

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

"EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS"

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Psicología Clínica

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Condorcana Pérez Dayana Mishel

Tutor: Ps. Cl. Mena Freire Marco Antonio Mgs.

Ambato – Ecuador

Agosto, 2024

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Artículo Científico sobre el tema:

"**EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS**" desarrollado por Condorcana Pérez Dayana Mishel, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos técnicos, científicos y corresponden a lo establecido en las normas legales para el proceso de graduación de la Institución; por lo mencionado autorizo la presentación de la investigación ante el organismo pertinente, para que sea sometido a la evaluación de docentes calificadores designados por el H. Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, agosto del 2024

EL TUTOR

Firmado electrónicamente por:
MARCO ANTONIO MENA FREIRE

……

Ps. Cl. Mena Freire Marco Antonio Mgs.

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el Artículo Científico: "**EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS**", como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones, son de autoría y exclusiva responsabilidad de la compareciente, los fundamentos de la investigación se han realizado en base a recopilación bibliográfica y antecedentes investigativos.

Ambato, agosto del 2024

LA AUTORA



Firmado electrónicamente por:
DAYANA MISHEL
CONDORCANA PEREZ

……

Condorcana Pérez Dayana Mishel

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Ps. Cl. Mena Freire Marco Antonio Mgs. con CC: 1802869980 en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "**EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS**", Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, agosto 2024

Firmado electrónicamente por:
MARCO ANTONIO MENA FREIRE

.....

Ps. Cl. Mena Freire Marco Antonio Mgs.

CC: 1802869980

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Condorcana Pérez Dayana Mishel con CC: 0550296974 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "**EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS**", Autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura, consulta y procesos de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autora, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, agosto 2024



.....

Condorcana Pérez Dayana Mishel

C.C 0550296974

.

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Los miembros del Tribunal Examinador, aprueban el Articulo científico con el tema: "**EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS**", de Dayana Mishel Condorcana Pérez, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, agosto 2024

Para su constancia firma

……

Presidente

....…… ..……

1er Vocal 2 do Vocal

Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria
PENTACIENCIAS
e-ISSN: 2806-5794
https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias

CARTA DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE ARTÍCULO

Dra. Leonor de la Concepción Moreno Suárez
Directora del Comité Editorial-Jefe
alema.pentaciencias@gmail.com

Ecuador, 26 de Mayo del 2024

EDITORIAL ALEMA INTERNACIONAL ORG

Estimados colegas:

Dayana Mishel Condorcana Pérez[1*], Marco Antonio Mena Freire[2]

[1] Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Técnica de Ambato. Correo electrónico dcondorcana6974@uta.edu.ec
[2] Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Técnica de Ambato. Correo electrónico ma.mena@uta.edu.ec

Me complace informarle que después del proceso de revisión por pares, el artículo **"El bienestar psicológico y el consumo de alcohol en adultos "** ha sido **ACEPTADO** para ser publicado por la Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria **PENTACIENCIAS** en su Vol. 6, No.4 (Edición Especial II), 2024. e-ISSN: 2806-5794.

Saludos cordiales

Dra. Leonor de la Concepción Moreno Suárez
Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS
Directora del Comité Editorial-Jefe

Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS
Ecuador
EDITORIAL ALEMA INTERNACIONAL
Indexada en:

DEDICATORIA

El presente Artículo Científico lo dedico principalmente a Dios y a mi hija Daylin Valentina, quién hoy es la persona más importante en mi vida, con quién he aprendido que el ser madre no es un obstáculo más bien una bendición y a quién le dedicaré el resto de mis triunfos.

A mi padre, mi ángel guardián. Desde el cielo, sigue siendo mi mayor apoyo. Tu recuerdo me acompaña en cada paso que doy. Este trabajo es un pequeño rayo de luz que envío hacia ti, con todo mi amor.

A mi mamá, por su amor incondicional y su apoyo constante. Tus palabras de aliento y tu ejemplo de lucha han sido mi mayor inspiración. Siempre has creído en mí, incluso cuando yo dudaba. Gracias por ser mi roca y por enseñarme que con esfuerzo y dedicación, todo es posible.

A mi hermana, por estar siempre a mi lado, compartiendo alegrías y tristezas. Tu compañía y comprensión han sido invaluables en este camino. Eres mi confidente, mi amiga y mi mayor apoyo.

Y a mi compañero de cuatro patas mi gato Copito, por brindarme compañía en las noches de desvelo y momentos de alegría en los momentos más difíciles.

Con infinito amor y gratitud,

Dayana Condorcana

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a la Universidad Técnica de Ambato especialmente a la carrera de Psicología Clínica por brindarme la oportunidad de formarme en un entorno académico de excelencia.

A mis profesores, cuyo compromiso, dedicación y sabiduría han sido fundamentales en mi formación. Gracias por compartir sus conocimientos y por inspirarme a ser mejor cada día. A mis compañeras y amigas, quienes con su apoyo, compañerismo y amistad hicieron de este viaje una experiencia inolvidable y enriquecedora.

Un agradecimiento especial a mi tutor Mena Freire Marco Antonio, cuya orientación, paciencia y consejo fueron invaluables para la realización de este trabajo. Su dedicación y compromiso con mi desarrollo académico y personal han sido una fuente constante de motivación y guía.

Finalmente, quiero agradecer a todas aquellas personas que me acompañaron a lo largo de este camino, en especial a mi pareja Darwin Galarza, quien me ha brindado su apoyo incondicional, ánimo y amor en los momentos más difíciles. A todos ustedes, mi más sincero agradecimiento por ser parte de este importante logro en mi vida.

Con sincero agradecimiento,

Dayana Condorcana

“EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ADULTOS”

RESUMEN

El consumo de alcohol es una problemática social que afecta tanto a jóvenes como adultos, y su consumo excesivo o de riesgo puede tener efectos perjudiciales en la salud mental y emocional. Un alto consumo de alcohol puede disminuir el bienestar psicológico, que se caracteriza por satisfacción con la vida, autoaceptación positiva, relaciones interpersonales saludables, sentido de propósito y crecimiento personal continuo. El objetivo principal del estudio es establecer la relación entre bienestar psicológico y consumo de alcohol; con un método cuantitativo con alcance descriptivo-correlacional. La muestra incluye 110 adultos, con una media de edad de 38.9, de los cuales el 68% son hombres y el 42% son mujeres. Los instrumentos utilizados son la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff con 39 ítems y el Cuestionario AUDIT que evalúa el nivel de riesgo del consumo de alcohol. Los resultados indican una estrecha relación negativa entre bienestar psicológico y consumo de alcohol, sin diferencias significativas entre géneros en el patrón de consumo. Este patrón refleja una evolución en las normas sociales y culturales, con mujeres participando en prácticas de consumo tradicionalmente asociadas con hombres. El aumento del consumo de riesgo puede llevar a consecuencias negativas para el bienestar psicológico.

PALABRAS CLAVE: ADULTOS; ALCOHOL; BIENESTAR PSICOLÓGICO; CONSUMO.

"PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND ALCOHOL CONSUMPTION IN ADULTS"

ABSTRACT

Alcohol consumption is a social issue that affects both young and adult populations, and its excessive or risky use can have detrimental effects on mental and emotional health. High alcohol consumption can decrease psychological well-being, which is characterized by life satisfaction, positive self-acceptance, healthy interpersonal relationships, a sense of purpose, and continuous personal growth. The primary objective of this study is to establish the relationship between psychological well-being and alcohol consumption using a quantitative method with a descriptive-correlational approach. The sample includes 110 adults, with an average age of 38.9, of whom 68% are men and 42% are women. The instruments used are the Ryff Psychological Well-Being Scale with 39 items and the AUDIT Questionnaire, which assesses the level of risk in alcohol consumption. The results indicate a close negative relationship between psychological well-being and alcohol consumption, with no significant gender differences in consumption patterns. This pattern reflects an evolution in social and cultural norms, with women increasingly engaging in drinking practices traditionally associated with men. The increase in risky consumption can lead to negative consequences for psychological well-being.

KEYWORDS: *ADULTS; ALCOHOL; PSYCHOLOGICAL WELL-BEING; CONSUMPTION*

Introducción

El consumo de alcohol en adultos es un fenómeno ampliamente estudiado y debatido en el ámbito de la salud pública y la psicología. A lo largo de la vida adulta, el consumo de alcohol puede desempeñar diversos roles y tener diferentes implicaciones para la salud y el bienestar de las personas. Desde las celebraciones sociales hasta el manejo del estrés, el consumo de alcohol puede ser tanto una forma de relajación como una fuente de problemas potenciales (Fernández-Castillo et al., 2021).

De acuerdo con información de la Organización Mundial de la Salud (OMS) del año 2018, anualmente se registran 3 millones de fallecimientos en todo el mundo a causa del consumo perjudicial de alcohol, representando un 5,3 % del total de defunciones. Además, se ha identificado que el alcohol es un factor causal en más de 200 enfermedades y trastornos. Específicamente, su consumo está vinculado con discapacidad y mortalidad, particularmente en el grupo de edad de 20 a 39 años, donde el 13,5 % de las muertes se atribuyen a esta causa (Instituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y el Alcoholismo [NIH], 2022).

Actualmente, el consumo de alcohol es ampliamente aceptado socialmente y se reconoce como una práctica de socialización en varios grupos, incluidos los adolescentes; de hecho, el alcohol es la primera droga legal que muchos consumen, y este patrón de consumo se extiende hasta la edad adulta (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2019). El 85% de la población adulta informa haber consumido alcohol en algún momento de sus vidas, con una mayor prevalencia entre los hombres (29%) en comparación con las mujeres (22%), según la Encuesta Nacional en Estados Unidos sobre el Uso de Drogas y la Salud [NSDUH por sus siglas en inglés] en el 2019. El consumo de alcohol se examina como una parte inherente de la cultura juvenil, evitando explicaciones que conlleven juicios patológicos o moralistas, y acercándonos a la idea de que desde la adolescencia hasta la adultez utilizan el consumo de alcohol como un medio para adaptarse a una sociedad compleja (Ahumada-Cortez et al., 2017).

Una serie de estudios han destacado el papel de las relaciones sociales como amortiguador del estrés y la influencia en el consumo de alcohol en los adultos (Martínez Blancas et al., 2024). De Valle-Alonso et al. (2023), enfatizan el impacto de los factores socioculturales, como la influencia de los compañeros y los eventos sociales, en la ingesta de alcohol. Así también, Rodríguez-Torres et al. (2016), exploran además la relación entre los factores estresantes ocupacionales, el apoyo social percibido y el consumo de alcohol en adultos jóvenes.

Las relaciones sociales juegan un papel crucial en el consumo de alcohol y bienestar psicológico en adultos (Castillo Jaramillo et al., 2023). Por un lado, las interacciones sociales positivas y el apoyo social pueden contribuir al bienestar psicológico al proporcionar un sentido de pertenencia, conexión y apoyo emocionales (Rodríguez & Quiñones Berrios, 2012). Asimismo, el alcohol puede influir negativamente en la autoestima, los patrones de sueño y la percepción de uno mismo, tal como sugiere Altafulla (2022).

Por otro lado, ciertos estudios indican que el patrón de consumo excesivo de alcohol tiene un efecto negativo sobre las funciones ejecutivas en los jóvenes, especialmente en las asociadas con el área prefrontal dorsolateral, lo que resulta compatible con la hipótesis de la vulnerabilidad del lóbulo frontal al consumo de alcohol (Mondragón-Maya et al., 2021). Aunque el alcohol puede proporcionar un alivio temporal de las

emociones negativas, su uso prolongado puede conducir a un deterioro de la salud mental, incluyendo la depresión, la ansiedad y otros trastornos del estado de ánimo (Martínez Blancas et al., 2024).

Los patrones de consumo de alcohol en adultos pueden estar relacionados con una variedad de factores psicológicos, sociales y ambientales (Ahumada-Cortez et al., 2017). Algunas personas recurren al alcohol como una forma de lidiar con el estrés, la ansiedad o los problemas emocionales, buscando temporalmente aliviar el malestar psicológico (Solís et al., 2022). Sin embargo, el consumo excesivo o problemático de alcohol puede tener consecuencias negativas para el bienestar psicológico (Telumbre-Terrero et al., 2024).

Además, el consumo excesivo de alcohol puede afectar las relaciones interpersonales, el rendimiento laboral y la satisfacción general con la vida, lo que contribuye a un menor bienestar psicológico (Abrego Cadena et al., 2021). La relación entre el bienestar psicológico y el consumo de alcohol en adultos es un tema de interés creciente en la investigación psicológica. Por un lado, el bienestar psicológico se refiere a un estado de equilibrio y satisfacción en diversas áreas de la vida, como las relaciones interpersonales, la autoaceptación, el crecimiento personal y el propósito en la vida (Vielma y Alonso, 2010).

La psicóloga Carol Ryff ha sido pionera en el desarrollo de un modelo que identifica seis dimensiones esenciales del bienestar psicológico: autonomía, relaciones positivas con los demás, dominio del entorno, propósito en la vida, crecimiento personal y autoaceptación (Ryff, 1989a). Este enfoque amplio va más allá de la mera ausencia de malestar psicológico y considera aspectos como la autorrealización, el funcionamiento óptimo del individuo y el significado vital en distintas áreas, explorando dimensiones fundamentales del bienestar, como el crecimiento personal y el propósito en la vida.

En la misma línea, González-Aguilar (2021), indica que las personas que experimentan un mayor bienestar psicológico tienden a tener una mayor resiliencia emocional, una mayor capacidad para enfrentar el estrés y una mejor calidad de vida en general. Asimismo, el bienestar psicológico se ha asociado con una menor probabilidad de desarrollar trastornos mentales, como la depresión y la ansiedad (Rossi et al., 2019).

El bienestar psicológico es un concepto complejo y multifacético que ha sido objeto de estudio en distintos grupos poblacionales adolescentes, adultos y adultos mayores (Aravena et al., 2020). Este concepto engloba varios aspectos de la experiencia humana y se ha considerado fundamental para comprender la salud mental y el desarrollo personal. Así como lo mencionan Rodríguez Flores & Sánchez Trujillo (2022), el bienestar psicológico se refiere a una evaluación continua del progreso en la vida y la satisfacción con los logros obtenidos a lo largo del tiempo.

Con todo lo expuesto, es innegable la relación entre el bienestar psicológico y el consumo de alcohol en adultos siendo esta la intención principal de la investigación. Para lograr este propósito, se han establecido algunos objetivos específicos como evaluar los niveles tanto de bienestar psicológico como el consumo de alcohol y comparar las puntuaciones promedio de consumo de alcohol según el sexo de los participantes.

Comprender cómo estos dos factores interactúan entre sí es fundamental para desarrollar estrategias de prevención e intervención efectivas que promuevan la salud mental y reduzcan los riesgos asociados con el consumo de alcohol en la población adulta. Es así como se establece la hipótesis de investigación el bienestar psicológico se relaciona con el consumo de alcohol en adultos de la ciudad de Latacunga.

Materiales y métodos

Diseño

El enfoque utilizado en la investigación es cuantitativo, las variables bienestar psicológico y consumo de alcohol, son susceptibles de ser estudiadas mediante un tipo de diseño no experimental, ya que no se manipularon ninguna de estas variables, con un alcance descriptivo-correlacional y de corte transversal.

Población y muestra

Los participantes del estudio son 110 adultos residentes de la Parroquia de Alaquez de la ciudad de Latacunga con una edad mínima de 23 años y máximo 56, con una media de edad de 38.9, DS=9.48. En cuanto al sexo de los participantes 68% son hombres y 42% mujeres. Para la selección de los sujetos de estudio se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en el cual se tomaron en cuenta criterios de inclusión, ser mayor de edad, firmar el consentimiento informado y mantener el deseo de participación en la investigación; como criterios de exclusión, estar bajo los efectos de alcohol u otras drogas al momento de ser evaluado, personas con diagnóstico de trastornos por consumo de alcohol, tener discapacidad visual, física e intelectual que impida completar los cuestionarios de evaluación.

Instrumentos

Los instrumentos utilizados para esta investigación es la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (EBP) su autora Carol Ryff (1995) señala que el cuestionario evalúa el grado de bienestar general de una persona a partir de la información subjetiva acerca de su nivel de satisfacción en distintos ámbitos de su vida. La EBP ha sido traducida al español por (Díaz et al., 2006).El cuestionario está conformado por 39 ítems que están agrupados en seis dimensiones, la primera autoaceptación con los ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6; segunda relaciones positivas con otras personas ítems: 7, 8, 9, 10, 11, 12; tercera autonomía ítems: 13, 14, 15, 16, 17, 18; la cuarta crecimiento personal ítems: 19, 20, 21, 22, 23, 24, quinta propósito en la vida - Ítems: 25, 26, 27, 28, 29, 30 y la última dominio del entorno ítems: 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39. La puntuación de la EBP, va desde un rango de: BP Elevado = > 176 pts, BP Alto = 141- 175 pts, BP Moderado = 117-140 pts, BP Bajo = < 116 pts. La fiabilidad del instrumento se mide a través de Omega de McDonald que varía entre 0.60 y 0.84 (Pineda y Chaparro, 2018).

Para medir el consumo de alcohol, se utilizó el Cuestionario para identificación de trastornos debido al consumo de alcohol (AUDIT), evalúa el nivel de riesgo del consumo de alcohol. La baremación de este cuestionario va desde: abstinencia = 0, consumo ocasional = 1-7, posible consumo de riesgo = 8-15, posible consumo perjudicial = 16-19, posible dependencia al alcohol = 20-40, es decir, a mayor puntuación posible dependencia de alcohol. Se encontró una confiabilidad de α=.86 y ω=.87 (Colán & Rosario, 2022).

Procedimiento

Se contactó con el dirigente de la Parroquia de Alaquez en la ciudad de Latacunga donde se explicó que la investigación a realizar cabe mencionar que el estudio pasó por la aprobación del comité de ética institucional con el cuál se asegura respetar todos los criterios éticos de investigación con seres humanos. Una vez aprobado se procedió con la presentación del proyecto con los moradores del sector y con ello se inició la aplicación de los instrumentos de evaluación. La aplicación se realizó de forma presencial compartiendo un enlace de Google forms con los dos cuestionarios para que sean completados por los participantes los cuales previamente firmaron su consentimiento informado, el tiempo de duración de la evaluación aproximadamente

fue de 15 minutos por cada uno y la recolección de los datos duró dos semanas. La tabulación de los datos se realizó a través de Excel y posterior se procedió al análisis en el paquete estadístico Jamovi 2.3.21.

Resultados y discusión

Para el análisis de los datos se utiliza estadística descriptiva por medio de tablas de frecuencias para las variables categóricas bienestar psicológico y consumo de alcohol. Además, se aplica la prueba de normalidad de Shapiro Wilk para evaluar la distribución de los datos al final se obtuvo un valor de $p < .001$ por lo cual se trabaja con pruebas no paramétricas al no cumplir con el supuesto de normalidad. Posterior a esto con el propósito de relacionar las variables de estudio se aplica una prueba de correlación de Spearman. También se busca comparar la media de puntuación de bienestar psicológico con el género, para lo cual se utiliza la prueba estadística t de Welch's para muestras independientes, a continuación, se presenta el detalle de las tablas en el análisis estadístico.

Tabla 1. Porcentajes de consumo de alcohol y bienestar psicológico en la muestra

Nivel	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
Bienestar Psicológico			
BP. Elevado	6	5.5 %	5.5 %
BP. Alto	74	67.3 %	72.8 %
BP. Moderado	18	16.4 %	89.2 %
BP. Bajo	12	10.9 %	100 %
Consumo de alcohol			
Abstinencia	31	28.2 %	28.2 %
Consumo ocasional	47	42.7 %	70.9 %
Consumo de riesgo	26	23.6 %	94.5 %
Consumo Perjudicial	4	3.6 %	98.1 %
Dependencia al alcohol	2	1.8 %	100.0 %

Nota: **BP.:** Bienestar psicológico

En la tabla 1, se puede observar que existe una predominancia del nivel alto con un 67.3%, seguido de moderado con 16,4%, se podría pensar que la mayoría de los adultos tiene un adecuado BP. Asimismo, el nivel de riesgo de consumo de alcohol con mayor porcentaje es el consumo ocasional 42.7% y con porcentajes similares entre abstinencia 28.2% y consumo de riesgo 23.6%, lo que podría interpretarse como un consumo de alcohol ocasional y que puede elevarse hacia una percepción de consumo de riesgo entre los adultos evaluados.

Tabla 2. Correlación no paramétrica de las variables de estudio

		Puntuación BP		Puntuación CA
Puntuación BP	Rho de Spearman	—		
	valor p	—		
Puntuación CA	Rho de Spearman	-0.236	*	—
	valor p	0.013		—

Nota.: **CA:** Consumo de alcohol; * p < .05, ** p < .01, *** p < .001

En la tabla 2, se encuentra una relación estadísticamente significativa entre la puntuación de BP y CA, se evidencia una correlación negativa leve con un p valor de 0.013 y rho= -0.236, esto indica que a mayor BP menor consumo de alcohol en adultos y viceversa. Esto se podría explicar porque los adultos que presentan alto nivel de bienestar psicológico puede estar asociado con un consumo moderado y controlado de alcohol en algunos casos.

Después del análisis descriptivo, se aplica la prueba de comparación de medias t de Welch y los resultados indican con una confianza del 95%, se determina que no existe una diferencia significativa de consumo de alcohol entre hombres y mujeres p=0.228, la media de puntuación en las mujeres es de 5.74 y en los hombres 4.50, evidenciando así que tanto hombres como mujeres tienden al mismo nivel de consumo de alcohol.

Se puede partir la discusión recalcando el interés inicial que sustenta el presente estudio reside en analizar la relación entre bienestar psicológico y consumo de alcohol en adultos; el patrón y la cantidad de consumo de alcohol en esta etapa de la vida pueden tener repercusiones significativas en la salud física, mental y social de los individuos (Pons & Buelga, 2011).

Uno de los principales hallazgos de este estudio es la relación negativa entre el bienestar psicológico y el consumo de alcohol, lo que implica que un mayor nivel de bienestar psicológico está asociado con un menor consumo de alcohol. Varios estudios longitudinales y transversales han respaldado esta relación. Telumbre-Terrero et al., (2024), encontraron que las personas con altos niveles de bienestar psicológico, caracterizados por una satisfacción con la vida, una alta autoestima, relaciones sociales saludables y un sentido de propósito,

tienden a consumir menos alcohol y tienen menos probabilidades de desarrollar problemas relacionados con el consumo de alcohol, como el abuso o la dependencia (Castillo Jaramillo et al., 2023).

Esta relación se puede explicar por varios mecanismos, primero, el bienestar psicológico podría actuar como un factor de protección contra el consumo excesivo de alcohol (Abrego Cadena et al., 2021). Al igual que los resultados de la investigación donde predomina el bienestar psicológico alto 67.3% y moderado 16.4%, esto podría deberse a que las personas que se sienten satisfechas y realizadas en sus vidas podrían presentar mayor resiliencia y menos necesidad de recurrir al alcohol como una forma de lidiar con el estrés, la ansiedad o la depresión (Rodríguez-Chávez & Cabrera-Porras 2023). Además, el bienestar psicológico se asocia con habilidades de afrontamiento más efectivas y una mayor resistencia a la presión social para beber en exceso (Tacca Huamán & Tacca Huamán, 2019).

En cuanto al riesgo de consumo de alcohol en adultos, aproximadamente la mitad reportó un consumo ocasional, mientras que un 28.2% en abstinencia actualmente y 23.6% presenta un consumo de riesgo. Estos datos son similares a los encontrados por De Valle-Alonso et al. (2023), donde se evidencia que la población adulta tiene un consumo sensato, es decir, el patrón de consumo puede ser moderado y controlado, donde las personas beben en cantidades pequeñas y no experimentan problemas relacionados con el alcohol ya que usualmente se da en reuniones sociales. Sin embargo, este estudio presenta diferencias con los resultados encontrados por Rosales Casavielles et al. (2019), quienes informaron cifras más altas de consumo de alcohol en adultos que reciben tratamiento en comunidades terapéuticas en comparación con el presente estudio, que incluye a la población en general.

Con respecto al consumo de riesgo presenta un porcentaje considerable, esta categoría se define generalmente por la cantidad y la frecuencia de consumo de alcohol, así como por los comportamientos asociados, resultados que se apoyan en la investigación de Rodriguez de la Cruz et al. (2022), donde manifiestan que este patrón de consumo puede aumentar la probabilidad de problemas de salud física, mental o sociales. Es importante señalar que el consumo de alcohol puede variar según la cultura, la edad, el género, la situación socioeconómica y otros factores (Solís et al., 2022). Además, cada individuo puede cambiar su patrón de consumo a lo largo de la vida, en función de cambios en las circunstancias personales, las influencias sociales y la percepción del riesgo asociado con el alcohol (Salazar Moreno et al., 2023).

En cuanto a la comparación del consumo de alcohol en hombres y mujeres no se evidencian diferencias estadísticamente significativas, esto puede ser el resultado de una combinación de cambios culturales y sociales, factores biológicos, equidad de género y factores socioeconómicos (Rosales & Tercero, 2018). En muchos contextos, se están abordando las desigualdades de género en el acceso a la educación, el empleo y otros recursos, lo que puede tener un impacto en la igualdad de oportunidades para el consumo de alcohol entre hombres y mujeres (Patró-Hernández et al., 2018).

Las diferencias en el consumo de alcohol entre hombres y mujeres pueden estar influenciadas por factores socioeconómicos, como el nivel de ingresos, la educación y el acceso a servicios de salud, como lo demuestra el estudio de Wang et al. (2018), evidenciaron que las personas con mayores ingresos, educación y ocupación más baja tenían niveles más altos de factores de riesgo de consumo de alcohol y un nivel más bajo de factores de riesgo de obesidad.

Es importante tener en cuenta que las diferencias de género en el consumo de alcohol pueden variar según el contexto y pueden persistir en ciertas poblaciones o grupos específicos (Férnandez Alonso & Corral Liria, 2018). Las mujeres están cada vez más integradas en roles sociales y laborales que tradicionalmente estaban dominados por hombres, lo que puede llevar a un aumento en el consumo de alcohol entre las mujeres (Gámez-Medina et al., 2020). Aunque históricamente se ha observado que los hombres tienden a consumir

más alcohol que las mujeres, esto puede deberse a diferencias biológicas, como el metabolismo del alcohol y la composición corporal (Elipe Miravet et al., 2021).

Cabe recalcar que la investigación presenta ciertas limitaciones al tratarse de una muestra pequeña y heterogénea puede no ser representativa de la población general, lo que limita la capacidad de generalizar los resultados a una población más amplia. Además, al trabajar con un número reducido de participantes es posible que el estudio no tenga suficiente poder estadístico para detectar efectos significativos o diferencias reales entre los grupos. Es importante tener en cuenta las limitaciones del estudio al interpretar los resultados y considerar la necesidad de replicar el estudio en muestras más grandes y homogéneas.

Conclusiones

La evidencia de la investigación sugiere que existe una relación negativa entre el bienestar psicológico y el consumo de alcohol, lo que implica que un mayor bienestar está asociado con un menor consumo de alcohol. Estudios previos han demostrado que el consumo excesivo de alcohol puede aumentar los niveles de ansiedad, depresión y estrés percibido, lo que podría ser un factor que afecta la salud mental en general mientras que el bienestar psicológico puede actuar como un factor protector contra el consumo de alcohol debido a que se asocia con habilidades de afrontamiento más efectivas y una mayor resistencia a la presión social para beber en exceso.

Concisamente, la población adulta presenta una diversidad de patrones de consumo de alcohol, que van desde el consumo ocasional hasta la abstinencia y en ciertos casos el consumo de riesgo. Estos diferentes patrones reflejan las elecciones individuales y las circunstancias únicas de cada persona, así como la variedad de actitudes y normas culturales relacionadas con el alcohol. Además, este hallazgo resalta la necesidad de abordar los factores subyacentes que contribuyen al consumo excesivo de alcohol, incluidos los problemas de salud mental y las dificultades de adaptación psicosocial.

La diferencia de consumo de alcohol de acuerdo con el sexo en la población de estudio es nula, se presenta una similitud en el consumo de alcohol entre hombres y mujeres adultos, esto puede atribuirse a una combinación de cambios en las normas sociales, igualdad de acceso, evolución en los roles de género como lo respalda la literatura. Es importante tener en cuenta que las diferencias en el consumo de alcohol pueden persistir en ciertas poblaciones o grupos específicos, ya que el contexto cultural y social puede influir en gran medida en estos patrones de consumo.

Finalmente, futuras investigaciones podrían enfocar su análisis en una muestra más grande y homogénea, para controlar variables de confusión que podrían influir en los resultados. Además, de esta manera los resultados pueden ampliarse y no aplicarse solo a ciertos grupos o contextos específicos, lo que limita la capacidad de generalizar los hallazgos a otras poblaciones o situaciones.

Referencias

Abrego Cadena, N., Salazar Mendoza, J., Castellanos Contreras, E., & Conzatti Hernández, M. (2021). Bienestar psicológico como factor protector ante el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 5(5), 8869–8890. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i5.960

Ahumada-Cortez, J. G., Enrique Gámez-Medina, M., & Valdez-Montero, C. (2017). El consumo de alcohol como problema de salud pública. Ra Ximhai, 13, 13–24.

Aravena, V., Bauerle, V., García, C., Miranda, K., & Vera, S. (2020). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios, adultos y adultos mayores.

Castillo Jaramillo, M. J., Zúñiga Gómez, S., Benavides Ponce, M. F., & Berrío García, N. (2023). Bienestar psicológico y consumo de sustancias psicoactivas en adultos jóvenes del Quindío. Poiésis, 44, 121–136. https://doi.org/10.21501/16920945.4403

Colán Herrera, A., & Rosario Quiroz, F. (2022). Análisis psicométrico del cuestionario para la detección Del consumo de alcohol - AUDIT en universitarios peruanos. Veritas Et Scientia, 11.

De Valle-Alonso, M. de J., Reyes-Sánchez, C., Sánchez-López, L., & Ramos-Zamora, J. A. (2023). Asociación de los patrones de consumo de alcohol en personas adultas de una unidad de atención primaria. Cuidado Multidisciplinario de Salud BUAP, 9, 9–26.

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. Psicothema, 18, 572–577.

Elipe Miravet, M., Cervigón Carrasco, V., Fernández García, O., Estruch, V., & Ballester Arnal, R. (2021). Consumo excesivo de alcohol ¿existen diferencias de género? Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology., 1(2), 109–118. https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n2.v1.2169

Férnandez Alonso, V., & Corral Liria, I. (2018). Consumo de alcohol y género: diferencias desde la perspectiva de los profesionales de enfermería. Nure Investigación, 15.

Fernández-Castillo, E., Molerio-Pérez, O., Garcia De Nascimento, P., & Rodríguez-Martínez, Y. (2021). Consumo de alcohol y factores relacionados en estudiantes universitarios cubanos. Revista Habanera de Ciencias Médicas, 20. http://www.revhabanera.sld.cu/index.php/rhab/article/view/3248

Gámez-Medina, M., Valdez-Montero, C., & Ahumada-Córtez, J. (2020). Consumo de alcohol en mujeres: Cambios y evolución. In Salud y Género.

González-Aguilar, D. W. (2021). Bienestar psicológico, resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. Revista Guatemalteca de Educación Superior, 4(1), 43–58. https://doi.org/10.46954/revistages.v4i1.53

Instituto Nacional sobre el Abuso del Alcohol y Alcoholismo. (2020). Trastorno por consumo de alcohol [Text]. National Library of Medicine. https://medlineplus.gov/spanish/alcoholusedisorderaud.html

María Patró-Hernández, R., Nieto Robles, Y., & María Limiñana-Gras, R. (2018). Relación entre las normas de género y el consumo de alcohol: una revisión sistemática The Relationship between Gender Norms and Alcohol Consumption: A Systematic Review. In ADICCIONES (Vol. 32).

Martínez Blancas, P., Contreras Landgrave, G., Camacho Ruiz, E. J., & Casas Patiño, O. D. (2024). Relación de la Depresión, Ansiedad y Estrés Académico con el Consumo de Tabaco y Alcohol en Estudiantes de Medicina: Revisión Sistemática. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7(6), 7962–7981. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.9326

Mondragón-Maya, A., Flores-Medina, Y., López-Arreaga, G., López-Ramírez, S., & Paz-Rodríguez, F. (2021). Funciones ejecutivas en estudiantes universitarios con patrón de consumo excesivo de alcohol. Psicología y Salud, 31(2), 295–306. https://doi.org/10.25009/pys.v31i2.2698

Organización Mundial de la Salud. [OMS]. (2001). AUDIT. Cuestionario de identificación de los Trastornos debidos al Consumo de Alcohol. Pautas para su utilización en la Atención Primaria. Recuperado de https:// www.who.int/substance_abuse/activities/en/AUDITmanualSpanish.pdf

Organización Mundial de la Salud. [OMS]. (2018c). El consumo nocivo de alcohol mata a más de 3 millones de personas al año, en su mayoría hombres. Recuperado de https://www.who.int/es/news-room/detail/21-09-2018-harmful-use-of-alcohol -kills-more-than-3-million-people-each-year--most-of-them-men

Organización Panamericana de la Salud. (2019). Alcohol. https://www.paho.org/es/temas/alcohol

Pons, J., & Buelga, S. (2011). Factores Asociados al Consumo Juvenil de Alcohol: Una Revisión desde una Perspectiva Psicosocial y Ecológica. Psychosocial Intervention, 20(1), 75–94. https://doi.org/10.5093/in2011v20n1a7

Ryff, C. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Exploration on the Meaning of Psy-chological Well-Being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(1), 1069-1081. doi: 10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. Current Directions in Psychological Science, 4(4), 99–104. doi:10.1111/1467-8721.ep10772395

Rodriguez de la Cruz, P. J., González-Angulo, P., Salazar-Mendoza, J., Camacho-Martínez, J. U., & López-Cocotle, J. J. (2022). Percepción de riesgo de consumo de alcohol y tabaco en universitarios del área de salud. SANUS, 7, e222. https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.222

Rodríguez Flores, E. A., & Sánchez Trujillo, M. de los Á. (2022). Bienestar psicológico en estudiantes de primeros ciclos de una universidad privada de Lima. Propósitos Y Representaciones, 10(3). https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1705

Rodríguez, Y. R., & Quiñones Berrios, A. (2012). Dimensiones del bienestar psicológico y su relación con el apoyo social percibido en estudiantes universitarios. Revista Griot, 5.

Rodríguez-Chávez, L., & Cabrera-Porras, R. (2023). Resiliencia, bienestar psicológico eudaimónico, depresión, ansiedad y estrés en adultos venezolanos: un estudio predictivo. Revista Estudios Psicológicos, 3(3), 44–59. https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.004

Rodríguez-Torres, E., Camargo-Restrepo, C., Cardona-Blandón, Á. M., Lozano-Sandoval, N. X., López-Medina, D. I., & Rosas-Villamizar, N. I. (2016). Consumo de alcohol y otras sustancias, un problema en estudiantes universitarios de salud. Ciencia y Cuidado.

Rosales Casavielles, Y., Góngora Herse, M., de la Rosa Rosales, E., de la Rosa Rosales, E., & de la Rosa, J. (2019). Calidad de vida de adolescentes y adultos jóvenes foráneos adictos atendidos en las comunidades terapéuticas El Cocal y El Quinqué. Correo Científico Médico, 23. https://revcocmed.sld.cu/index.php/cocmed/rt/printerFriendly/2612/1724

Rosales, R., & Tercero, E. (2018). Consumo de alcohol entre estudiantes hombres y mujeres universitarios. In Rev. Fac. Med (Vol. 1, Issue 24). https://medicina.ufm.edu/revista-medicina

Salazar Moreno, C. A., Alonso Castillo, M. M., Armendáriz García, N. A., & Rodríguez Puente, L. A. (2023). Eventos estresantes de la vida y consumo de alcohol en adultos mayores. Horizonte Sanitario. https://doi.org/10.19136/hs.a22n1.4986

Solís, M. O. V., Gonzáez, D. E. S., Lizarrága, A. L., Bernés, S. R., García, A. F., Guerrero, V. B., Pérez, L. G. V., Jiménez, M. M. S., & Ceja, M. H. V. (2022). Factores asociados al consumo de alcohol en jóvenes universitarios. South Florida Journal of Development, 3(2), 1771–1780. https://doi.org/10.46932/sfjdv3n2-013

Tacca Huamán, D., & Tacca Huamán, A. L. (2019). Estilos de afrontamiento y bienestar psicológico. RIP:21, 37–56.

Telumbre-Terrero, J. Y., Maas-Góngora, L., & Castillo-Arcos, L. del C. (2024). Relación entre el bienestar psicológico e ingesta de alcohol en adolescentes y jóvenes. REVISTA MÉDICA ELECTRÓNICA DE CIEGO DE ÁVILA. https://orcid.org/0000-0002-8695-7924

Wang, H., Yin, Q., Zhang, X., & Zhang, C. (2018). On the Relationship of Socio-Economic Status and Risk Factors for Alcoholic Liver Disease in North China. Global Journal of Health Science, 10(4), 35. https://doi.org/10.5539/gjhs.v10n4p35