

La promoción de comportamientos saludables en la comunidad universitaria respecto al consumo de sustancias adictivas

Promotion of healthy behaviors in the university community regarding consumption of addictive substances

Sandra de las Mercedes Martínez-Navarro
sandramn@sma.unica.cu

Ilianne Hernández-Verdecia
iliannehv@sma.unica.cu

Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez, Cuba.

Resumen

La presente investigación surge como necesidad de actualizar el diagnóstico del consumo de sustancias adictivas en la comunidad universitaria. Tiene como objetivo diseñar acciones encaminadas a promover comportamientos saludables en relación al consumo de sustancias adictivas. Se trabajó en la Facultad de Ciencias Pedagógicas, abarcándose una muestra intencional no probabilística de 150 estudiantes. Los instrumentos empleados fueron la encuesta y la entrevista. Los datos se procesaron cuantitativamente mediante el asistente estadístico SPSS (versión 2.0) y mediante interpretaciones cualitativas. Los resultados revelaron el consumo social de alcohol y tabaco, identificándose policonsumidores los estudiantes en su mayoría. Por otro lado se constató la presencia de inadecuados niveles de conocimiento sobre los efectos dañinos de estas y otras sustancias.

Palabras clave: comportamientos saludables, comunidad universitaria, sustancias adictivas

Abstract

The present investigation arises as a need to update the diagnosis of consumption of addictive substances in university community. Its objective is to design actions aimed at promoting healthy behaviors in relation to consumption of addictive substances. The authors worked in Faculty of Pedagogical Sciences, covering a non-probabilistic intentional sample of 150 students. The instruments used were the survey and the interview. Data was processed quantitatively using the statistical assistant SPSS (version 2.0) and through qualitative interpretations. The results revealed the social consumption of alcohol and tobacco, with the majority of students identifying themselves as polysumptionists. On the other hand, the presence of inadequate levels of knowledge about the harmful effects of these and other substances was confirmed.

Key words: healthy behaviors, university community, addictive substances.

Introducción

La adicción se ha convertido en una epidemia social que afecta a miles de seres humanos en todo el mundo. Constituye un fenómeno que produce efectos nocivos a la salud que pueden llegar a ser irreversibles; las consecuencias no solo afectan la salud física de los sujetos, sino que se convierte además en una amenaza para el bienestar subjetivo del consumidor a partir del deterioro personal, familiar, escolar o laboral y comunitario.

El consumo de drogas en los jóvenes constituye una problemática tanto a nivel internacional como nacional (Organización Mundial de la Salud, 2008; Pedraza, Molerio & Álvarez, 2013; Salameha, Salame, Wakedc, Barbourd, Zeidand & Baldie, 2014). Múltiples son los factores que intervienen en esta problemática de salud en los estudiantes universitarios, entre ellos la separación de los hogares (Castaño, García & Marzo, 2014), el afrontamiento a situaciones de estrés y situaciones de la vida cotidiana (García del Castillo, 2015). Estudios desarrollados por el Grupo de Bienestar Universitario (GBU) de la Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez, relacionados con esta línea de investigación, han permitido constatar un elevado consumo de alcohol y tabaco en estudiantes universitarios, así como de otras sustancias adictivas.

Desde esta perspectiva, la presente investigación se enmarca en los esfuerzos que desarrolla el GBU para optimizar las acciones de promoción de salud, prevención de enfermedades y de investigación en el ámbito del bienestar y la salud humana para disminuir estos comportamientos de riesgo. A partir de lo cual se formula como objetivo: diseñar acciones encaminadas a potenciar comportamientos saludables en los estudiantes universitarios en relación al consumo de sustancias adictivas a partir de actividades con carácter preventivo, extensionista y de promoción de salud.

Para desarrollar el estudio se empleó la metodología mixta, al ofrecer la posibilidad de recoger, analizar y vincular datos tanto cualitativos como cuantitativos, utilizando ambas visiones para responder al problema de investigación y sustentándose en las fortalezas de cada una de ellas. Además, propicia el logro de una perspectiva más precisa del fenómeno en estudio, brindando una percepción holística y completa de este (Hernández, Fernández-Collado & Baptista, 2010).

Considerando esta metodología se realizó un estudio con alcance descriptivo, pues permite especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis (Hernández, Fernández-Collado & Baptista, 2014).

Según solicitud realizada por el Consejo de Dirección de la Facultad de Ciencias Pedagógicas (FCP), a partir del diagnóstico preventivo que se implementa como parte del Programa Nacional de Prevención de uso indebido de drogas del Ministerio de Educación Superior, en el curso 2016-2017 se actualizó el diagnóstico sobre consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias tóxicas en los estudiantes de las carreras Biología-Geografía, Biología-Química, Matemática-Física, Educación Especial, Logopedia y Pedagogía-Psicología con una muestra intencional no probabilística, conformada por un total de 150 estudiantes en un rango de edad entre 18 y 23 años.

Desarrollo

La definición del término drogas ha evolucionado a lo largo del tiempo. En 1976 la OMS la definió como “toda sustancia que, introducida en un organismo vivo, pueda modificar una o varias funciones” (OMS, 1976, p. 5). En 2005, esta organización intentó delimitar cuáles serían las sustancias que producían dependencia y declaró como droga de abuso “aquella de uso no médico con efectos psicoactivos, capaz de producir cambios en la percepción, el estado de ánimo, la conciencia y el comportamiento, y susceptible de ser autoadministrada” (OMS, 2005, p.1).

Desde una posición médica y científica Martín & Lorenzo (1998), utilizan el vocablo droga para referirse a un gran número de sustancias que cumplen con las condiciones siguientes: ser sustancias que introducidas en un organismo vivo son capaces de alterar o modificar una o varias funciones psíquicas de este; inducen a las personas que las toman a repetir su autoadministración; no tienen ninguna indicación médica, y si la tienen pueden utilizarse con fines no terapéuticos.

Según la OMS (2008) los daños que estas sustancias producen sobre la salud dependen en mayor o menor medida del grado de dependencia que produzca la sustancia en sí, de la tolerancia y de los efectos somáticos y psíquicos sobre el organismo. El consumo de drogas, que de por sí tiene implicaciones médicas y sociales por sus consecuencias adversas, recurrentes y significativas, es una circunstancia de riesgo evolutivo al siguiente paso que es la dependencia (Cáceres, Salazar, Varela & Tovar, 2006). No obstante, los consumidores pueden mantener un patrón simple de

consumo durante largo plazo, un escalón menos grave que el de la drogodependencia y parece tener relación con características de la persona.

Las drogas pueden clasificarse atendiendo a varios criterios (Uribe, Verdugo & Zacarías 2011): institucionalizadas (tabaco, alcohol) y no institucionalizadas (opiáceos, cocaína, cannabis); legales e ilegales; drogas depresoras del sistema nervioso central: alcohol, opiáceos, derivados del cannabis, hipnóticos, sedantes e inhalables (disolventes, colas, pinturas, barnices, lacas, gasolina); drogas psicoestimulantes: cocaína, anfetaminas, cafeína y nicotina; drogas psicodélicas o alucinógenas: LSD, mescalina y psilocibina, entre otras.

Este fenómeno puede afectar a cualquier sector de la sociedad y establecerse como práctica en cualquier espacio social. Entre los grupos más vulnerables se encuentran los adolescentes y jóvenes, quienes continúan estudios en la Universidad. A esta institución educativa como expresión de un proyecto social, que busca la formación integral del profesional, le corresponde desempeñar un papel vital en la prevención de las adicciones.

La adolescencia y la juventud son períodos de cambio, en los cuales se manifiesta la vulnerabilidad a los comportamientos arriesgados. En estas etapas de la vida los sujetos les atribuyen un alto valor a las drogas, ya que constituyen un medio rápido y sencillo de sentirse a gusto y les permiten sentirse más aceptados en el grupo de iguales (Arrieta, Díaz & González 2011).

Pedraza, Molerio & Álvarez (2013) consideran que las posibilidades de que los jóvenes consuman algún tipo de drogas, está relacionada con los parrones de consumo en el grupo de iguales. Dentro del grupo de consumidores, se identifican los policonsumidores como aquellos sujetos que consumen tabaco y alcohol paralelamente (Muñiz, 2010).

Como refiere el Programa Nacional de Prevención de uso indebido de drogas del Ministerio de Educación Superior en Cuba (MES, 2014), el contexto universitario favorece la independencia y la espontaneidad personal de sus miembros, pero no todos los estudiantes a su ingreso cuentan con los recursos psicológicos suficientes para actuar de forma saludable ante las presiones a consumir drogas.

Los estudiantes universitarios afrontan tensiones entre la vida académica y la vida de ocio (Molerio, González, Pedraza, Rodríguez & García, 2013; Adunola & Molerio, 2014). Por un lado,

el requerimiento de superar las diferentes materias de la carrera se suma al sentimiento de no dejar de aprovechar el momento presente como único e irrepetible. Los estilos, las actitudes y las modas imponen sus modos de vestir y los lugares de ocio a los que se acude, así como las prácticas recreativas. A ello se une que muchos jóvenes consideran necesaria la presencia del alcohol y el tabaco como parte esencial de la recreación, cuestión en la que influyen también los modelos que imperan en los medios masivos de comunicación (Martin, Severina, Molerio & Fernández, 2014).

De ahí que como parte de la formación integral de los estudiantes se requieran sistemas de ayuda para el desarrollo de destrezas que faciliten el crecimiento personal, la toma de decisiones saludables o el manejo constructivo de situaciones problemáticas, como el estrés, la frustración, los sentimientos de inseguridad, la baja autoestima y otros aspectos que se relacionan con el consumo de drogas (Novoa, Barreto & Silva, 2012; Pedraza, Molerio & Álvarez, 2013).

Los especialistas vinculados a esta área se han percatado de que para el logro de una atención integral se deben elaborar estrategias eficientes que alcanzan su mayor expresión en la promoción de salud y la prevención de enfermedades. Es la manera de enfrentar esta problemática con las herramientas necesarias para fomentar una comunidad universitaria libre de adicciones, en aras de alcanzar un estado de salud integral.

A partir del marco conceptual precedente se desarrolló el diagnóstico a 150 estudiantes, 54 hombres y 96 mujeres, en un rango de edad entre 18 y 23 años, como se muestra en la tabla siguiente:

Tabla # 1: Rango de edades de los participantes en el diagnóstico.

	18 años	19 años	20 años	21 años	22 años	23 años
Estudiantes	18	22	35	24	38	13

Entre los instrumentos aplicados se encuentran la encuesta y la entrevista semiestructurada. La encuesta se orienta a la exploración de la percepción de riesgo en los estudiantes universitarios sobre el consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias como los tranquilizantes o sedantes, Marihuana, Anfetamina, Éxtasis, LSD, Relevin, Crack, Cocaína, Heroína, Drogas inyectables, entre otros. Consta de seis grupos de ítems a los cuales se responde haciendo uso de una escala tipo Lickert, donde el 1 representa nunca o totalmente en desacuerdo y el 5 es siempre o totalmente de acuerdo.

La entrevista semiestructurada se empleó con el objetivo de evaluar las necesidades educativas que sobre el consumo de drogas poseen los estudiantes universitarios, permitiendo una comprensión dinámica de las actividades que son realizadas por el centro en este ámbito y las vías fundamentales para recibir la información desde las motivaciones de los mismos. Permitted constatar, además, aquellos señalamientos realizados en la encuesta, que, al no quedar claramente explicados, generaron interrogantes a los investigadores. Su valor radicó en la flexibilidad para la formulación de los indicadores necesarios para contrastar la información requerida.

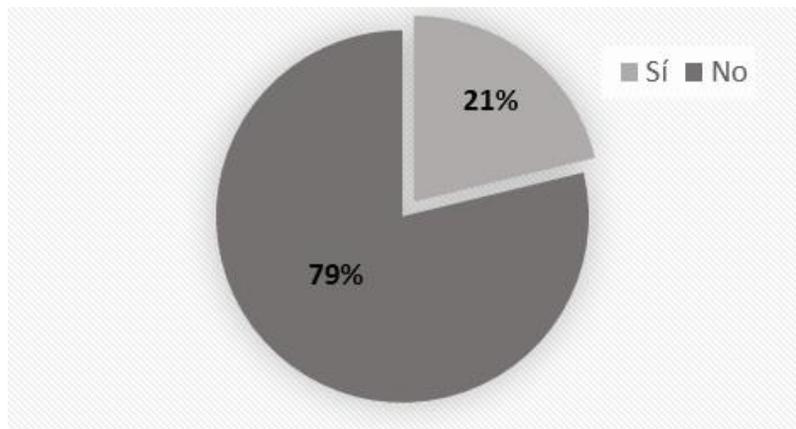
Según los resultados del diagnóstico preventivo en el presente curso 2016-2017, la FCP reporta un total de 51 consumidores de alcohol y 31 consumidores de tabaco. La edad de comienzo del consumo de cigarro y alcohol oscila entre 15-16 años, identificándose policonsumidores los estudiantes en un 67%. Tomando como referencia la edad de comienzo y la frecuencia de consumo, los estudiantes refieren haber consumido más de 40 cigarrillos a lo largo de la vida e ingerido en más de 40 ocasiones bebidas alcohólicas.

La tendencia de los estudiantes a ingerir bebidas alcohólicas es de forma eventual, destacándose las actividades recreativas (fiestas) los principales espacios para este comportamiento de riesgo. El consumo de cigarro por su lado, se realiza con mayor frecuencia en el contexto universitario y se encuentra asociado a situaciones de estrés, frustración, sentimientos de inseguridad y espacios de disfrute y ocio. Asociado a estas situaciones, se registra también el consumo de otras sustancias como la marihuana en un 1%, vinculado por un lado a la experimentación y por otro, al manejo de situaciones de conflicto.

Los estudiantes refieren además que es riesgoso el consumo regular o frecuente de sustancias como tranquilizantes o sedantes, Marihuana (hierba, María) o hachís (aceite, chocolate), Anfetamina (anfeta, bombita, ais, batu), Metanfetamina, Éxtasis, LSD, Relevin, Crack, Cocaína, Heroína (esmac, caballo), Drogas inyectables (heroína, cocaína o anfetamina), Disolventes o inhalables (pegamento), además del consumo de alcohol y tabacotendencia. Sin embargo, el consumo ocasional de alguno de ellos no constituye, a su juicio, indicador de riesgo.

Respecto a las necesidades educativas que sobre el consumo de drogas poseen los estudiantes universitarios, se constató la limitada realización de acciones de prevención de enfermedades y promoción de salud en el centro, tal como se muestra en el gráfico 1.

Gráfico 1: Nivel de conocimiento sobre la realización de actividades de prevención de enfermedades y promoción de salud.



Entre las vías por la cuales el 21% de estudiantes refiere haber adquirido los conocimientos se encuentran las charlas educativas, conversaciones informales y los medios audiovisuales fundamentalmente, no destacando otras vías como las dinámicas grupales, programas interventivos, intercambio con especialistas, libros de autoayuda, testimonios, plegables y *sitios web*, las cuales fueron propuestas por ellos mismos una vez desarrollado el intercambio.

A partir de estos resultados se diseñaron las acciones para promover comportamientos saludables en relación con el consumo de sustancias adictivas:

- Diseño del boletín “Mi salud Responsable” para discutir en los espacios de reuniones de brigada en las diferentes carreras. El mismo se elabora con frecuencia mensual por los especialistas del GBU de la Universidad y aborda diversos temas relacionados con la salud y el bienestar humano. Ha tenido gran aceptación en la comunidad universitaria y contiene diversas secciones que combinan lo instructivo con lo motivacional en relación al tema a abordar. Entre los temas se encuentran: “Día Mundial contra la Tuberculosis”, “Día Mundial de la Salud”, “Día del No Fumar”, “Día Mundial contra las drogas”, entre otros.

- Diseño de una página *web* del GBU que contiene diversas secciones para interactuar con la comunidad universitaria. En la misma se socializan los números mensuales del Boletín “Mi Salud Responsable”, se comparten las actividades que el GBU desarrolla, de manera que todos conozcan acerca de las actividades y líneas de trabajo que tienen trazadas; brinda orientación psicológica a estudiantes y profesores a través de la sección Línea Ayuda, de manera anónima, sobre las adicciones y otras temáticas relacionadas con la salud y el bienestar humano. La página

web del GBU, como recurso digital, se ha constituido como uno de los medios a partir del cual los estudiantes universitarios acceden a una mayor cantidad de información.

- Vinculación de los contenidos de Psicología afines a los temas de salud y adicciones, que se imparten en la disciplina Formación Pedagógica General en todas las carreras, con los problemas de salud existentes en los estudiantes universitarios y proyectar así trabajos investigativos que propicien acciones de intervención para trabajar estas temáticas en el grupo de iguales. La experiencia de este tipo de trabajo en la residencia estudiantil ha tenido buenos resultados y a partir de una comunicación dialógica entre coetáneos se han logrado resultados satisfactorios.

- Estimular la participación de los estudiantes a las jornadas, eventos y encuentros científicos que se conciban relacionados con las temáticas de salud y adicciones, a partir de ponencias, creación de *spots*, carteles, pancartas, plegables, boletines u otros materiales encaminados a la promoción de salud sobre el no consumo de drogas y prevención de enfermedades en aquellos estudiantes que manifiestan un consumo de riesgo.

Conclusiones

El estudio realizado reveló que los estudiantes universitarios de la FCP poseen limitados conocimientos sobre el consumo de sustancias adictivas, lo que no favorece la autorregulación del comportamiento hacia la adopción de conductas saludables. Lo anterior manifestó la necesidad de proporcionar nuevos conocimientos sobre esta temática y vías novedosas para su adquisición, que dieron lugar al diseño y ejecución de acciones de promoción de salud, prevención de enfermedades y de investigación en el ámbito del bienestar y la salud desde una perspectiva integral, en el marco del trabajo extensionista que se desarrolla en la universidad. El impacto social que han tenido las acciones implementadas en la comunidad universitaria ha sido satisfactorio.

Referencias bibliográficas

Adunola, M. & Molerio, O. (2014). *Percepción de riesgo y consumo de alcohol en estudiantes de la Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas*. Trabajo de diploma. Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Villa Clara.

Arrieta, K., Díaz, S. & González, F. (2011). Consumo de alcohol y problemas asociados en estudiantes de una universidad pública de Cartagena. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 40 (2), 16-18.

112

Martínez, S. M. & Hernández, I. (2018). La promoción de comportamientos saludables en la comunidad universitaria respecto al consumo de sustancias adictivas. Educación y Sociedad, 16(3), 105-114.

- Cáceres, D., Salazar, I., Varela, M. & Tovar, J. (2006). Consumo de drogas en jóvenes universitarios y su relación de riesgo y protección con los factores psicosociales. *Univ. Psychol. Bogotá.* 5 (3), 521-534.
- Castaño, G. A., García, J. A. & Marzo, J. C. (2014). Consumo de alcohol y factores intervinientes. *Revista Cubana De Salud Pública.* 40 (1), 47-54.
- García del Castillo, J. (2015). Concepto de vulnerabilidad psicosocial en el ámbito de la salud y las adicciones. *Health and Addictions.* 15 (5), 5-14.
- Hernández, R., Fernández-Collado, C. & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta ed.). México: Mc Graw Hill.
- Hernández, R., Fernández-Collado, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación.* (6 ed.). México: Mc Graw Hill.
- Martín, M. & Lorenzo, P. (1998). Conceptos fundamentales en drogodependencia. *Drogodependencia.* 6 (2), 498-529.
- Martín, M., Severina, P., Molerio, O. & Fernández, E. (2014). *Diseño de un instrumento para la evaluación de percepción de riesgo sobre el consumo de alcohol en jóvenes universitarios.* Trabajo de Curso. Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Villa Clara.
- MES. (2014). *Programa Nacional de prevención del uso indebido de drogas.* República de Cuba.
- Molerio, O., González, R., Pedraza, L., Rodríguez, Y. & García, P. (2013). *La prevención del consumo de drogas desde el contexto universitario: Retos y alternativas.* Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas. Villa Clara: Editorial “Samuel Feijóo”.
- Muñiz, E. (2010). Monopolio de aguardiente y alcoholismo en los Altos de Chiapas. *Nueva Antropología: Revista De Ciencias Sociales.* 23 (73), 175-179.
- Novoa, M., Barreto, I. & Silva, L. (2012). Consumo de cigarrillos y prácticas culturales en contextos universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología.* 44 (3), 97-110.
- OMS. (1976). *Glosario de trastornos mentales y guía para su clasificación.* Recuperado de: <http://vufind.uniovi.es/Record/265195/Details>
- OMS. (2005). *58^{va} Asamblea Mundial de Salud: Organización Mundial de la Salud.* Recuperado de: http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA58-REC1/A58_2005_REC1-sp.pdf
- Martínez, S. M. & Hernández, I. (2018). *La promoción de comportamientos saludables en la comunidad universitaria respecto al consumo de sustancias adictivas.* *Educación y Sociedad,* 16(3), 105-114.

OMS. (2008). *¿Constituye el uso nocivo del alcohol un problema de salud pública?* Recuperado de: <http://www.who.int/features/qa/66/es/index.html>

Pedraza, L., Molerio, O. & Álvarez, R. (2013). *Percepción de riesgo en relación al tabaquismo: una experiencia en estudiantes universitarios.* Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/psico/v17n31/v17n31a07.pdf>

Salameha, P., Salame, J., Wakedc, M., Barbourd, B., Zeidand, N. & Baldie, I. (2014). Risk perception, motives and behaviours in university students. *International Journal of Adolescence and Youth.* 19 (3), 279-292.

Uribe, J., Verdugo, J. & Zacarías, X. (2011). Relación entre percepción de riesgo y consumo de drogas en estudiantes de bachillerato. *Psicología y Salud.* 21 (1), 47-55.