOS	53

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Número total de participantes	33
Tabla 2 Prueba de normalidad	34
Tabla 3 Nivel de estrés académico	35
Tabla 4 Nivel de consumo de alcohol	37
Tabla 5 Niveles de consumo de alcohol en relación al género.....	39
Tabla 6 Relación de consumo de alcohol por género.....	40
Tabla 7 Relación de estrés académico y consumo de alcohol.....	41

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 Nivel de estrés académico	36
Gráfico 2 Nivel de consumo de alcohol en hombres	38

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Inventario SISCO de Estrés Académico	57
Anexo 2 AUDIT	57

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE
AMBATO FACULTAD CIENCIAS DE
LA SALUD CARRERA DE
PSICOLOGÍA CLÍNICA

“ESTRÉS ACADÉMICO Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE ALCOHOL EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS”

Autora: Torres López Enith Coralía

Tutora: Psi. Cl. Gavilanes Manzano, Fanny Rocío Mg.

Fecha: Marzo, 2022

RESUMEN

El estrés académico y consumo de alcohol son términos de interés en el contexto actual de los estudiantes. La presente investigación tuvo como finalidad conocer la relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol en los estudiantes universitarios. Se utilizó un diseño de investigación de tipo correlacional, con enfoque cuantitativo de corte transversal y no experimental. El estudio se realizó con la colaboración de 95 alumnos, siendo 71 mujeres y 24 hombres, de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato, para el análisis de las variables se consideró oportuno la aplicación de dos reactivos psicológicos, el Inventario SISCO de Estrés Académico para conocer los niveles en estrés académico en los estudiantes y el Test para Identificar los Trastornos del Uso de Alcohol (AUDIT) para determinar el nivel de consumo de alcohol que

presenta el alumno. En los resultados obtenidos mediante la utilización del programa SPSS se identificó que no existe relación significativa entre el estrés académico y el consumo de alcohol ($Rho = 0,199$ $p > 0,050$). En relación con la prevalencia de los niveles de estrés académico se encontró que el 87.4% de la población valorada presenta un nivel de estrés académico leve, el 10.5% tiene un nivel moderado y el 2.1% pertenece al nivel de estrés académico severo. Respecto a los niveles de consumo de alcohol en los estudiantes se establece que el 80% corresponde a un consumo de riesgo, el 14,7% se ajusta para el consumo perjudicial de alcohol y el 5,3% refleja estar dentro de una posible dependencia, en cuanto al género se evidencia mayor predisposición de consumo en los hombres con el 57,98%, mientras que el 44,63% de mujeres ingieren alcohol. Finalmente, en el estudio se determinó que el estrés académico no tiene relación con el consumo de alcohol en los estudiantes universitarios.

PALABRAS CLAVE: ESTRÉS ACADÉMICO, ALCOHOL, ESTUDIANTES.

TECHNICAL UNIVERSITY OF AMBATO

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

CLINICAL PSYCHOLOGY CAREER

**" ACADEMIC STRESS AND ITS RELATIONSHIP WITH ALCOHOL CONSUMPTION
IN UNIVERSITY STUDENTS "**

Author: Torres López Enith Coralía

Director: Psi. Cl. Gavilanes Manzano, Fanny Rocío Mg.

Date: March, 2022

ABSTRACT

Academic stress and alcohol consumption are terms of interest in the current context of students. The purpose of this research was to determine the relationship between academic stress and alcohol consumption in university students. A correlational research design was used, with a cross-sectional and non-experimental quantitative approach. The study was carried out with the collaboration of 95 students, 71 women and 24 men, from the Clinical Psychology Career of the Faculty of Health Sciences of the Technical University of Ambato, for the analysis of the variables it was considered appropriate to apply of two psychological reagents, the SISCO Inventory of Academic Stress to know the levels of academic stress in students and the Test to Identify Alcohol Use Disorders (AUDIT) to determine the level of alcohol consumption that the student presents. In the results obtained by using the SPSS program, it was identified that there is no significant relationship between academic stress and alcohol consumption ($Rho = 0.199$ $p > 0.050$). In relation to the prevalence of academic stress levels, it was found that 87.4% of the assessed population presents a mild academic stress level, 10.5% has a moderate level and 2.1% belongs to the severe academic stress level. Regarding the levels of alcohol

consumption in students, it is established that 80% corresponds to risky consumption, 14.7% is adjusted for harmful alcohol consumption and 5.3% reflects being within a possible dependence. In terms of gender, there is evidence of a greater predisposition to consumption in men with 57.98%, while 44.63% of women drink alcohol. Finally, the study determined that academic stress is not related to alcohol consumption in university students.

KEY WORDS: ACADEMIC STRESS, ALCOHOL, STUDENTS.

INTRODUCCIÓN

Según Cabanach et al., (2018) el estrés académico es definido como la tensión que el estudiante de diferentes niveles educativos percibe al enfrentar demandas en el contexto educativo y ante la búsqueda de medidas de afrontamiento queda sin recursos que le generen estabilidad, además refiere que el estrés es una reacción normal de adaptación a diferentes situaciones percibidas por el individuo por primera vez, no obstante, cuando la exposición a estímulos nuevos genera respuestas negativas en el organismo el estrés se vuelve perjudicial, también señala que el sujeto que enfrenta un factor estresor sea: físico, psicológico, cognitivo o emocional, tiende a desarrollar signos y síntomas, de esta manera afirma que una persona presenta estrés cuando el organismo hace un esfuerzo excesivo en el intento de controlar el agente estresor.

Sierra et al., (2017) señala que el consumo de alcohol en estudiantes de universidad tiene conexión con dos apartados importantes. En primer lugar, muchos adolescentes ingresan con la visión de que la universidad es el lugar indicado para experimentar un consumo recreativo, el cual es idóneo para ampliar el círculo social y en la búsqueda de encajar dentro de un determinado grupo social, inciden en el consumo de alcohol, sumado a esto hay que recalcar que existe la libre y extensa cantidad de lugares expendedores de licor cerca a las instalaciones de la Universidad. Otro punto relevante, es el incremento de presión a nivel académico y el aumento de las obligaciones como estudiantes, es por esto que busca un método de desprenderse de la tensión que acumulan en el aula o fuera de ella y optan por el consumo de alcohol. No obstante, existe la posibilidad que varios estudiantes ingresen a la Universidad con un índice de consumo frecuente de alcohol y las exigencias que demanda la Universidad no sea el factor desencadenante del consumo de alcohol.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1.1 Antecedentes investigativos

El estrés académico y el consumo de alcohol son problemáticas latentes en nuestro contexto actual. El estrés puede presentarse al ser parte de una situación preocupante, en el caso de los estudiantes al enfrentarse a las exigencias educativas pueden sentirse abrumados y conducir a presentar importantes consecuencias en la salud, a nivel educativo, personal, social y familiar. Por otro lado, el consumo de alcohol es socialmente aceptado, también es considerado como una actividad de integración social, y de igual manera que el estrés académico el consumo desmedido de bebidas alcohólicas puede producir efectos negativos en la persona.

1.1.1 Contextualización

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) a nivel mundial 2300 millones de individuos consumen alcohol, refiere que existe predominancia en hombres con 237 millones de consumidores y seguido de este promedio están las mujeres con 46 millones que ingieren alcohol, el abuso de consumo de alcohol en algunas regiones es elevado a diferencia de otras, las regiones con mayor incidencia de consumo de bebidas alcohólicas son: Europa con el 43,8%, y el 38,2 % que corresponde a América y también a Pacífico Occidental.

Así pues, la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2018) señala que aproximadamente en el mundo tres millones de sujetos mueren por el consumo desmedido de alcohol, dicha cantidad corresponde al 5% de muertes a nivel mundial; los continentes con mayor índice de consumo de alcohol son Europa y América; Europa con el 14,8% de hombres y 3,5% de mujeres, mientras que, en América el 11,5% de hombres y 5,1% de mujeres.

Por otra parte, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación (UNESCO, 2018) menciona que los estudiantes son la población que revela mayor índice de consumo de alcohol; a nivel mundial la edad promedio de estudiantes consumidores de alcohol es 13 y 15 años con aproximadamente 33g de alcohol puro en el día. El consumo de bebidas alcohólicas tiene predominio en hombres.

La Organización Mundial de la Salud (2018) afirma que América es el segundo continente con niveles altos de consumo de alcohol, refiere que América es la localidad con el menor porcentaje de personas que no han consumido sustancias alcohólicas en algún momento de su vida. La OMS determina que en América la predominancia de los bebedores en relación al género son los hombres con 13,9 litros, mientras que, las mujeres consumen alcohol alrededor de 5,5 litros anualmente.

La Organización de los Estados Americanos (OEA, 2019) refiere que en el continente americano los países con mayor índice de consumo de alcohol son Argentina y Uruguay con el 52% de ciudadanos, Estados Unidos con el 50%, Las Bahamas con el 40% y El Salvador con el 9,5% y que la edad promedio de consumidores de alcohol oscila entre los 12 y 65 años.

Según la Organización Panamericana de la Salud (2015) el uso nocivo de alcohol en América va incrementando notoriamente, en los hombres ha aumentado un 11,5% de consumo, es decir, pasó de 19,9% a 29,4%, mientras que, en las mujeres subió el 8,4%, el consumo del alcohol se intensificó de 4,6% a 13%. Alrededor de 80000 muertes en el continente americano tuvieron como factor principal el abuso del consumo de alcohol.

La Organización Mundial de la Salud (2016) señala que Ecuador ocupa el segundo lugar dentro de los países latinoamericanos que ingieren excesivamente alcohol, en el país el

consumo de alcohol es de 9,4 litros por habitante durante el año, aproximadamente el 76,9% de la población ecuatoriana consume alcohol; el 60% de los ecuatorianos inició el consumo entre los 15 y 19 años. La incidencia de consumo de alcohol por género es 84,1% en hombres y 69,8% en mujeres.

El Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2019) indica que la región con mayor índice de consumo de alcohol es el Oriente con 76,9%, seguido de la Costa con 76,2%, después la Sierra con 67,0% y finalmente Galápagos con un 3,9% de los habitantes. Entre las ciudades con mayor predominio de consumo de alcohol está en primer lugar Quito con 87,2% y en segundo lugar Guayaquil con 76,2% de consumidores.

El Ministerio de Salud Pública (MSP, 2017) menciona que en un mes una casa de salud atendió 72 pacientes debido a una intoxicación por consumo excesivo de alcohol metílico, 31 casos tuvieron resultados positivos para metanol, 24 individuos dieron negativo para consumo de metanol y estaban en observación y 17 pacientes tuvieron como consecuencia la muerte, tras el consumo de metanol.

Según la investigación cuantitativa de Granados et al., (2019) sobre el estrés académico y el consumo de alcohol y tabaco realizada en México con una población de 119 mujeres universitarias, el objetivo del estudio fue relacionar las dos variables antes mencionadas, los resultados que se obtuvieron fueron el 10% con estrés académico leve, el 85% con un nivel moderado de estrés y el 5% con estrés profundo, a su vez el 20,2% indicó no consumir alcohol, el 51,2% presentó consumo de riesgo y el 28,6% reveló que su consumo es perjudicial; el porcentaje de 39,5% representó el uso de tabaco. Finalmente concluyó que no existe relación entre las variables.

En el estudio de “Estrés académico y consumo de alcohol en universitarios de nuevo ingreso” de García et al., (2017) el estudio estuvo enfocado en identificar la predominancia de estrés académico y consumo de alcohol en aquellos estudiantes que inician la etapa universitaria, mediante una investigación de tipo descriptivo y transversal, en una población de 205 estudiantes comprendidos entre hombres y mujeres de la Unidad Académica Multidisciplinaria Matamoros de México, los resultados indicaron incidencia del 58,9% con estrés moderado, 34,6% para un bajonivel de estrés y el 6,9% de estudiantes indican estrés en un nivel alto; además respecto al consumo de alcohol los resultados arrojaron que el 16,5% lo realiza de manera perjudicial.

Así también, la investigación de Restrepo et al., (2020) acerca del estrés académico realizada en Medellín con la colaboración de 450 alumnos comprendidos entre hombres y mujeres de tres Universidades, mediante la aplicación del Inventario SISCO de estrés académico determinó en los resultados que existe mayor puntaje en nivel medio y bajo de estrés académico y menor porcentaje de estrés alto en los estudiantes universitarios.

Por otro lado, el estudio de Araoz et al., (2021) realizado en Perú sobre el estrés académico en estudiantes de tercer nivel en contexto de pandemia por Covid-19, para ello aplicó el Inventario SISCO de estrés académico en una población de 172 participantes voluntarios, siendo 52,3% mujeres y 47,7% hombres; obtuvo como resultado que el 47,1% de los estudiantes presenta alto nivel de estrés académico, el 37,8% pertenece a un nivel de estrés moderado y el 15,1% corresponde a un nivel bajo de estrés.

La investigación de Silva et al., (2020) relacionado con el estrés académico en alumnos universitarios, tenía como propósito analizar la presencia de estrés académico en alumnos que

forman parte de una Universidad, llevó a cabo el estudio con la participación de 225 universitarios de las carreras de Enfermería, Petroquímica, Nanotecnología y Genómica, los resultados concluyeron que el 86,3% se ven afectados por estrés moderado.

Otro aporte es el estudio desarrollado por Parillo y Gómez (2019) referente al estrés académico presente en estudiantes peruanos pertenecientes a la carrera de enfermería, la investigación se orientó en conocer el nivel de estrés en una muestra de 126 estudiantes que cursaban entre primero y quinto semestre, los resultados que obtuvieron fueron que el 44,4% de la población presentó estrés académico de nivel medio, el 31% un nivel de estrés alto y el 24,6% un nivel de estrés bajo.

La investigación realizada por Ramos et al., (2019) sobre el estrés académico en alumnos inscritos en enfermería, en la cual se planteó como objetivo examinar el nivel de estrés al que están expuestos los alumnos de dicha carrera y la relación existente respecto al sexo o semestre que estén cursando, utilizó a 180 jóvenes y obtuvo como resultado que hay presencia de estrés de nivel medio en un porcentaje de 87,8%, no obstante, no se encuentra relación relevante entre el sexo o semestre con el nivel de estrés del estudiante.

A su vez, la investigación de Luna et al., (2020) denominada “Estrés académico en estudiantes de odontología: asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico”, en donde el objetivo fue establecer la procedencia del nivel de estrés de los estudiantes y su relación con los factores mencionados, realizó el estudio a 146 alumnos de primero a noveno semestre y los resultados demostraron que existe un índice medio de estrés académico y pensamiento positivo, mientras que el bienestar psicológico en los estudiantes está en un nivel alto. En relación al sexo, determinó que en las mujeres se evidencia más estrés

académico, además un reducido bienestar psicológico, también concluyó que el bienestar psicológico es el factor desencadenante del estrés académico en las mujeres.

Según el estudio de Santos et al., (2017) realizado en Cuenca sobre el estrés académico en estudiantes de la carrera de Medicina con la finalidad de conocer la relación existente entre el estrés académico y la depresión; aplicó el Inventario SISCO de estrés académico a 159 alumnos y obtuvo como resultados que el 68,8% pertenece a estrés leve, el 25,8% a estrés moderado y 5% a estrés profundo.

En el estudio publicado por Parra et al., (2018) en cuanto a estrés académico y reprobación en estudiantes chilenos, el objetivo del estudio fue identificar el vínculo entre las dos variables, para el desarrollo seleccionó a 208 estudiantes de cuarto semestre de odontología, los resultados reportaron que el 89,2% del alumnado padece casi siempre estrés. El estrés académico y la reprobación del estudiante no arrojan una relación significativa, sin embargo, los alumnos con más estrés académico, son aquellos que reprobaron. Además, se obtiene como resultado que en las mujeres existe mayor nivel de estrés en comparación de los hombres.

La investigación de Pedroso et al., (2020) titulada “Presencia de estrés académico en estudiantes de tercer año de Medicina del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Aleida Fernández Chardiet” tuvo como finalidad de valorar el índice de estrés académico y las estrategias que utilizan los estudiantes cubanos para manejar dicho estrés, de un total de 50 alumnos, 27 mujeres y 23 hombres, estableció que el 22% es susceptible a presentar estrés, el 48% es ligeramente susceptible y el 30% es muy susceptible a padecer de estrés académico. Determinó que el porcentaje de estudiantes que opta por buscar soluciones al estrés académico es superior al porcentaje que acude al consumo de sustancias psicotrópicas, siendo este apenas el 2% de

los estudiantes.

Según Betancourth et al., (2017) en su estudio sobre el consumo de alcohol, realizado en Colombia, se planteó como finalidad revisar los aspectos relacionados al consumo de alcohol en universitarios, con la colaboración de 849 participantes, obtuvo como resultado que el 97,5% de la muestra consume la sustancia psicoactiva, de los cuales el 76% lo realiza con su grupo social. Reveló que el 25,8% de los alumnos consumen de forma mensual. En cuanto al género el estudio identificó que el consumo de alcohol se evidencia mayoritariamente en los hombres debido a que está representado por el 57,7%, a diferencia de las mujeres que el índice alcanza el 42,6%.

Otro aporte es el estudio de Terrero et al, (2017) referente al consumo de alcohol en estudiantes que están cursando la carrera de enfermería, con la aplicación del reactivo AUDIT a 172 estudiantes determinó que el 36,9% pertenece a la población que consume alcohol de manera sensata, el 32,8% tiene un consumo dependiente y el 30,3% consume de forma dañina; respecto al género encontró predominancia en las mujeres, siendo el 68,7% de consumidores de alcohol.

La investigación de Mora (2019) denominada “Prevalencia de consumo de alcohol y de alcoholismo en estudiantes universitarios de Villavicencio” orientada a analizar la incidencia y el riesgo del consumo de alcohol en alumnos colombianos, observó que, en una muestra de 721 alumnos universitarios, siendo 381 hombres y 340 mujeres, el 87,1% del total de la población consume alcohol, en donde el 26,2% está en riesgo de presentar alcoholismo y el 4,3% una posible dependencia al consumo de alcohol, sin embargo, no encontró distinción en relación al género para el consumo de bebidas alcohólicas.

El estudio de Oliva et al., (2018) acerca del “Uso de Facebook, estrés percibido y consumo de alcohol en jóvenes universitarios” con el objetivo de identificar la relación existente entre las tres variables; para determinar el consumo de alcohol en 110 estudiantes, siendo 58,2% mujeres y 41,8% hombres, utilizó el cuestionario AUDIT y los resultados arrojaron que, del total de la población el 52,7% está dentro del consumo de riesgo, el 24,5% pertenece a un consumo perjudicial y el 4,5% encaja dentro de un consumo dependiente. Además, determinó una relación significativa entre el tiempo que le dedica el estudiante a la red social conocida como Facebook, el estrés al que se enfrenta la persona, la edad y el sexo para que decida consumir alcohol.

Según el estudio de García et al., (2019) referente a “Patrones de consumo de alcohol en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud”, tuvo como propósito investigar lo que caracteriza el consumo del alcohol en estudiantes de Medicina y Enfermería, en una población de 286 universitarios identificó que el 65,7% consume alcohol, adicional a esto, identificó que existe mayor predominio en hombres para la ingesta de alcohol.

La investigación de Valdivia et al., (2018) sobre “Consumo alcohólico de riesgo en estudiantes de tres universidades de la sierra central peruana: frecuencia según sexo y factores asociados” que tuvo como intención conocer la prevalencia y componentes asociados al consumo de alcohol en estudiantes de Perú, en una muestra de 365 universitarios determinó que el 24,7% están expuestos a un consumo de riesgo, siendo las mujeres más vulnerables para el consumo de alcohol, además identificó que la facultad de ciencias de la salud resultó ser la que tiene mayor índice de estudiantes consumidores de alcohol y el factor predominante con un 17,1% es el estado depresivo por el que atraviesan los estudiantes.

Según el estudio de Valdez y Pech (2018) en el cual toma como factor predictor a las expectativas que tienen los estudiantes respecto al consumo de alcohol, tuvo como objetivo explorar si la perspectiva del sujeto anticipa el consumo de alcohol en universitarios de México, para llevar a cabo su estudio encuestó a 450 estudiantes, 137 hombres y 313 de mujeres pertenecientes a segundo, cuarto, sexto y octavo semestre, los resultados establecieron que el 75,8% presenta un consumo con un riesgo de promedio bajo, el 20,4% corresponde a un consumo ubicado por arriba de lo recomendable, el 1,6% pertenece al porcentaje de estudiantes que consumen de manera perjudicial y un 2,2% está dentro de la población dependiente del alcohol. En el estudio también describió que la expectativa que posee el estudiante en cuanto a los posibles beneficios del consumo de alcohol, si está relacionado con el consumo de dicha sustancia.

Así también, Angulo et., (2018) en su investigación de “Percepción de riesgo y consumo de alcohol y/o tabaco en estudiantes universitarios de ciencias de la salud” pretendió probar si es relativa la identificación de efectos negativos y la ingesta de alcohol y tabaco en estudiantes universitarios mexicanos, con la selección de 190 alumnos percibió que el 78,4% en algún momento ha ingerido alcohol, los resultados también arrojaron que el promedio de estudiantes que están dentro de un consumo moderado es el 48,0%, el 32,4% presenta dependencia de alcohol y el 19,6% abarca a sujetos con un consumo perjudicial, además los resultados pusieron en evidencia que, ante más conocimiento del riesgo, el consumo de alcohol disminuye en los universitarios.

El estudio de González et al., (2019) referente a “Percepción de riesgo ante el consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de ciencias de la salud de Saltillo” tuvo la finalidad de

comprobar el vínculo existente entre la perspectiva de amenaza y el uso de alcohol y cigarrillos en universitarios de México, con la participación de 609 alumnos de ciencias de la salud de la carrera de enfermería, medicina y odontología conoció que el 91,5% ha consumido alcohol y el 58,1% ha fumado tabaco, también determinó que existe predominio de consumo en mujeres, 49,1% para consumo moderado y 40,7% para un consumo dependiente de alcohol, otro resultado importante que concluyó fue que la facultad de salud es más susceptible al consumo de alcohol.

Por último, la investigación de Alonso et al., (2018) respecto al consumo de alcohol en estudiantes pertenecientes a una universidad de México, evaluó a 277 alumnos comprendidos entre 110 hombres y 167 mujeres, determinó que las mujeres representan el 30,3% para bajo riesgo de consumo, el 33,3% para un consumo de riesgo y 36,45 para un consumo perjudicial, mientras que, en relación a los hombres los índices corresponden al 17,3% para un bajo riesgo de consumo, el 23,6% para consumo de riesgo y 59,1% para consumo perjudicial.

1.1.2 Definición de variables

Estrés

Según Bertsch y Le Scaff (2001) el estrés se produce como una reacción que experimenta el individuo ante situaciones nuevas en diferentes contextos, también menciona que el estrés sigue un patrón para su aparición, primero el sujeto identifica el estresor, como resultado de esto se presenta tensión y finalmente se desencadenan las consecuencias que, dependiendo de los recursos personales para enfrentar la tensión, se determinará si los efectos psicoafectivos fueron negativos.

Orlandini et al., (2001) menciona que el estrés es una reacción biológica a eventos

estresores y actualmente representa una problemática presente en la población sin distinción de género, edad, condición cultural, social o económica y usualmente se coloca como un riesgo para la estabilidad psicológica. El autor añade que el factor estresor puede manifestarse en diferentes contextos, laboral, académico o familiar. Finalmente menciona el individuo en la percepción de ciertos estresores y búsqueda de estrategias de afrontamiento a los mismos, agota recursos y de esta manera surge el estrés.

Por otro lado, Varios, A (2013) definen al estrés como una respuesta fisiológica que proviene de la adaptación a cambios en el entorno, es decir, el organismo pone en marcha las acciones aprendidas para ajustarse a las nuevas exigencias, consideran que el estrés incluso puede ser útil para preservar la especie, no obstante, cuando el sujeto percibe las manifestaciones como amenazas, desarrolla un desgaste personal al intentar enfrentar los cambios y sus efectos, de esta manera genera alteraciones físicas y mentales.

Estrés académico

Según Águila et al., (2015) el estrés académico es la reacción ante un estado de tensión que se desarrolla en el contexto educativo, este tipo de estrés es comprendido por una dimensión psicológica, la que hace referencia a exigencias que el sujeto califica como posibles dificultades académicas, una dimensión sistemática que desencadena un desequilibrio sistémico y en el estudiante se manifiesta mediante síntomas y aparece la tercera dimensión, la adaptativa, en donde el sujeto valora la situación y busca alternativas para enfrentar los estresores y recuperar el equilibrio sistémico alterado; por lo tanto, el estrés académico tiene mayor incidencia en los universitarios del área de salud debido a que, existe una magnitud de exigencia más alta en el rendimiento académico.

Fases del estrés

Según Chayña (2017) el sujeto experimenta diferentes situaciones como medio de responder a una amenaza, es decir, el organismo produce reacciones que se orientan a alertar al sujeto para que genere una respuesta inmediata y esto mediante las tres fases del estrés:

1. **Alarma:** Es una forma de defensa frente a un agente estresor, caracterizada por respuestas fisiológicas; generalmente el individuo cuenta con estrategias de afrontamiento, pero al examinar que dichas herramientas no le facilitan el manejo de la situación y el estresor genera reacciones fuera de lo esperado, el sujeto reacciona percibiéndola como una amenaza nueva y real, de tal manera que empieza con la preparación del organismo para enfrentar la situación.

Las reacciones fisiológicas son:

- Taquicardia
 - Contracción muscular
 - Taquipnea
 - Dilatación de pupilas
 - Aparece mayor número de linfocitos
 - La sangre se dirige a los puntos más importantes de acción como piel, músculos, cerebro y corazón.
2. **Resistencia o adaptación:** Cuando el individuo es expuesto al estresor de forma prolongada, el organismo si bien puede adaptarse debe mantenerse en actividad con el fin de manejar la demanda que se presenta, debido a esto puede que disminuya su capacidad de respuesta debido a la fatiga o cansancio que se produce frente al estrés.

Durante esta fase suele ocurrir un equilibrio entre el medio interno y externo del individuo. Debido a esto el organismo tiene la capacidad para resistir mucho tiempo.

- 3. Agotamiento:** Es la última fase en la cual el individuo se frustra, se decae, la resistencia persiste y la sintomatología sigue latente generada la enfermedad en la persona, el organismo del individuo colapsa apareciendo las alteraciones físicas y psíquicas. Señala que, si el estrés aparece con frecuencia, se prolonga su presencia o se concentra en un órgano del cuerpo puede traer consecuencias graves, conduciendo a un estado de deterioro alterando su homeostasis, con ello sobreviene la fase de agotamiento donde el sujeto suele rendirse ante las demandas pues se minimizan sus capacidades de adaptación e interrelación con el medio.

Duración del estrés académico

Redolar (2011) menciona que la denominación que tome el estrés académico va a depender del tiempo que esté latente en el alumno el agente estresor, puede ser “muy breve”, “breve”, “prolongados” y el nivel más perjudicial calificado como “crónico”, señala que los estresores que duren varios segundos se denominan como muy breve, las manifestaciones de varias horas o días se define estrés breve, cuando el agente estresor está presente por meses es catalogado como estrés prolongado y finalmente aquel estresor existente por años en el sujeto se nombra como crónico.

Causas del estrés académico

Toribio y Franco (2016) refieren que el estudiante queda expuesto a cambios constantes respecto a nuevas demandas que exige la Universidad, de este modo al ingresar a semestres superiores el alumno queda expuesto a mayor número de tareas por cumplir, cada

disciplina de la carrera estudiada requiere mayor atención, los estudiantes del área de salud en los últimos semestres además de las ocupaciones dentro de horarios de clase, inician el ejercicio de su labor como futuro profesional, dentro de este marco el estrés académico está relacionado con los desafíos que enfrentan los universitarios como el excedente de tareas académicas, disposición de un periodo corto de tiempo para entregar trabajos, cátedras que requieren mayor esfuerzo, acumulación de actividades estudiantiles, tener un examen programado o ante situaciones pedagógicas que resultan nuevas para el alumno, de tal manera, queda vulnerable la salud del individuo, es por esto que algunos estudiantes frente a dichas situaciones pueden experimentar momentos significativamente estresantes, también añaden que la competitividad es un aspecto crucial por el que atraviesan diferentes universitarios, las perspectivas que tiene el estudiante en su carrera determina los niveles de estrés a los que queda expuesto.

Estresores académicos

Barraza (2008) señala algunos estresores para los estudiantes:

- Competitividad grupal
- Realización de un examen
- Sobrecargas de tareas
- Exposición de trabajos
- Exceso de responsabilidad
- Intervención en el aula (responder y realizar preguntas al profesor)
- Interrupción del trabajo
- Ambiente físico desagradable
- Sobrecarga académica

- Falta de incentivos
- Masificación de las aulas
- Tiempo limitado para hacer trabajo
- Problemas o conflictos con profesores o compañeros
- Realización de tareas obligatorias para aprobar las asignaturas
- Tipo de trabajo que se le pide
- Trabajo de grupo

Enfoques del estrés

Lazarus y Folkman (1991) a partir del concepto de que el estrés es el conjunto de condiciones que producen tensión en una persona y se mencionan tres tipos de enfoques:

1. **Social:** en el cual el sujeto cuenta con las condiciones para identificar una situación como estresante o no.
2. **Biológico:** en donde la aparición de estrés activa al Sistema Nervioso Autónomo para manejar el factor estresante con la intervención orgánica.
3. **Psicológico:** el sujeto mediante procesos cognitivos evalúa, rectifica las medidas de afrontamiento a la situación de estrés y en base a eso crea nuevas estrategias de control.

Catalán (2018) aporta otros enunciados de enfoques para el estudio del estrés.

- El estrés debe ser comprendido como resultado de una fuerza externa que da origen a un impacto conductual semejante al contexto, sea por un periodo corto o extenso en el sujeto.

- El estrés puede ser la reacción de un contexto fomentado personalmente con la intención de motivar a la actuación ante diferentes situaciones.
- El sujeto es capaz de atribuir al estrés un significado propio, el cual se guiará en función de la autoestima que tiene la persona, del perfil con el que cuente el sujeto y de las habilidades que tenga para la resolución de problemas.
- El último punto refiere a que la percepción del estrés dependerá la interacción constante que mantiene individuo con su entorno.

Efectos del estrés académico

Jaume (2012) señala que un estudiante que enfrenta estrés académico puede desarrollar algunas afectaciones en la salud como problemas dentales, sea caries o gingivitis, dolor estomacal, mareos, debilitamiento, taquicardia, aumento o disminución de la temperatura del cuerpo, dolor muscular, vómito, diarrea, dificultad para conciliar el sueño, disminución de actividad sexual presentar alteraciones mentales tales como depresión, ansiedad, ideas suicidas, dificultad para concentrarse, desmotivación, cansancio mental, intranquilidad, movimientos involuntarios, mal humor, también puede experimentar diferentes emociones, así como ira y tristeza, también señala que el individuo debe ser capaz de discernir las problemáticas existentes en su contexto educativo porque al no encontrar posibles soluciones puede incurrir en el uso excesivo de alcohol como método de sobrellevar los estresores académicos.

Consumo de alcohol

Según Granados (2019) el consumo de alcohol es conceptualizado como la ingesta continua de la droga, caracterizado por la disminución de tener el control del consumo, periodos de intoxicación y gran necesidad de beber alcohol, incluso tras conocer los efectos

negativos de su consumo. Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (2018) determina que el uso de alcohol está presente mayoritariamente en personas jóvenes. Usualmente el individuo ingiere una cantidad considerable de alcohol, entre cinco unidades en adelante durante un evento, incluso en ocasiones tras mantener el control de la cantidad que ingiere llega a una condición de embriaguez.

Factores predisponentes para el consumo de alcohol

Borrás (2017) señala que los factores de riesgo similares que están presentes en las personas que ingieren alcohol están asociados a los siguientes contextos:

Factores personales

- Consumo temprano de sustancias.
- Predisposición para ingerir alcohol.
- Falta de autoestima.
- Dificultad para mantener relaciones interpersonales.
- Diagnósticos psicológicos como depresión y TDAH.
- Comportamiento desafiante ante las reglas.
- Deseo de crear nuevas experiencias.

Factores familiares

- Presencia de familiares que consumen alguna sustancia.
- Existencia de estilo de crianza permisivo, autoritario y sobreprotector.
- Enfrentamientos entre miembros de la familia.
- Ser víctima de abuso sexual.

Factores académicos

- Dificultades a nivel académico.

Factores socioculturales

- Promoción de bebidas alcohólicas.
- Fácil acceso a lugares expendedores de alcohol.
- Rodearse de amigos que ingieren alcohol.

Fases del consumo de alcohol

De acuerdo con las aportaciones de Barreiro (2017) el consumo de alcohol atraviesa por cuatro etapas:

1. Fase prealcohólica

Es la etapa en la que el sujeto en la búsqueda de la disminución de los efectos que le generan las situaciones estresantes o aquellas que producen tensión, incurren al consumo de alcohol, debido a que el estado de embriaguez alivia el malestar físico o psicológico que presenta la persona y de esta manera, al encontrar beneficios personales, se produce una tolerancia al consumo de alcohol.

2. Fase prodrómica

En esta etapa el individuo que consume alcohol lo realiza de manera más frecuente, en ocasiones ingiere sustancias psicotrópicas sin el consentimiento o compañía de alguien puesto que poseen un deseo intenso por beber, además experimenta brevemente sentimientos de culpabilidad por la cantidad de alcohol que consume, es así que opta por no estar implicado en temas de conversación referentes al alcohol, en esta fase se observan alteraciones en la salud del

sujeto como lagunas mentales.

3. Fase crítica

El sujeto que llega a la fase crítica del consumo ya desconoce lo que le motiva a beber, se aleja de familiares o amigos que no aprueban su consumo, existen efectos a nivel: laboral, social, familiar y académico; mantiene un comportamiento basado en efectos de la ingesta de alcohol, como por ejemplo puede adoptar actitudes agresivas, ocasionar peleas y posteriormente lamentarse, disculparse y hacer promesas de dejar dichos comportamientos o incluso suspender el consumo de alcohol, no obstante, el sujeto no obtiene los resultados esperados.

4. Fase crónica

Es la etapa en la que el individuo asiste a casas de salud continuamente por intoxicaciones de alcohol, las alteraciones en el pensamiento son más notorias, aparece psicosis, presenta síntomas como temblores, taquicardia y todo esto debido a que la tolerancia al consumo de alcohol ha disminuido.

Niveles de consumo de alcohol

Mateus (2019) señala que una persona que ingiere alcohol queda expuesta a tres niveles de consumo:

- **Consumo de riesgo**

Es aquel consumo en el que el sujeto queda vulnerable a las repercusiones negativas si el consumo de la sustancia se prolonga, es decir, existe la probabilidad de presentar alteraciones a nivel de salud y social; las mujeres con consumo de riesgo ingieren diariamente

entre 20 y 40g, mientras que para los hombres la cantidad oscila entre 40 y 60g.

- **Consumo perjudicial**

Como pautas para el diagnóstico en este nivel, es requerido pueda evidenciar problemas en la salud física y mental del que consume la sustancia, señala que las formas perjudiciales de consumo suelen dar lugar a consecuencias sociales adversas de varios tipos, sin generar la aparición de signos y síntomas de dependencia; recalca que el hecho de que una forma de consumo o una sustancia en particular sean reprobados por terceros o por el entorno en general, no es por sí mismo indicativo de un consumo perjudicial, como tampoco lo es sólo el hecho de haber podido derivar en alguna consecuencia social negativa. Por otra parte, menciona que la cantidad diaria estimada en mujeres es 40g y para hombres es 60g.

- **Dependencia de alcohol**

Es el conjunto de manifestaciones fisiológicas, comportamentales y cognitivas en el cual el consumo de una droga, o de un tipo de ellas, adquiere la máxima prioridad para el individuo, mayor incluso que cualquier otro tipo de comportamiento de los que en el pasado tuvieron el valor más alto. La manifestación característica del síndrome de dependencia es el deseo, a menudo fuerte y a veces insuperable de ingerir sustancias psicótropas como alcohol o tabaco.

En el CIE-10 (2000) indica que el diagnóstico de dependencia sólo debe hacerse si durante en algún momento en los doce meses previos o de un modo continuo han estado presentes tres o más de los rasgos siguientes:

- Deseo intenso o vivencia de una compulsión a consumir una sustancia.

- Disminución de la capacidad para controlar el consumo de una sustancia o alcohol, unas veces para controlar el comienzo del consumo y otras para poder terminarlo para controlar la cantidad consumida.
- Síntomas somáticos de un síndrome de abstinencia cuando el consumo de la sustancia se reduzca o cese, cuando se confirme por: el síndrome de abstinencia característico de la sustancia; o el consumo de la misma sustancia con la intención de aliviar o evitar los síntomas de abstinencia.
- Tolerancia, de tal manera que se requiere un aumento progresivo de la dosis de la sustancia para conseguir los mismos efectos que originalmente producían dosis más bajas.
- Abandono progresivo de otras fuentes de placer o diversiones, a causa del consumo de la sustancia, aumento del tiempo necesario para obtener o ingerir la sustancia o para recuperarse de sus efectos.
- Persistencia en el consumo de la sustancia a pesar de sus evidentes consecuencias perjudiciales, tal y como daños hepáticos por consumo excesivo de alcohol, estados de ánimo depresivos consecutivos a períodos de consumo elevado de una sustancia o deterioro cognitivo secundario al consumo de la sustancia.

Factores que previenen el consumo de alcohol

Según Simón et al., (2020) los factores protectores son las condiciones personales que posee cada sujeto y utiliza para disminuir las conductas desviadas, en este caso para actuar frente al consumo de alcohol.

- Mantener buena interacción social
- Red de apoyo familiar.

- Socializar con personas que están exentas de consumir alcohol.
- Utilización efectiva del tiempo de ocio.
- Mantener estilos de apego sanos.
- Mantener el compromiso en las actividades que realiza.
- Manejar soluciones asertivas ante diferentes problemáticas
- Conservar la compostura ante el deseo de ingerir alcohol.
- Autoestima elevada.
- Plantear objetivos de vida a corto y largo plazo.

Consecuencias del consumo de alcohol

Laespada (2014) menciona que el consumo de alcohol representa riesgos en la salud, en el ámbito personal y social del consumidor e indirectamente genera repercusiones en las personas más cercanas, por ejemplo:

- Lesiones o muerte por conducir en estado de ebriedad.
- Curiosidad por iniciar una actividad sexual, y usualmente sin protección para evitarenfermedades de transmisión sexual.
- Embarazo adolescente.
- Predisposición a generar dependencia al consumo de alcohol.
- Problemas en el rendimiento académico.
- Problemas legales.
- Incumplimiento de actividades cotidianas.
- Controversias con familiares o amigos.
- Demostrar hostilidad.

Objetivo general

- Identificar la relación entre los niveles de estrés académico y niveles de consumo de alcohol en estudiantes universitarios.

Para alcanzar el presente objetivo se aplicó dos reactivos psicológicos; para la primera variable el Inventario SISCO de Estrés Académico el cual determina niveles de estrés académico, factores estresores, síntomas de estrés académico y medidas de afrontamiento de estrés, mientras que para la segunda variable el test AUDIT, seguido de obtener los resultados para determinar la relación existente entre las dos variables se dio uso a la herramienta de correlación de Spearman de la aplicación SPSS.

Objetivos específicos

- Determinar los niveles de estrés académico.

Para conocer los niveles predominantes en la población seleccionada se tomó en cuenta los tres niveles que el Inventario SISCO de Estrés Académico facilita los cuales son: leve, moderado y severo.

- Analizar los niveles de consumo de alcohol en estudiantes universitarios.

Para identificar los niveles de consumo de alcohol en los participantes se utilizó el reactivo AUDIT el cual califica la ingesta de alcohol de una persona como consumo de riesgo, perjudicial o dependiente.

- Comparar la prevalencia por género del consumo de bebidas alcohólicas en los estudiantes universitarios.

La comparación por género en cuanto al consumo de alcohol se realiza mediante una prueba de U de MannWhitney en el programa SPSS.

CAPITULO II

METODOLOGÍA

2.1 Materiales

Los instrumentos de evaluación utilizados en esta investigación para valorar a los estudiantes universitarios y reunir los datos fueron dos, uno para cada variable, para la primera variable que es el estrés académico se aplicó el Inventario SISCO de Estrés Académico, mientras que para identificar los niveles de consumo de alcohol se dio uso al AUDIT.

Características de los reactivos

Inventario SISCO de estrés académico

Nombre: Inventario SISCO para el estrés académico

Autor: Arturo Barraza Macías

Año de creación: 2006

Descripción: el Inventario SISCO de estrés académico conformado por 31 ítems para determinar los estresores, los síntomas y las estrategias de afrontamiento del estrés académico en el estudiante.

Confiabilidad y validez: confiabilidad de 0.87 y validez de 0.90

Puntuaciones: Las puntuaciones del test se rigen a una escala de Likert compuesto por Nunca (1), Rara vez (2), Algunas Veces (3), Casi siempre (4) y siempre (5). Los resultados arrojan un nivel de estrés leve de 0% a 48%, moderado de 49% a 60% y severo de 61% a 100%.

AUDIT

Nombre: Test para Identificar los Trastornos del Uso de Alcohol.

Autor: Saunders JB, Aasland OG, Babor TF, De La Fuente J, Grant M.

Año de creación: 1992

Adaptación: Rubio G.

Año de adaptación: 1998

Descripción: el reactivo consta de 10 preguntas con la finalidad de conocer las problemáticas que enfrenta una persona por el consumo de alcohol.

Confiabilidad y validez: confiabilidad de 0.8 y validez de 0.88

Puntuaciones: Los resultados que se obtienen son: de 0 a 7 para puntaje de riesgo, para consumo perjudicial con un puntaje de 8 a 20 para hombres y de 6 a 20 para mujeres, y una posible dependencia al tener más de 20 a 40 puntos.

2.2 Métodos

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, debido a que existe una recolección de datos y posteriormente se analiza los mismos a través de un proceso estadístico y así obtener cifras numéricas en los resultados y de este modo comprobar la hipótesis que tiene como finalidad verificar el comportamiento frente al estrés en el ámbito educativo y comprobar teorías; es de tipo no experimental puesto que, el contexto y los resultados son recibidos y analizados sin manipulación alguna por parte del investigador; es de tipo correlacional porque tiene el objetivo de determinar el grado de relación entre dos variables,

el estrés académico y el consumo de alcohol; tiene un corte transversal ya que se aplicó una vez los reactivos a los estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato.

El proceso para la recolección de la información inició con el acercamiento a las autoridades pertinentes de la Universidad Técnica de Ambato y posterior a la obtención de la autorización se procedió a evaluar a los estudiantes mediante una plataforma digital, la cual consta primero del consentimiento informado, en donde el estudiante es libre de aceptar o no para ser partícipe de la investigación, a continuación, se encuentran los test para evaluar el estrés académico y el consumo de alcohol.

2.3 Operacionalización de variables

Variable	Concepto	Dimensiones	Instrumentos
Estrés académico	Según Álvarez et al., (2018) Es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores.	Los resultados arrojan un nivel de estrés leve, moderado y severo.	Inventario SISCO d e Estrés Académico Confiabilidad de 0.87 Validez d e0.90
Consumo de alcohol	Según Ahumada et al., (2017) es la ingesta de alcohol, que puede causar consecuencias perjudiciales en la salud y el entorno social del bebedor, las personas que lo rodean y la sociedad en su conjunto, al igual que cuando los patrones de consumo se asocian con un aumento del riesgo para la salud.	Los resultados que se obtienen son: consumo de riesgo, consum o perjudicial y posible dependencia.	AUDIT Confiabilidad 0.8 Validez 0.88

2.4 Población:

La obtención de la población se realizó mediante un muestro no probabilístico, es decir, los alumnos que participaron fueron seleccionados por criterios del investigador, puesto que, existió interés por conocer el estrés académico y el consumo de alcohol presente en los estudiantes de los últimos semestres debido a que incluyen más actividades académicas. La población está integrada por 105 estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica, de la Facultad de Ciencias de la Salud, de los cuales 10 refieren que no han tenido momentos de preocupación o nerviosismo en el periodo académico y de esta manera cumplen con un criterio de exclusión, es por esto que participaron 95 estudiantes comprendidos entre alumnos de séptimo a décimo semestre para contestar los reactivos.

2.5 Criterios de inclusión:

- Estudiantes de la Carrera de Psicología Clínica, de la Universidad Técnica de Ambato matriculados en séptimo a décimo semestre del periodo académico octubre 2021-febrero 2022.
- Estudiantes hombres y mujeres.
- Estudiantes mayores de edad.
- Participación voluntaria aceptada mediante el consentimiento informado.

2.6 Criterios de exclusión:

- Estudiantes que nieguen su participación voluntaria.
- Estudiantes diagnosticados con un trastorno de ansiedad y estrés.
- Estudiantes diagnosticados con trastornos por consumo de alcohol.
- Estudiantes que no han tenido momentos de preocupación o nerviosismo en el ámbito académico.

2.7 Hipótesis

Hipótesis alterna (Hi): Los niveles de estrés académico si se relacionan con los niveles de consumo de alcohol.

Hipótesis nula (Ho): Los niveles de estrés académico no se relacionan con los niveles de consumo de alcohol.

2.8 Procedimiento

La presente investigación se desarrolló de la siguiente manera:

1. Aprobación de la solicitud de modalidad de titulación.
2. Presentación de la propuesta de trabajo de titulación.
3. Socialización en el área de docencia y con los presidentes de los semestres seleccionados como muestra sobre el proyecto de investigación, procedimiento para la recolección de datos y beneficios de la investigación.
4. Desarrollo del trabajo de titulación.
5. Digitalización de los reactivos psicológicos a la plataforma de Google Forms y posteriormente se envió el enlace por medio de WhatsApp a la representante del curso para que se contacte con los estudiantes, debido a que la investigación se realizó en tiempos de pandemia Covid 19, por lo que fue difícil contactarse directamente con los estudiantes.
6. Aplicación del Inventario SISCO de Estrés Académico y el AUDIT a los estudiantes.
7. Calificación de los reactivos aplicados.
8. Tabulación de los datos por medio del programa estadístico SPSS.
9. Análisis e interpretación de los resultados obtenidos.

10. Verificación de hipótesis.

11. Desarrollo de conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO III

3.1 Análisis y discusión de los resultados

Tabla 1

Número total de participantes

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Género		
Hombre	24	26,0
Mujer	71	74,0
Edad		
19	1	1,1
20	1	1,1
21	15	15,8
22	36	37,9
23	22	23,2
24	9	9,5
25	5	5,3
26	3	3,2
32	2	2,1
34	1	1,1
Semestre		
Séptimo	22	23,2
Octavo	42	44,2
Noveno	16	16,8
Décimo	15	15,8

Nota: Elaborado por Torres Enith

Análisis

En la presente investigación el 100% corresponde a 95 estudiantes, el 26,0% fueron hombres (n=24) y el 74,0% fueron mujeres (n=71) existiendo predominio en mujeres en los evaluados; el rango mínimo de edad fue de 19 años con un máximo de 34 años; 42 estudiantes de octavo semestre, 16 alumnos de noveno semestre y 15 estudiantes de décimo semestre.

Tabla 2

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	Gl	Sig.
Total_IEA	,059	95	,200*	,970	95	,028
Total_AUDIT	,257	95	,000	,682	95	,000

Nota: Datos tomados del programa SPSS. Elaborado por Torres Enith.

Mediante la prueba de normalidad Kolmogórov-Smirnov, se observa que la distribución es normal en IEA y no es normal en AUDIT, es decir, estrés académico ($p = ,059$) y consumo de alcohol ($p = ,257$), los valores obtenidos son mayores a 0.50 por este motivo se elige una prueba no paramétrica para la comprobación de la hipótesis de correlación, considerando que el estadístico de Rho de Spearman es el indicado por el número de población.

Tabla 3*Nivel de estrés académico*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje	Porcentaje
				válido	acumulado
	leve	83	87,4	87,4	87,4
Nivel	moderado	10	10,5	10,5	97,9
	severo	2	2,1	2,1	100,0
	Total	95	100,0	100,0	

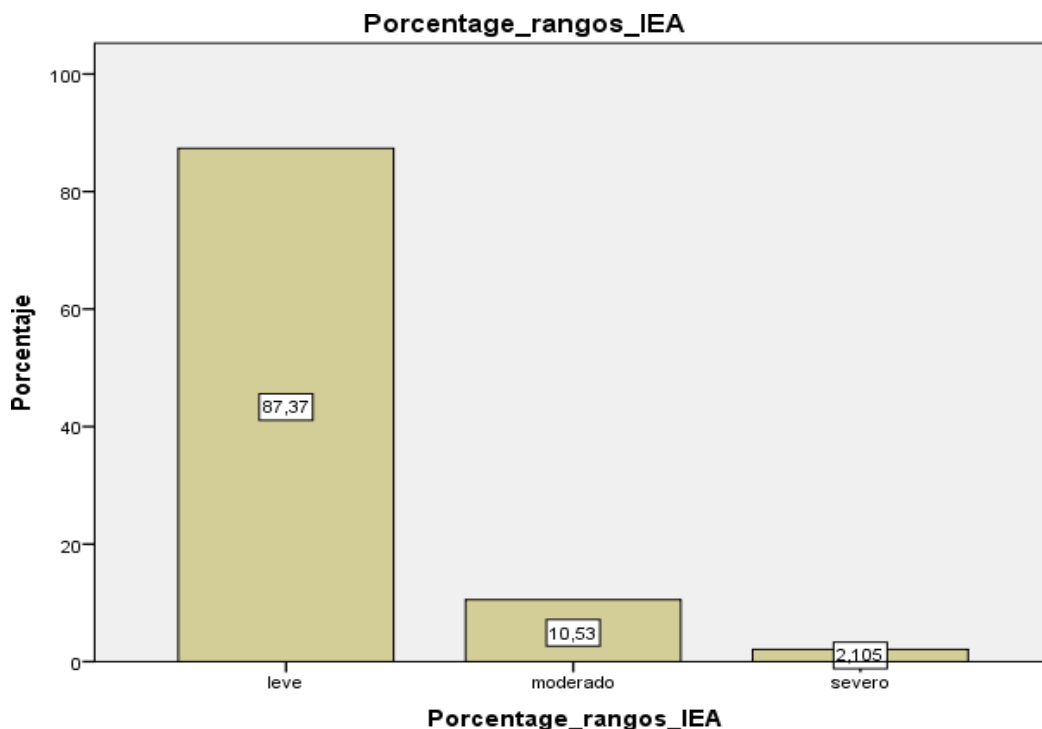
Nota: Datos tomados del programa SPSS. Elaborado por Torres Enith

Análisis

Del total del 100% que representa a 95 estudiantes encuestados, el 87.4% (n=83) presenta un nivel de estrés académico leve, el 10.5% (n=10) maneja un nivel moderado y el 2.1% (n=2) tiene estrés académico severo.

Gráfico 1

Nivel de estrés académico



Nota: Datos tomados del programa SPSS. Elaborado por Torres Enith

Discusión

Para conocer los niveles del estrés académico, el estudiante respondió la pregunta de filtro número uno referente a si ha tenido o no momentos de preocupación y nerviosismo, en donde se obtuvo que los 95 estudiantes completaron el cuestionario tras seleccionar la opción sí, es decir, han presenciado reacciones físicas como: alteración de sueño, fatiga, cansancio permanente, problemas de digestión sea dolor o diarrea, comerse la uñas, sudoración de las manos, somnolencia o necesidad de dormir, dolores de cabeza o migrañas, también pudo identificar reacciones psicológicas como: inquietud o incapacidad de relajarse, sentimientos de depresión y tristeza, ansiedad y angustia, agresividad o aumento de irritabilidad, problemas

de concentración u olvidos, además pudo notar la presencia de reacciones comportamentales como: conflictos o tendencia a discutir, aislamiento de los demás o aumento o reducción de consumo de alimentos; con base a esto se determinó que en la presente investigación el porcentaje predominante de estrés académico es para el nivel leve con el 87.4% de estudiantes, en contraste con la investigación de Larrea (2019) quien determina que en su investigación de 190 se destaca el nivel moderado con un 80%, seguido del severo o profundo con el 15% y el leve con 5%.

Tabla 4

Nivel de consumo de alcohol

		Rangos_audit_total			
		Mujeres	Hombres	Total	Porcentaje
Válidos	consumo de riesgo	59	17	76	80,0
	consumo perjudicial posible	8	6	14	14,7
	dependencia	4	1	5	5,3
	Total	71	24	95	100

Nota: Datos tomados del programa SPSS. Elaborado por Torres Enith.

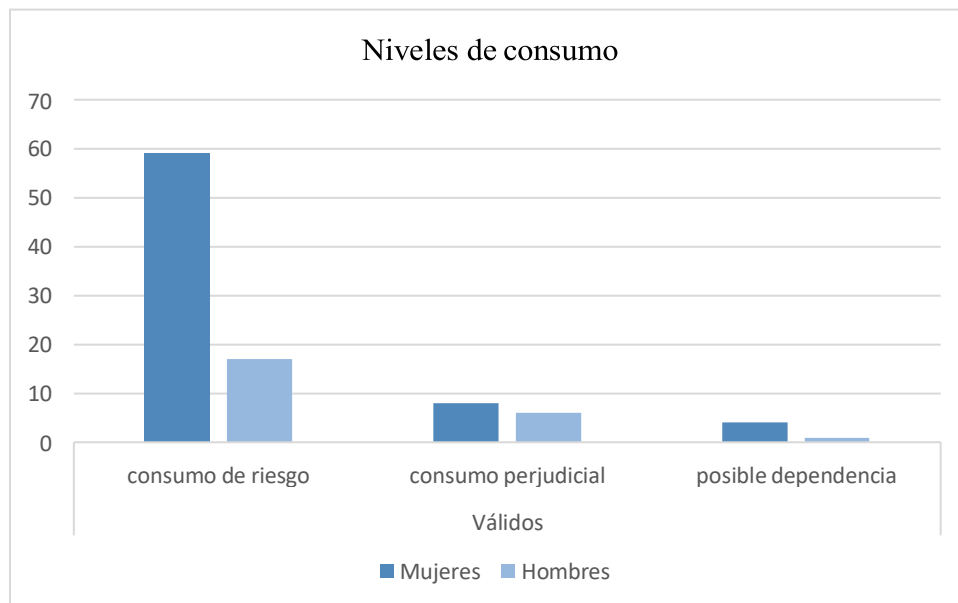
Análisis

Respecto al consumo de alcohol, del total de 100% que equivale a 95 estudiantes

que respondieron al AUDIT, los resultados arrojan que el 80% (n=76) presenta un consumo de riesgo, el 14,7% (n=14) recae en el consumo perjudicial de alcohol y el 5,3% (n=4) se encuentra en riesgo de posible dependencia al consumo de bebidas alcohólicas.

Gráfico 2

Nivel de consumo de alcohol



Nota: Elaborado por Torres Enith.

Discusión

En cuanto a los niveles de consumo de alcohol en los 95 estudiantes evaluados se distingue que existe mayor cantidad de alumnos que recaen en un consumo de riesgo debido a que está representado por el 80%, es decir, existe probabilidades de que el estudiante desarrolle consecuencias adversas, pero aún no han sucedido, en segundo lugar está el 14,7% con consumo perjudicial el cual se caracteriza porque sí se han producido las consecuencias adversas, es un consumo de alcohol que ya ha afectado a la salud psíquica sin llegar a cumplir los criterios diagnósticos de dependencia del alcohol y el tercer lugar, con menor prevalencia,

es para una posible dependencia con el 5,3% para, en este nivel se observa las consecuencias adversas y adicionalmente las conductas adictivas, puesto que el sujeto manifiesta deseo o necesidad de beber y disminución de la capacidad de controlar la ingesta de alcohol; en comparación con la investigación de Guanga (2017) se observa una diferencia puesto que, de los 50 sujetos de estudio encontró que el 83% presentan dependencia hacia al alcohol, mientras que el 10% presentan un consumo perjudicial y el 7% un consumo de riesgo.

Tabla 5

Niveles de consumo de alcohol en relación al género

	Género	N	Rango promedio	Suma de rangos
Total_AUDIT	hombre	24	57,98	1391,50
	mujer	71	44,63	3168,50
	Total	95		

Nota: Datos tomados del programa SPSS. Elaborado por Torres Enith

Tabla 6*Relación de consumo de alcohol por género*

Estadísticos de contraste	
	Total_AUDIT
U de Mann-Whitney	612,500
W de Wilcoxon	3168,500
Z	-2,084
Sig. asintót. (bilateral)	,037
Sig. exacta (bilateral)	,037
Sig. exacta (unilateral)	,019
Probabilidad en el punto	,000

Nota: Variable de agrupación por género. Datos tomados

del programa SPSS. Elaborado por Torres Enith

Análisis

Dado que la distribución de la población no es normal se aplicó la prueba U de Mann Whitney encontrando que si existe diferencia significativa entre los rangos promedios de hombres (RM =57.98) y mujeres (RM = 44.63) en el AUDIT.

Discusión

En el estudio desarrollado la población está integrada mayoritariamente por mujeres, no obstante, se observa que el género más vulnerable para el consumo de alcohol está

comprendido por hombres, esto puede ser desencadenado desde varias aristas sociales e individuales, al igual que en la investigación realizada por Betancourth et al., (2017) quien especifica que el nivel de consumo de alcohol en hombres es más elevado que el de mujeres, siendo 57,7% y 42,6% respectivamente. Los resultados del presente estudio determinan que el consumo de alcohol si presenta diferencia significativa según el género, lo cual se diferencia con la investigación desarrollada por Mora (2019) puesto que, determinó que no existe diferencia entre hombres y mujeres en cuanto al consumo de alcohol.

3.2 Verificación de hipótesis

Tabla 7

Relación entre estrés académico y consumo de alcohol.

			Total_IEA	Total_AUDIT
Rho de Spearman	Total_IEA	Coefficiente de correlación	1,000	,199
		Sig. (bilateral)	.	,054
		N	95	95
	Total_AUDIT	Coefficiente de correlación	,199	1,000
		Sig. (bilateral)	,054	.
		N	95	95

Nota: Prueba de correlación de Spearman. Datos tomados del programa SPSS.

Elaborado por Torres Enith

Análisis

Se aplicó la prueba de correlación de Spearman encontrando que no existe correlación entre el estrés académico evaluado con el Inventario de Estrés Académico (IEA) y el consumo de alcohol valorado con el Test para Identificar los Trastornos del Uso de Alcohol (AUDIT) (Rho

= 0,199 $p > 0,050$).

Discusión

Los resultados encontrados en esta investigación comprueban la hipótesis nula y rechaza la hipótesis alterna, los estudiantes no inciden en el consumo de alcohol tras experimentar situaciones de tensión que le generan estrés, esto quiere decir que el estudiante cuenta con los recursos internos y externos para enfrentar las situaciones estresantes dentro del contexto educativo, también queda en evidencia que los alumnos incurren en otras actividades canalizadoras del estrés como contar con habilidad asertiva, la elaboración de un plan y ejecución de afrontamiento de estrés, practicar autoelogios, encaminarse por la religiosidad o incluso buscar Información que le ayude a la comprensión y manejo del estrés que este percibiendo, al igual que los datos obtenidos en el estudio de Granados (2019) en una población de 199 estudiantes universitarios concluyó que no existe relación entre el estrés académico y el consumo de alcohol y tabaco.

CAPÍTULO IV

4.1 Conclusiones

- Aplicando la prueba de correlación de Spearman se encontró que no existe una relación estadísticamente significativa entre las variables estrés académico y el consumo de alcohol en estudiantes universitarios, señalando un valor de P de 0,199 mayor a 0,050. La ausencia de relación entre las variables está asociada al reducido número de estudiantes que participaron en la investigación, así como también que los estudiantes ante la presencia de estrés académico inciden en otras alternativas de solución, cuentan con relaciones interpersonales positivas, tiene criterios establecidos sobre el daño que causa el consumo de alcohol y posee un plan de vida claro.
- Al evaluar el estrés académico en los estudiantes de Psicología Clínica se establece que el nivel de estrés académico predominante es el leve debido a que está representado por el 87,4% de la población, seguido del nivel moderado con el 10,5% y con la menor puntuación de 2,1% para estrés severo. Se observa que, con un impacto mínimo, existe la presencia de reacciones fisiológicas, emocionales cognitivas y conductuales ante la presencia de estímulos académicos. La presencia de estrés en los estudiantes está dada por la falta de conocimiento previo de estrategias para resolver las situaciones académicas que sean nuevas o por el desgaste de alternativas de adaptabilidad o de afrontamiento a las demandas que exige la universidad.
- Respecto al consumo de alcohol en los estudiantes, se estableció que el mayor puntaje recae en el consumo de riesgo con el 80%, el 14,7% tiene consumo perjudicial de alcohol y el 5,3% se encuentra en riesgo de posible dependencia al consumo de bebidas alcohólicas. De esta manera se observa que en el alumnado no existe estadísticas

alarmantes en cuanto al consumo de bebidas alcohólicas debido a que se considera como un consumo de menor riesgo respecto de consecuencias negativas o daños para la salud de la persona, no obstante, si la manera de beber aumenta en cuanto al tiempo y cantidad, existe la probabilidad de padecer problemas relacionados con el alcohol o incluso puede complicar el manejo de otros problemas de salud.

- Con relación al género la mayor tendencia a consumir alcohol se encuentra liderada por los hombres con el 57,98% y en segundo lugar las mujeres con el 44,63% ingieren alcohol. El consumo de alcohol en hombres está encaminado por los estándares marcados en la sociedad, los motivos sociales son la razón más común que los jóvenes dan para consumir alcohol, es decir, el beber puede estar relacionado con el deseo de aumentar la diversión con sus quienes conformen su círculo social, esto encaja con la idea de que ingerir alcoholes principalmente un pasatiempo social.

4.2 Recomendaciones

- Los resultados obtenidos arrojaron que no existe relación entre las variables propuestas, no obstante, se recomienda realizar nuevas investigaciones con mayor cantidad de participantes e indagar no solo la presencia o ausencia de consumo de alcohol, sino las características del consumo de la sustancia o patrón de consumo, los riesgos asociados al consumo para obtener una visión comprensiva del uso que hace el estudiante e identificarla mejor manera de abordarlo.
- Socializar con los estudiantes estilos de afrontamiento del estrés como técnicas de relajación o respiración para que cuente con las herramientas necesarias y pueda dar uso ante situaciones académicas que le genere estrés, de tal forma que los niveles de estrés académico disminuyan.

- Impartir métodos que le ayuden al estudiante a mejorar las habilidades sociales debido a que está asociado como un factor protector ante el consumo de alcohol y de esta manera evitar que los índices del nivel de consumo de riesgo pasen a formar parte de un nivel perjudicial o dependencia de consumo de alcohol.
- Implementar psicoeducación a hombres y mujeres mediante capacitaciones, foros, como también implementar, intervenciones breves, asesorías, para quienes poseen esta problemática con respecto al consumo de alcohol y de este modo concientizar a los alumnos sobre dicha dificultad.

MATERIAL DE REFERENCIA

- Águila, A., Castillo, C., de la Guardia, M., y Achon, N. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 7(2), 12. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>
- Alarcón, B., Mojica, F., y Serrano, G. (2016). Prevalencia de consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 6(12), 491-504. <http://ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/213>
- Alonso, M., Un-Aragón, T., Armendáriz, A., Navarro, I., y López, A. (2018). Sentido de coherencia y consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 26(75), 66-72. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67457300008>
- Angulo, G., Terrero, Y., Cisneros, A., Martínez, U., Mayo, L., y Mendoza, 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*, 97, 5. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7125050>
- Araoz, G., Roque, M., Ramos, A., Uchasara, J., y Araoz, C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Autores Varios. (2013). *Manual de Control de Estrés*. Editorial CEP, S.L. <https://elibro.net/es/ereader/uta/50696?page=9>
- Barraza, A. (2008). El Inventario SISCO de estrés académico. *Revista Investigación*

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2358921>

- Barreiro, J. (2017). *Alcohol y Literatura*. España: Cristal de cuarzo. <http://www.menoscuarto.es/uploads/ficheros/libros/primeras-paginas/201710/primeras-paginas-primeras-paginas-es.pdf>
- Bertsch, J., y Le Scanff, C. (2001). *Estrés y rendimiento*. Editorial INDE. <https://elibro.net/es/ereader/uta/177882?page=14>
- Betancourth, S., Tacán, L., y Cordoba, E. (2017). Consumo de alcohol en estudiantes universitarios colombianos. *Universidad y Salud*, 19(1), 37-50. <http://dx.doi.org/10.22267/rus.171901.67>
- Borrás Santiesteban, T. (2017). *Prevención del consumo de bebidas alcohólicas*. Editorial Universitaria. <https://elibro.net/es/ereader/uta/71682>
- Cabanach, G., Souto, A., González, L., y Taboada, F. (2018). Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), 421- 433. <https://doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>
- Catalán, G. (2018). Motivación y estrés laboral en trabajadores administrativos de la Gerencia Regional de Educación de Arequipa. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/6883>
- Chayña, C. (2017). Psicofisiología del Estrés. *Revista de Investigación Apuntes Científicos Estudiantiles de Psicología*, 1(1). file:///C:/Users/Dell/Downloads/936-

Texto%20del%20art%C3%ADculo-1269-1-10-20180524%20(1).pdf

García, H., da Silva Gherardi, E., Castillo, M., da Silva, C., García, G., y García, M. (2017). Estrés académico y consumo de alcohol en universitarios de nuevo ingreso. *Journal Health NPEPS*, 2(1), 133-147. file:///C:/Users/Dell/Downloads/biblioteca,+1-+ESTR%C3%89S+ACAD%C3%89MICO+Y+CONSUMO+DE+ALCOHOL+EN+UNIVERSITARIOS+DE+NUEVO+INGRESO.pdf

García, M., Moreno, L., Martínez, R., de los Ángeles, M., Morales, N., y O’Ferrall, C. (2019). Patrones de consumo de alcohol en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud. *Enfermería Clínica*, 29(5), 291-296. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.01.003>

González, P., Hernández, E., Rodríguez, L., Castillo, R., Salazar, J., y Camacho, J. (2019). Percepción de riesgo ante el consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de ciencias de la salud de Saltillo. *Enfermería Global*, 18(56), 398-422. <http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.4.351381>

Granados, L., Reyes, L., Tapia, F., Rangel, P., Macías, T., y Ramírez, M. (2019a). Relación entre estrés académico y consumo de alcohol y tabaco en estudiantes de educación superior. *Lux Médica*, 14(41), 3-20. <https://doi.org/10.33064/41lm20192009>

Guanga Villegas, M. (2017). *Factores de personalidad y su influencia en la dependencia al alcohol*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/26722>

Jaume, F. (2012). *Gestión del estrés*. Ediciones Díaz de Santos. <https://elibro.net/es/ereader/uta/62714?page=15>

Laespada Martínez, M. (2014). *Consumo de alcohol en jóvenes y adolescentes. Una mirada ecológica*. (Vol. 30). Publicaciones de la Universidad de Deusto. <https://elibro.net/es/ereader/uta/42747?page=68>

Larrea Mora, V. (2019). *Estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Ambato] <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/30307>

Lazarus, R., y Folkman, S. (1991). Estrés y procesos cognitivos. *Martínez Roca*. <https://doi.org/10.22201/facmed.20075057e.2020.35.20205>

Luna, D., García, S., Soria, E., Avila, M., Ramírez, V., Garcí, B., y Meneses, F. (2020). Estrés académico en estudiantes de odontología: Asociación con apoyo social, pensamiento positivo y bienestar psicológico. *Investigación en educación médica*, 9(35), 8-17. <http://www.scielo.org.mx/pdf/iem/v9n35/2007-5057-iem-9-35-8.pdf>

Mateus Rodríguez, J. (2019). *Biomarcadores del consumo de alcohol y su relación con la dosis*. Universidad Autónoma de Barcelona.

Mora, A., y Herrán, F. (2019). Prevalencia de consumo de alcohol y de alcoholismo en estudiantes universitarios de Villavicencio, Colombia. *Revista de la Facultad de Medicina*, 67(2), 225-233. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v67n2.69282>

Oliva, P., Gherardi, E., Bermúdez, Á., y Facundo, R. (2018). Uso de Facebook, estrés percibido y consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *Ciência y Saúde Coletiva*, 23, 3675-

3681. <https://doi.org/10.1590/1413-812320182311.27132016>

Orlandini, A. (2001). *El estrés: Qué es y cómo evitarlo*. FCE - Fondo de Cultura Económica.

<https://elibro.net/es/lc/uta/titulos/110564>

Parillo, R., y Gómez, Y. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería. Universidad del Zulia. *Revista de la Facultad de Ciencias Económicas y Sociales Vol.*

XXV. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113737>

Parra, J., Rodríguez, D., Rodríguez, M., y Díaz, V. (2018). Relación entre estrés estudiantil y reprobación. *Revista Salud Uninorte*, 34(1), 47-57.

<http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v34n1/2011-7531-sun-34-01-47.pdf>

Pedroso, D., Pérez, C., y Martínez, C. (2020). Presencia de estrés académico en estudiantes de tercer año de Medicina del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Aleida Fernández Chardiet. *Medimay*, 27(1), 68-77. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revciemedhab/cmh-2020/cmh201h.pdf>

Ramos, F., Cocotle, J., de la Cruz, O., y Angulo, G. (2019). Estrés académico en estudiantes de Licenciatura en Enfermería. *RECIEN: Revista Científica de Enfermería*, 18, 25-39.

<https://doi.org/10.14198/recien.2019.18.03>

Redolar, D. (2011). *El cerebro estresado*. Editorial UOC. <https://elibro.net/es/ereader/uta/33427>

Restrepo, E., Sánchez, A., y Castañeda, T. (2020). *Psicoespacios*, 14(24), 17-37.

<https://doi.org/10.25057/21452776.1331>

Santos, J., Jaramillo, J., Morocho, M., Senín, M., y Rodríguez, J. (2017). Estudio trasversal: Evaluación del estrés académico en estudiantes de medicina y su asociación con la depresión. *Revista Médica HJCA*, 9 (3), 255-260.

<http://dx.doi.org/10.14410/2017.9.3.ao.42>

Sierra, A., Jaimes, A., Rodriguez, P., y Estrada, F. (2017). Patrón de consumo de alcohol de los estudiantes ubicados en los semestres de mayor estrés académico del programa de medicina de la universidad de pamplona en el primer período del año 2016: estudio descriptivo. *Revista Científica del Departamento de Medicina*, 4(1), 13-21.

https://revistas.unipamplona.edu.co/ojs_viceinves/index.php/INBIOM/article/viewFile/2311/1294

Silva, M., López, J., y Meza, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

Simón, M., Fuentes, R., Garrido, M., Serrano, M., Díaz, M., y Yubero, S. (2020). Perfil de consumo de drogas en adolescentes. Factores protectores. *Medicina de Familia. SEMERGEN*, 46(1), 33-40. <https://doi.org/10.1016/j.semerg.2019.06.001>

Terrero, Y., Almanza, E., Castillo, A., y Castillo, T. (2017). Actitudes hacia el consumo de alcohol y consumo de alcohol en estudiantes de enfermería. *Investigación en enfermería: imagen y desarrollo*, 19(2), 69-82. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.ie19-2.ahca>

Valdez, E., y Pech, D. (2018). Expectativas como predictores del consumo de alcohol en universitarios. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual*,

8(2).https://www.researchgate.net/profile/Daniel-Pech-Puebla/publication/328492012_Expectativas_como_predictores_del_consumo_de_alcohol_en_universitarios/links/5bd0c82c92851cabf265b3bf/Expectativas-como-predictores-del-consumo-de-alcohol-en-universitarios.pdf

Valdivia, S., Vega, V., Jiménez, Y., Maced, K., Caro, E., Lazo, D., Ugarte, F., y Mejía, R. (2018). Consumo alcohólico de riesgo en estudiantes de tres universidades de la sierra central peruana: Frecuencia según sexo y factores asociados. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 56(2), 110-116. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272018000200110>

World Health Organization. (2000) . *Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento*. Editorial Médica Panamericana.

ANEXOS

Anexo 1

INVENTARIO SISCO DE ESTRÉS ACDÉMICO

Inventario

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si
 No

En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, pasar a la pregunta número dos y continuar con el resto de las preguntas.

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					

Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
No entender los temas que se abordan en la clase					
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
Fatiga crónica (cansancio permanente)					
Dolores de cabeza o migrañas					
Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
Somnolencia o mayor necesidad de dormir					

Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					

Ansiedad, angustia o desesperación.					
Problemas de concentración					
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					

Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
Aislamiento de los demás					
Desgano para realizar las labores escolares					
Aumento o reducción del consumo de alimentos					

Otras (especifique)					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
Elogios a sí mismo					
La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
Búsqueda de información sobre la situación					
Ventilación y confidencias (verbalización de					

la situación					
--------------	--	--	--	--	--

que preocupa)					
Otra _____					
- (Especifique)					

Anexo 2

AUDIT

Fecha: _____

<p>1. ¿Qué tan frecuente consume alguna bebida alcohólica? (cerveza, tequila, vodka, vino) <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Una o menos veces al mes <input type="checkbox"/> De 2 a 4 veces al mes <input type="checkbox"/> De 2 a 3 veces a la semana <input type="checkbox"/> De 4 o más veces a la semana</p> <p>Si contestó nunca, pase a la pregunta 9 y 10</p>	<p>6. Durante el último año ¿Qué tan frecuentemente bebió la mañana siguiente después de que bebió en exceso el día anterior <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de una vez al mes <input type="checkbox"/> Mensualmente <input type="checkbox"/> Semanalmente <input type="checkbox"/> A diario o casi a diario</p>
<p>2. ¿Cuántas bebidas toma en un día típico de los que bebe? <input type="checkbox"/> 1 o 2 <input type="checkbox"/> 3 o 4 <input type="checkbox"/> 5 o 6 <input type="checkbox"/> 7, 8 o 9 <input type="checkbox"/> 10 o mas</p>	<p>7. Durante el último año ¿Qué tan frecuentemente se sintió culpable o tuvo remordimiento por haber bebido? <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de una vez al mes <input type="checkbox"/> Mensualmente <input type="checkbox"/> Semanalmente <input type="checkbox"/> A diario o casi a diario</p>
<p>3. ¿Qué tan frecuentemente toma seis o más bebidas alcohólicas en un día típico de los que bebe? <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de una vez al mes <input type="checkbox"/> Mensualmente <input type="checkbox"/> Semanalmente <input type="checkbox"/> A diario o casi a diario</p>	<p>8. Durante el último año ¿Qué tan frecuentemente olvidó algo de lo que había pasado cuando estuvo bebiendo? <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de una vez al mes <input type="checkbox"/> Mensualmente <input type="checkbox"/> Semanalmente <input type="checkbox"/> A diario o casi a diario</p>
<p>4. Durante este último año ¿Le ocurrió que no pudo parar de beber una vez que ya había empezado? <input type="checkbox"/> Nunca <input type="checkbox"/> Menos de una vez al mes <input type="checkbox"/> Mensualmente <input type="checkbox"/> Semanalmente <input type="checkbox"/> A diario o casi a diario</p>	<p>9. ¿Se ha lesionado o alguien ha resultado herido a consecuencia de su consumo de alcohol? (peleas, accidentes automovilísticos) <input type="checkbox"/> (0) No <input type="checkbox"/> (2) Sí, pero no en el curso del último año <input type="checkbox"/> (4) Sí, el último año</p>

5. Durante este último año ¿Qué tan frecuentemente dejó de hacer algo que debería de haber hecho por beber?

- Nunca
- Menos de una vez al mes
- Mensualmente
- Semanalmente
- A diario o casi a diario

10. ¿Algún familiar, amigo o médico se ha preocupado por la forma en la que bebe o le han sugerido que le baje a su forma de beber?

- No
- Sí, pero no en el curso del último año
- Sí, el último año