

# **TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO**

## **VIDA NUEVA**

### **SEDE MATRIZ**



### **TÉCNICO SUPERIOR EN ENFERMERÍA**

#### **TEMA**

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE SALUD POR EL CONSUMO DE TABACO Y ALCOHOL A NIVEL ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE MECÁNICA INDUSTRIAL SEGUNDO NIVEL DEL TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO VIDA NUEVA,

JORNADA MATUTINA ABRIL-SEPTIEMBRE 2023

#### **PRESENTADO POR**

CRIOLLO SALAZAR ALICIA FABIOLA

SANGUCHO GARCÍA KAREN DAVIANA

#### **TUTOR**

OBST. BAHAMONDE GARRIDO KARLA CRISTINA

#### **FECHA**

ENERO 2024

QUITO – ECUADOR

---

**Técnico Superior en Enfermería**

---

**Certificación del Tutor**

En mi calidad de Tutor del Proyecto de Aplicación Práctica con el tema: “Medidas de prevención y promoción de salud por el consumo de tabaco y alcohol a nivel académico en los estudiantes de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva, jornada matutina abril-septiembre 2023”, presentado por las ciudadanas Criollo Salazar Alicia Fabiola y Sangucho García Karen Daviana, para optar por el título de Técnico Superior en Enfermería, certifico que dicho proyecto ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del tribunal examinador que se designe.

En la ciudad de Quito, del mes de enero de 2024.

---

Tutor: Obst. Bahamonde Garrido Karla Cristina

C.I.: 1723127567

---

**Técnico Superior en Enfermería**

---

**Aprobación del Tribunal**

Los miembros del tribunal aprueban el Proyecto de Aplicación Práctica, con el tema: “Medidas de prevención y promoción de salud por el consumo de tabaco y alcohol a nivel académico en los estudiantes de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva, jornada matutina abril-septiembre 2023”, presentado por las ciudadanas Criollo Salazar Alicia Fabiola y Sangucho García Karen Daviana, facultadas en la carrera de Técnico Superior en Enfermería.

Para constancia firman:

---

C.I.:

**DOCENTE TUVN**

---

C.I.:

**DOCENTE TUVN**

---

C.I.:

**DOCENTE TUVN**

---

**Técnico Superior en Enfermería**

---

**Cesión de Derechos de Autor**

Yo, Criollo Salazar Alicia Fabiola portadora de la cédula de ciudadanía 1722526850 y Sangucho García Karen Daviana portadora de la cédula de ciudadanía 1756289896 facultadas en la carrera Técnico Superior en Enfermería, autoras de esta obra, certificamos y proveemos al Tecnológico Universitario Vida Nueva usar plenamente el contenido de nuestro Proyecto de Aplicación Práctica con el tema “Medidas de prevención y promoción de salud por el consumo de tabaco y alcohol a nivel académico en los estudiantes de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva, jornada matutina abril-septiembre 2023”, con el objeto de aportar y promover la cultura investigativa, autorizando la publicación de nuestro proyecto en la colección digital del repositorio institucional, bajo la licencia Creative Commons: Atribución-NoComercial-SinDerivadas.

En la ciudad de Quito, del mes de enero de 2024.

---

Criollo Salazar Alicia Fabiola

C.I.: 1722526850

---

Sangucho García Karen Daviana

C.I.: 1756289896

## **Dedicatoria**

Nuestro proyecto de aplicación práctica la dedicamos con mucho amor, cariño y agradecimiento a nuestros padres que ha sabido formarnos con buenos valores, hábitos y enseñanzas los cuales nos han ayudado a seguir adelante en cada momento difícil y motivando con sus palabras que llevaban fortaleza para no rendirnos en una más de nuestras metas.

A nuestros familiares quienes, con cada consejo, ánimo y acción nos han contribuido en cada día de nuestra formación profesional para sobre salir en cada adversidad presentada durante estos 2 años y que ahora el esfuerzo se ve reflejado en este proyecto.

A todas las personas que he tenido la dicha de conocer, aquellos amigos quienes, con grandes diferencias, pero todos con un mismo objetivo hemos llegado a una de las metas que nos hemos propuesto en nuestras vidas.

Gracias a todos por ser parte de una formación humana y profesional.

### **Agradecimiento**

El camino está lleno de retos, pero cuando los transformas en metas el esfuerzo es más ligero. Estamos muy agradecidas primeramente con Dios por tener la dicha de disfrutar del cariño y apoyo incondicional de nuestros padres y familias para llegar a cumplir este sueño, agradecemos a nuestros licenciados y licenciadas que nos impartieron sus conocimientos con el anhelo de formar, no solo a profesionales, sino, formar a personas humanas que cumplan con la ayuda al prójimo con nuestra profesión.

Finalmente agradecer a dos personas que con perseverancia y sabiduría nos supieron dar el empuje de seguir con este proyecto, nuestra estimada amiga quien con sus sabios consejos no hubieras poder seguir con este paso tan grande, a nuestra tutora la obstetra Karla Bahamonde por impartir sus conocimientos y guíanos en el trascurso de la realización de este proyecto.

**Tabla de Contenido**

Resumen	10
Abstract	11
Introducción	12
Antecedentes	15
Internacional	15
Nacional	16
Justificación	19
Objetivos	20
Objetivo General	20
Objetivos Específicos	20
Marco Teórico	21
Fundamentación Teórica	21
Estrés Académico y sus Repercusiones	22
Factores Intervinientes en el Nivel Académico	25
Factores Ambientales	26
Factores Internos	27
Efecto de las Sustancias en el Rendimiento Académico	27
Daños a Nivel Neurocognitivo	27
Indicadores de Evaluación del Tecnológico Universitario Vida Nueva	28
Programas de Prevención	29
Modelo Teórico de Habilidades para la Vida	30
Frecuencia de Consumo de Alcohol y Tabaco	31

	8
Síntomas de Dependencia del Tabaco y Alcohol	32
Definición de Términos	33
Alcohol	33
Tabaco	33
Rendimiento Académico	33
Estrés Académico	34
Metodología y Desarrollo del Proyecto	35
Diseño Metodológico	35
Tipo de Investigación	35
Criterios de Selección	35
Criterios de Inclusión	35
Criterios de Exclusión	35
Identificación de Variables	36
Operacionalización de Variables	36
Diseño Muestral	38
Técnicas de Recolección de Datos	38
Técnicas Estadísticas para el Procesamiento de la Información	38
Resultados	38
Datos Sociodemográficos de los Encuestados	39
Consumo de Alcohol o Tabaco	40
Edad de la Primera Experiencia en el Consumo de Alcohol o Tabaco	41
Consideraciones Sobre el Consumo de Alcohol y Tabaco Peligroso para la Salud	43
Frecuencia de Consumo de Alcohol y Tabaco	44



	9
Síntomas de Dependencia del Tabaco y Alcohol.	47
Afectación (Alcohol) al Desempeño del Nivel Académico	49
Análisis de Resultados	54
Propuesta	57
Nombre de la Propuesta	57
Descripción de la Propuesta	57
Objetivo de la Propuesta	58
Justificación de la Propuesta	58
Estructura de la Propuesta	58
Conclusiones	60
Recomendaciones	63
Referencias	64
Anexos	67

## Resumen

El presente proyecto abordó un tema social de gran relevancia que se enmarcó en el objetivo de proponer las medidas de prevención y promoción de salud por el consumo de tabaco y alcohol a nivel académico en los estudiantes de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva, jornada matutina abril-septiembre. El eje metodológico fue de tipo mixto, se aplicó un cuestionario semiestructurado, bajo la técnica de la encuesta, que constó de diez preguntas, dirigido a treinta y cuatro estudiantes de la carrera de mecánica industrial, específicamente de segundo nivel, pertenecientes al horario matutino, periodo académico 2023 del Tecnológico Universitario Vida Nueva.

El estudio permitió describir las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en dichos estudiantes. Los principales resultados permitieron conocer que la edad de los encuestados osciló entre los 10 a 29 años, sin embargo, predominaron quienes se encontraban con 21 años de edad; en su mayoría de género masculino, solteros. Asimismo, más del 80% son consumidores de este tipo de sustancia.

Se pudo conocer que quienes ingieren esta sustancia de forma frecuente y se halla en dependencia presentan estos indicios que afectan gravemente el rendimiento académico, pues son elementos distractores. Por otro lado, no existe relación entre el alcoholismo y tabaquismo y el nivel académico, pero si la sintomatología devenida por dichas sustancias como ansiedad, depresión e insomnio influyen negativamente siendo factores determinantes en su disminución motivacional y rendimiento. Por último, esta investigación y sus resultados permitieron proponer actividades de promoción y prevención de salud ya que es un problema social que afecta indirectamente a nivel académico.

**Palabras Clave:** ALCOHOLISMO, ADICCIÓN, COMORBILIDAD.

### **Abstract**

This project addressed a socially relevant issue by aiming to propose prevention and health promotion measures for tobacco and alcohol consumption among students of industrial mechanics at the second level of Tecnológico Universitario Vida Nueva. The study was conducted during the morning session from April to September. The methodology employed was of a mixed type, involving the application of a semi-structured questionnaire using the survey technique. The questionnaire consisted of ten questions and was administered to thirty-four students of industrial mechanics, specifically at the second level, who attended morning sessions during the academic period of 2023 at Technological University Vida Nueva.

The study aimed to describe the consequences of tobacco and alcohol consumption among these students at the academic level. The primary results revealed that the age of the respondents ranged from 10 to 29 years, with those aged 21 predominating. The majority of respondents were male and single, and over 80% reported being consumers of tobacco and alcohol.

It was observed that frequent consumption and dependency on these substances negatively affected academic performance, serving as distracting elements. Although no direct relationship between alcoholism, smoking, and academic level was found, the symptoms induced by these substances, such as anxiety, depression, and insomnia, exerted a detrimental influence and were significant factors contributing to decreased motivation and performance among students. Ultimately, this research and its findings facilitated the proposal of health promotion and prevention activities, addressing a social problem that indirectly impacts academic achievement.

**Keywords:** ALCOHOLISM, ADDICTION, COMORBIDITY.

## Introducción

El presente estudio abordará la problemática que se enmarca en las medidas de prevención y promoción de salud por el consumo de tabaco y alcohol a nivel académico en los estudiantes de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva, jornada matutina abril-septiembre 2023.

El tabaco y el alcohol a nivel mundial se consideran sustancias de uso legal, llegando a poseer una amplia aceptación social que suponen el inicio en otras, una dependencia a este tipo de sustancias. Es por ello, que “tanto el tabaco como el alcohol representan factores de riesgos modificables para el desarrollo de enfermedades y efectos nocivos sobre la salud” (López et al., 2023).

La Organización Mundial para la Salud reconoce que el abuso de estas sustancias como lo son el tabaco y el alcohol constituyen la causa principal de muerte que pueden llegar a ser evitable es por esto que “el consumo de alcohol en las Américas es aproximadamente un 40% superior a la media mundial” (OPS, 2022). En el 2023 la OMS expone en su informe oficial que “alrededor del 80% 1.300 millones de consumidores de tabaco que hay en el mundo viven en países de ingresos medianos o bajos. En 2022, el 88.7% a nivel mundial consumía tabaco el 36,7% mujeres y el 52% hombres.” (OMS, 2023). Por otra parte, el alcohol y el tabaco, así como el conjunto de ambos que causan un efecto multiplicador, ocupan un se encuentran en un lugar característico entre las causas de la presencia de ciertas clases de cáncer.

De acuerdo con informes de la Organización Panamericana para la Salud (2022) está probada la relación de ambas sustancias como lo son el tabaco y el alcohol con la aparición de varias enfermedades y su consumo es cada vez mayor a edades más tempranas. El consumo de tabaco y alcohol de acuerdo con las estipulaciones de órganos como la OMS y la OPS se ha

convertido en un problema de salud pública que afecta desde la adolescencia debido al uso indiscriminado de cigarrillos de tabaco y a la ingesta excesiva de bebidas alcohólicas que acompañan a los jóvenes y que se prolifera aún más en su época universitaria.

En el Ecuador “más de 900.000 ecuatorianos son consumidores de bebidas alcohólicas; un 2,5% son jóvenes adolescentes entre 12 y 18 años; un gran número de los ecuatorianos inician el consumo de alcohol en la etapa de la adolescencia” (INEC, 2020). Por otro lado, la OMS (2023) el 40% de ecuatorianos en edad escolar fuma habitualmente e inicia en el consumo de tabaco en la infancia”.

Es importante mencionar que además de los problemas de salud que representa el consumo excesivo de estas sustancias, también se extiende hacia otros aspectos de la vida de una persona con iguales o peores consecuencias y efectos negativos, tal como es el caso del ámbito educativo de los jóvenes quienes pueden llegar a verse afectados en su rendimiento académico. Campana (2019) menciona que hoy en día, los estudiantes se encuentran expuestos a estos tipos de sustancia que son legales, y esto inicia desde edades tempranas por distintos acontecimientos sociales incluso dentro del seno familiar propiciando el consumo.

De acuerdo con Cisnero (2019) el pasar de los años se ha definido un patrón natural de consumo de tabaco y alcohol, sin importar las repercusiones que éste tiene sobre el individuo que lo realiza y la sociedad. Durante la juventud “como etapa de la vida de vivencias y experiencias se instauran cambios físicos y psicológicos que marcan el desarrollo de la persona” (Suntaxi, 2022) este proceso que va desde la adolescencia a la adultez el consumo de alcohol interfiere negativamente en la formación de identidad.

La problemática derivada del consumo de alcohol y tabaco por separado o de forma simultánea, en los jóvenes es diferente a la del adulto. En los jóvenes, los efectos negativos

suelen referirse a alteraciones de las relaciones con la familia, compañeros y maestros, bajo rendimiento escolar, agresiones, violencias, perturbación del orden público y conductas de alto riesgo, como conducir tras haber bebido, así como actividades sexuales sin protección, que conllevan embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual.

El principal problema detectado, es de índole social, y reside en el consumo de alcohol y tabaco en los estudiantes universitarios no solamente recae en daños físicos o mentales perjudiciales que podrían darse, sino también influyen de alguna manera en el rendimiento académico y su posible éxito o fracaso en sus estudios. El rendimiento académico engloba las capacidades, aptitudes y conocimientos del estudiante durante su proceso formativo que puede llegar a influir en su futuro profesional.

En cuanto al problema específico, se pudo conocer que en el Tecnológico Universitario Vida Nueva no ha realizado programas de prevención de salud que contribuyan a la concientización en los estudiantes, así como la difusión de información, actividades entre otras medidas que mitiguen el impacto que estas sustancias tienen en la salud de la persona que las consumen, así como en las instituciones educativas se gestionen acciones que aliente al bienestar y una mejor calidad de vida de los jóvenes.

## Antecedentes

El presente estudio delimita cinco antecedentes que respaldan sus bases investigativas, dos de ellos responden a trabajos de producción internacional y tres de ellas son obras literarias nacionales, los cuales se presentan a continuación:

### Internacional

Un primer estudio responde a la autoría de Telumbre-Terrero, J.Y., Mendoza Catalán, G., López-Cisneros, M.A., Castillo-Arcos, L.C. y Maas-Góngora (2022) cuyo tema trata sobre la soledad generada por el consumo de alcohol en estudiantes universitarios Mexicanos para la Universidad Pública de Ciudad del Carmen, cuyo objetivo fue determinar la relación de la soledad y consumo de alcohol en jóvenes universitarios, la metodología que emplearon los investigadores se enfocó en un estudio correlacional, con una muestra de 288 estudiantes universitarios de tres carreras, estos emplearon el Cuestionario AUDIT y la Escala de Soledad de UCLA. Los resultados arrojaron que la edad promedio fue de 18.32 (DE= 2.1) años, el 52.1% fueron mujeres y el 53.1% fueron estudiantes de ciencias de la salud; el 30.2% presentaron un consumo sensato de alcohol, 34% consumo dependiente y el 35.8% un consumo dañino; el consumo dañino es mayor en estudiantes del género masculino y del área de ingeniería ( $p < .05$ ); las mujeres presentan mayor puntuación de soledad que los hombres ( $p < .05$ ) y la soledad se correlacionó con la sumatoria del AUDIT ( $r_s = .329$ ,  $p = .001$ )

Un segundo estudio responde a la investigación de ocho autores en un artículo científico publicado en la South Florida Journal of Development, Miami, sobre factores que se encuentran asociados al consumo de alcohol en universitarios en Florida cuyo objetivo fue el de determinar los factores asociados al consumo del alcohol en jóvenes universitarios, su eje metodológico se trazó en un lineamiento descriptivo de tipo transversal, en donde los autores trabajaron con 50

estudiantes, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico. Los principales hallazgos respondieron que los factores asociados fueron: 64% menciona que baja autoestima, un 48% problemas familiares, el 24% problemas económicos, el 90% aceptación social, el 42% por depresión, el 78% estrés, el 78% carga de trabajo escolar y un 48% problemas por el noviazgo.

### **Nacional**

En un primer marco se tiene la investigación de Suárez Ramos, Galo Germán, sobre los “*Rasgos de personalidad y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios*” para la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador en el que principal objetivo se basó en establecer la relación entre los rasgos de personalidad empleando un eje metodológico que se sostuvo en un enfoque cuantitativo de tipo correlacional, con diseño no experimental y corte transversal, con una población de 129 estudiantes universitarios con edades comprendidas entre los 18 a 25 años de edad seleccionados por muestreo no probabilístico por conveniencia, de los cuales se obtuvo que el 69,8% son mujeres y el 30,2% hombres. Se aplicó el cuestionario de Salamanca para el screening de trastornos de la personalidad y el cuestionario de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT). Los resultados demostraron que “no existe una correlación entre las dos variables planteadas  $p = 0,54 > 0,50$ , sin embargo hay predominancia del rasgo ansioso en los estudiantes 27,1% y que el 39,5% corresponde a un consumo de riesgo” (Suárez, 2023).

Un segundo estudio que respalda este proyecto responde a la autoría de Hidalgo Guerrero Gabriel Alexander, para la Universidad Técnica de Ambato, titulada: “*Ansiedad y su relación con el consumo de tabaco en estudiantes universitarios*” el objetivo del artículo consistió en determinar la relación entre ansiedad y consumo de tabaco en estudiantes universitarios. Se utilizó un enfoque cuantitativo de alcance correlacional y corte transversal. La muestra consistió



en 112 universitarios (66,1% femenino y 33,9% masculino) y se realizó mediante un muestreo no probabilístico. El estudio admitió la evaluación con el Inventario de ansiedad de Beck (BAI) y con el Cuestionario para la clasificación de consumidores de cigarrillo (C4). Los principales resultados mostraron que el rango de ansiedad grave predominó con 35,7%, acerca del grado de consumo tabáquico destacó el nivel grave con 52,7%, respecto al género se reveló una diferencia significativa en la media de puntuaciones (hombres 24.6 y mujeres 17.7).

Finalmente, un tercer estudio respondió a la “*Caracterización de fumadores ecuatorianos según el Cuestionario de Clasificación de Consumidores de Cigarrillos*” realizado en el 2023 por Andrés Felipe Hidalgo Eguiguren, Rocky Ray Ríos Ruiz. Su objetivo se basó en describir el proceso de adaptación al contexto ecuatoriano del cuestionario de Clasificación de Consumidores de Cigarrillos y caracterizar la muestra de dichos fumadores en cuanto a variables sociodemográficas y de consumo. Los investigadores realizaron un estudio descriptivo de corte transversal con un diseño cuantitativo partieron de la validación de contenido y de la evaluación de la fiabilidad del C4. Posteriormente evaluaron las variables sociodemográficas y de consumo y se clasificaron los sujetos estudiados. Los principales resultados se enmarcaron en la versión ecuatoriana de dicho instrumento se evidenció un coeficiente alfa de Kuder Richardson de 0.6275. El 74% de los participantes clasificaron como fumadores de riesgo. El 81% de los sujetos evaluados son hombres, predominantemente jóvenes y estudiantes. El 74% de los participantes presentaron un nivel de consumo moderado, es decir hasta 20 cigarrillos por día.

En cuanto a los programas de prevención se expone la investigación de Guachamboza (2021) enmarcado en el campo de las ciencias sociales, el cual se enfocó en el diseño de un programa de prevención de Programa de Prevención del Consumo de Alcohol para estudiantes de una Institución de Educación Superior de Guayaquil. La investigadora realizó un estudio que

sustentó su propuesta, con una metodología de tipo no experimental, permitiéndole observar el fenómeno y analizar para obtener información, el resultado de esta búsqueda permitió el desarrollo de un programa basada en un modelo teóricos de habilidades para la vida de la OMS y la OPS, y el modelo teórico de Bandura, para la construcción de las sesiones se contó con la orientación de Villanueva; el programa fue diseñado para reducir los factores de riesgos asociados al consumo de alcohol a través del fortalecimiento de habilidades para la vida el programa constó de 7 sesiones en la primera parte de la intervención y 6 meses después 3 sesiones de seguimiento, sesiones que deben ser añadidas a la malla curricular de la Institución de Educación Superior.

Las investigaciones expuestas en este apartado fundamentaron la metodología escogida para este estudio, que respondió al uso del cuestionario de identificación de los trastornos debidos al consumo de alcohol (AUDIT) y un cuestionario de encuesta, así mismo el tipo de métodos empleado para el procesamiento de información de enfoque mixto y de tipo descriptivo que enmarcaron los principales hallazgos investigativos.

## **Justificación**

El consumo excesivo de alcohol y de tabaco se consideran “un tipo de dependencia, desencadenando diversas afectaciones a la salud que pueden tener componentes físicos y psicológicos, o ambos de manera conjunta, ya que su consumo descontrolado llega a crear una adicción” (Mera et al., 2022). Mientras que en la investigación González (2022) menciona que el alcoholismo y el tabaquismo además de repercutir en la salud, también llega a incidir de forma negativa en aspectos sociales, como es el caso de los jóvenes y su relación con el ámbito educativo respecto al rendimiento académico.

A partir de los antecedentes expuestos en el planteamiento del problema sobre la exposición de los estudiantes estos tipos de sustancia, permite desde un inicio en edades tempranas un consumo excesivo que se convierte en una dependencia que afecta todo el entorno de una persona por lo que muchos jóvenes en formación universitaria no toman conciencia sobre las consecuencias sobre su futuro.

Es por ello, que es importante considerar que en el Ecuador debe existir estudios recientes sobre la realidad local, premisa que ha motivado esta investigación, ya que los resultados reflejan la situación del consumo de tabaco y alcohol y proponen alternativas de prevención para esta problemática que se ha transformado en un tema preocupante de salud pública y de consideración social.

Esta investigación pretende hacer de conocimiento las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva durante la jornada matutina en el periodo abril – septiembre 2023, siendo estos los principales beneficiarios de este estudio, que responderá a la propuesta de elaborar una guía de prevención del alcoholismo y tabaquismo

para el aporte de un instrumento informativo dirigido a dichos estudiantes; esto, para reducir los factores de riesgos asociados al consumo de alcohol y tabaco a través del fortalecimiento de habilidades para la vida. Con esta investigación y sus resultados se pretende llenar los vacíos que tienen los estudiantes del Tecnológico y sobre todo lo relacionado al consumo de tabaco y alcohol en esta etapa de formación universitaria y su perjuicio en cuanto al futuro profesional.

## Objetivos

### Objetivo General

Proponer medidas de prevención y promoción de salud por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva, jornada matutina abril-septiembre 2023.

### Objetivos Específicos

- Investigar las bases teóricas para la definición de las variables y términos relacionados con el tema de estudio.
- Describir las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva.
- Elaborar una guía didáctica de prevención del alcoholismo y tabaquismo para el aporte de un instrumento informativo dirigido a los estudiantes de la carrera de mecánica industrial del Tecnológico Universitario Vida Nueva.

## Marco Teórico

### Fundamentación Teórica

El tema de estudio aborda un análisis sobre las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel específicamente quienes cursan en el Tecnológico Universitario Vida Nueva.

Este análisis parte de las investigaciones de diversos autores han destacado la importancia de conocer cuáles son los efectos y consecuencias del alcoholismo y tabaquismo que intervienen a nivel académico. En una primera postura, se enuncian los criterios aportados por la Secretaria Técnica de Prevención Integral de Drogas, señala que “el estrés, la soledad y la personalidad de los estudiantes universitarios son algunos de los factores que implican riesgo ante el consumo de sustancias como el alcohol y el tabaco” (SETED, 2018).

Según lo mencionado por Verdugo y Cabrera (2023) indican que el consumo de alcohol es una problemática e índole social porque genera una cultura étlica dejando huella en las actividades económicas y políticas de la sociedad, especialmente en los jóvenes universitarios frente al consumo y a la dependencia, llegando a ser tolerado e incluso aprobado. Hoy en día el consumo de alcohol o tabaco en la sociedad forma parte de lo cotidiano, de las personas adultas y aún más para los jóvenes, quienes consideran inverosímil sus eventos o reuniones en donde no haya el consumo de estas sustancias, esto quiere decir que el consumo de alcohol y tabaco “está se asocia con cualquier estado de ánimo, desde alegría, tristeza, enojo, temor, su prevalencia ha contado con la versatilidad de estar al alcance de toda clase social, edad y cultura” (Guevara, 2023).

Autores como López et al (2023) plantean al estrés académico como un factor interviniente que se relaciona con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios por lo que resulta relevante, pertinente y actual, por su estrecha relación entre cada una de las variables e indicadores.

Otra coincidencia teórica entre diferentes autores se centra en que el consumo de tabaco entre los jóvenes universitarios tiene gran prevalencia; sin embargo, son pocos los estudios que han explorado el tema en particular y el rol que esto puede desempeñar en la estructuración de la propia identidad y del desarrollo profesional.

### **Estrés Académico y sus Repercusiones**

El estrés académico “constituye la reacción normal que tienen los estudiantes frente a las diversas exigencias y demandas que se enfrentan en la Universidad” (Avalos, 2023), un ejemplo de ello lo expone Hidalgo (2023) siendo esto las evaluaciones parciales, finales, trabajos prácticos, presentaciones, etc.

De acuerdo con Guevara (2023) cuando el estudiante posee demasiadas exigencias al mismo tiempo, puede agudizar la respuesta y disminuir el rendimiento académico, aún más cuando estos también tienen que cumplir una jornada laboral pero el estrés a su vez produce “una reacción activa y moviliza al estudiante para poder responder con eficacia, conseguir sus metas y cumplir con sus objetivos” (Guevara, 2023).

Para Verdugo y Cabrera (2023) quienes exponen la teoría del estrés que estableció Selye, conciben el estrés como una respuesta no específica del organismo, ante las demandas que se le hacen. El estrés es "el estado que se manifiesta por un síndrome específico, consistente en todos los cambios inespecíficos inducidos dentro de un sistema biológico" (Sandín, 1995, citado en Avalos, 2023, p. 5). Esto implica que el estrés no tiene una causa particular. El estresor, es decir,

el agente desencadenante del estrés, es un factor que afecta la homeostasis del organismo, y puede ser un estímulo físico, psicológico, cognitivo o emocional.

No obstante, López et al (2023) detalla que Selye indica que no se debe evitar el estrés, ya que se puede asociar con estímulos o experiencias agradables y desagradables, y por tanto, la privación total de estrés conllevaría la muerte. "Cuando se afirma que un individuo sufre de estrés significa que éste es excesivo y que implica un sobreesfuerzo del organismo al tratar de sobreponerse al nivel de resistencia de éste" (Sadín 1995 citado en Avalos, 2023). Por esta razón, el estrés es una reacción adaptativa, mientras no exceda sus niveles, y afecte de modo negativo al organismo. Así pues, esta teoría brinda una definición operativa del estrés, con base en el estresor y la respuesta de estrés, que se constituyen en fenómenos objetivables.

Existen estresores académicos que llevan al límite al estudiante, según López (2022) se mencionan los siguientes:

- Exigencias Internas: La propia autoexigencia, el perfeccionismo, rigidez y la necesidad de control.
- Exigencias Externas: Son presentadas por la facultad, como la entrega de trabajos prácticos, monografías, rendir parciales y finales en un tiempo acotado. (López, 2022)

Referente a ello, el autor menciona que desde un inicio el estrés es normal y provechoso, ya que permite al estudiante a activarse para poder responder a las demandas y exigencias del medio, con el tiempo el cuerpo y la mente se van agotando y comienzan a disminuir en su rendimiento.

Por su parte, Avalos (2023) expone criterios que admiten el proceso de disminución del estrés, tal como el regular la cantidad de tiempo que el estudiante se mantienen funcionando a

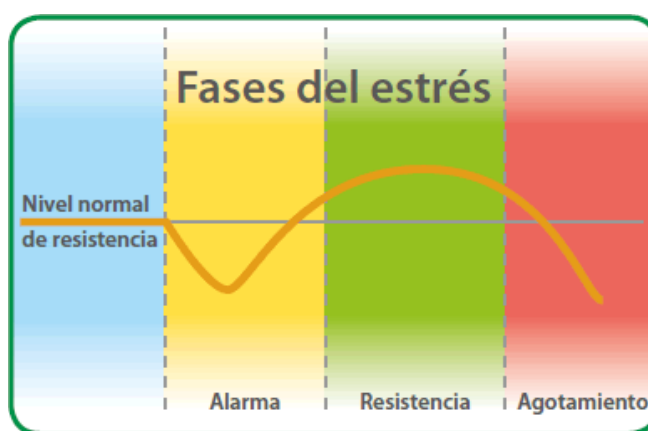


altos niveles de exigencia; denominándola como resistencia, la cual se ve seguida de la fase de agotamiento.

Pues a pesar del agotamiento, muchos estudiantes no toman una pausa para descansar y recuperar energías, por lo que el organismo “podría entrar en una fase de cronificación y manifestar consecuencias de la fase de agotamiento del estrés” (Martínez, 2020).

### Figura 1

#### *Fases del estrés*



*Nota.* Esquemización de las fases del estrés. Reproducido de ¿Qué es estrés?, por Estrés.com, (s.f.) (<https://www.test-stress.com/es/que-es-el-estres.php>)

Estas manifestaciones pueden llegar a reflejarse a nivel psicológico, físico y conductual. Por lo tanto, es importante reconocerlas para ir las identificando en la medida en que van apareciendo y así poder tomar medidas preventivas.

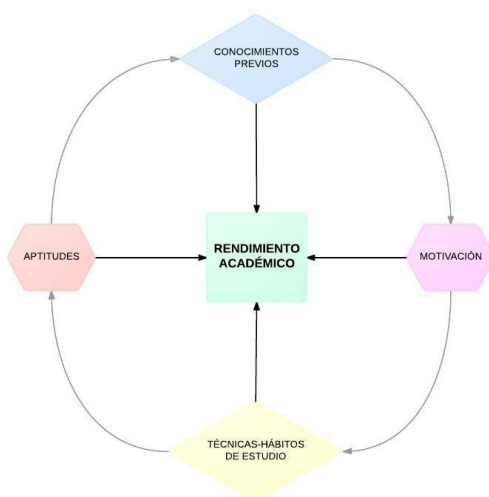
La etapa universitaria se encuentra “llena de cambios y adversidades dentro de la vida de los estudiantes, tal es el caso de la demanda académica y tener que adaptarse a nuevos entornos sociales” (Telumbre et al., 2022), situación que juega un papel importante en el desarrollo de distintos trastornos psicológicos como problemas de conducta, ansiedad, trastornos del sueño, depresión y además comportamiento autolítico.

## Factores Intervinientes en el Nivel Académico

Los factores intervinientes en el nivel académico que inciden en el éxito académico de forma directa o indirectamente sobre los resultados obtenidos dependen de cuatro ejes fundamentales que responden a la motivación, aptitudes intelectuales, conocimientos previos y aplicación de técnicas de estudio (Telumbre et al., 2022).

### Figura 2

*Figuras que intervienen en el nivel académico*



*Nota.* Círculo de Figuras que intervienen en el nivel académico. Reproducido de Mejora tu motivación de estudio, por Wordpress, 2012

(<https://baparicio.wordpress.com/2012/10/24/mejora-tu-motivacion-de-estudio/>)

En lo que concierne a la motivación “es una de las claves del aprendizaje, y si no se maneja bien puede provocar desinterés, apatía, escasa participación y el desenlace final puede ser el no hacer nada y fracasar” (Avalos, 2023). Algunos autores como Guevara (2023) consideran que la motivación es un impulso que conduce a una persona a elegir y realizar una acción. Ésta depende de cada persona, si los conocimientos no son firmes, este no llega a comprender bien los nuevos contenidos, se desmotiva y fracasa.

Asimismo, es necesario que “la información que recibe sea lógica y favorezca los vínculos entre lo que el estudiante conoce y lo que va a aprender, modificando sus esquemas de conocimiento” (López, 2022). Otro factor que influirá en el nivel académico, “es el empleo de técnicas de estudio. El aprendizaje requiere de una participación activa por parte del estudiante” (Avalos, 2023). En muchas ocasiones el éxito académico está determinado por los hábitos de estudio, incluso por encima del nivel de inteligencia o memoria.

En este sentido, cada estudiante conoce cuáles son las que mejor resultado le dan, pero son recomendables: la prelectura, el subrayado, la lectura comprensiva y activa, tomar notas, hacer preguntas sobre lo leído o estudiado, realizar esquemas, mapas conceptuales, resúmenes, recitar y repasar. Entre estos factores, también se halla:

### ***Factores Ambientales***

Aunque la mayoría de los estudiantes concedan muy poca importancia a los factores ambientales, se ha demostrado que “a partir de investigaciones realizadas, que estos factores influyen tanto en el éxito escolar como en el aprendizaje” (Guevara, 2023). Por tanto, “el lugar de estudio requiere de una serie de condiciones que favorezcan la sesión de estudio” (Guachamboza, 2021).

En cualquier sitio se puede estudiar, pero es mejor buscar un lugar personal este debe ser siempre el mismo porque “ayuda a crear un hábito de estudio y se asocia el lugar con la tarea académica” (Verdugo y Cabrera, 2023). Es importante que dicho espacio reúna unas condiciones adecuadas de iluminación, temperatura, ventilación, mobiliario, estos y otros factores intervendrán en el rendimiento académico la iluminación, es preferible que sea natural. La luz debe de entrar por el lado contrario de la mano con la que se escribe. De esta forma, la luz se

recibirá por la derecha si eres zurdo y por la izquierda si eres diestro (evitando la formación de sombras).

### ***Factores Internos***

En cuanto a los factores internos, estos también inciden en el nivel académico y son factores que “afectan al éxito o fracaso en el estudio por lo que se debe intentar conseguir que la relación entre atención, memoria y motivación funcione de la mejor forma posible, obteniendo así los resultados deseados” (Hidalgo, 2023). Este factor tiene mucha relación con la atención y a la concentración ya que esta es una “cualidad de la percepción que funciona como una especie de filtro de los estímulos ambientales.” (Guevara, 2023)

La atención, que se precisa en el estudio de Guevara (2023) consta de dos partes:

- Atención selectiva: Permite responder a aspectos esenciales y dejar a un lado aspectos irrelevantes)
- Atención mantenida: Es la que capacita al sujeto para mantenerse conscientemente ocupado en una tarea durante un periodo de tiempo.

Por otro lado, están los factores de distracción externos como “el ruido, la tarea o materia a estudiar, objetos atractivos como ordenador, móviles, televisor, fiestas, consumo de alcohol, tabaco etc.” (Cisnero, 2019) y factores internos como “el cansancio, la ansiedad, el nerviosismo, la escasa motivación, problemas personales o cercanos, entre otros” (Campana, 2019).

### **Efecto de las Sustancias en el Rendimiento Académico**

#### ***Daños a Nivel Neurocognitivo***

En cuanto al plano cognitivo, “las repercusiones negativas del uso abusivo de alcohol, sobre la estructura y el funcionamiento del SNC han sido ampliamente demostradas” (Avalos, 2023). Distintos estudios han puesto de manifiesto la relación entre “una ingesta abusiva de

alcohol y déficits en determinadas áreas cerebrales como: el neocórtex, el hipocampo y el lóbulo frontal” (Guevara, 2023).

En su estudio Campana (2019) sugiere que el excesivo consumo de alcohol lleva a un doble cambio funcional produciéndose activación disminuida de las áreas: pre - frontales, hipocampo y occipital pero provocando una mayor activación a nivel parietal y frontal; cabe destacar que los cambios cerebrales por el consumo de alcohol, tienen repercusiones en los procesos afectivos, llevando como consecuencia efectos nocivos a nivel conductual y cerebral. “El consumo excesivo de alcohol es perjudicial no solo para el cerebro adolescente, sino también se ven afectados los adultos jóvenes” (Martínez, 2020).

### **Indicadores de Evaluación del Tecnológico Universitario Vida Nueva**

El Instituto Superior Universitario Vida Nueva tiene como fundamento “de su existencia, de su trabajo, de su desarrollo, y de todo su accionar académico y administrativo, los principios y valores contenidos en las enseñanzas de la Biblia” (Robalino, 2021). La Institución (2022) en su oferta académica, que abarca carreras que van desde el área técnica hasta la social integran distintos elementos como el pragmatismo, empirismo, y realismo aportando al ejercicio educativo, con bases científicas del conocimiento, pero también con enfoque en la interrelación y comprensión de fenómenos, buscando el desarrollo individual, y colectivo.

El Instituto Superior Universitario mantiene durante el proceso académico de formación de los tecnólogos, sólidas bases filosóficas y epistemológicas, éticas y axiológicas; las más relevantes en la búsqueda y construcción del conocimiento y desarrollo de las destrezas (Instituto Superior Tecnológico Vida Nueva, 2022).

Asimismo se pretende “impulsar el potencial que el docente posee, tanto en el conocimiento, como en el desarrollo productivo social con carácter sostenible, y entendiendo la

dinámica social productiva, el rol del ser humano frente a la realidad laboral y social”, (Robalino, 2021) por lo que el Instituto Superior Universitario Vida Nueva (2021) incorpora en el proceso de formación académica de sus profesionales, sólidas bases filosóficas y epistemológicas, así como éticas y axiológicas, en la búsqueda y construcción del conocimiento y desarrollo de competencias, en este sentido, los indicadores de evaluación responden a diferentes puntos:

- Estructura del plan de estudios: duración, tipo de materias, combinación de actividades de enseñanza teórica y práctica.
- Desarrollo de la docencia y de la evaluación de los alumnos: Cumplimiento del plan docente, sistemas de coordinación y seguimiento del plan docente.
- Características de los alumnos matriculados: número de alumnos, requisitos de entrada, nivel de satisfacción, etc.
- Profesorado: estructura y características del profesorado, nivel de dedicación, criterios y procedimientos para la selección, formación y promoción del profesorado.
- Recursos materiales: disponibilidad de espacios para docencia teórica y práctica, dotación de infraestructura, presupuesto para actividades docentes, etc.
- Rendimiento académico: tasas de éxito, de abandono y de retraso académico; nivel de satisfacción de los titulados con la formación recibida, nivel de satisfacción de los empleadores con los titulados egresados, etc.

### **Programas de Prevención**

En la página de prevención basada en la evidencia se encontró el programa Prevención de las Addiccions a Substancies a l’Escola PASE, enfocado en el ámbito educativo de la secundaria de España, obtuvo una calificación de calidad moderada, su objetivo fue reducir la frecuencia del

tabaquismo en consumidores habituales, evitar el consumo de bebidas alcohólicas y reforzar las actitudes contrarias al uso de sustancias adictivas, el programa contó con siete sesiones enfocados en el “yo conozco, yo deseo, yo actúo” (Avalos, 2023) ; donde se realizaban actividades en aprendizaje de habilidades, valores, actitudes, el contenido tenía un modelo de influencias sociales y entrenamiento de habilidades, se manifiesta el uso de las teorías de autoeficacia y acción razonada, para modificar en la conducta y trabajar en las influencias que lo rodea a los adolescentes, como material de apoyo tiene una guía para los facilitadores y orientadores del proceso, así como también para los participantes.

Al finalizar el programa Guachamboza (2021) indica que se realiza una evaluación para conocer el cumplimiento del mismo, en el caso de los docentes llenan una evaluación por el trabajo realizado, se conoce que los educadores afirman estar satisfecho con la ejecución del programa, en puntuación entre 7 a 10 puntos es la calificación. El programa constantemente tiene actualizaciones, entre los resultados se evidenció el impacto por “la diferencia de resultados al cabo de un año, de los dos grupos hubo una reducción de un grupo de chicos que 6.7% al 4.5% eran nuevo fumadores, asimismo en mujeres del 11.7% al 5.6%” (Guachamboza, 2021).

### **Modelo Teórico de Habilidades para la Vida**

Las habilidades para la vida se pueden interpretar como “aquellas destrezas que permiten que los adolescentes adquieran las aptitudes necesarias para su desarrollo personal y para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria” OMS (2022). Existen diferentes tipos de habilidades para la vida, las siguientes son basadas en la promoción de la salud y el bienestar de todos los seres humanos en sus distintas etapas y edades.

- Capacidad de tomar decisiones
- Habilidad para resolver problemas

- Capacidad de pensar en forma creativa desarrollando nuevas ideas
- Capacidad de pensar en forma crítica.
- Conocimiento de sí mismo.
- Capacidad de establecer empatía.
- Habilidad para manejar las propias emociones, se basa autoconciencia, saber entender y reconocer lo que nos sucede, en la expresión de nuestras emociones.
- Habilidades de inteligencia emocional.

### **Frecuencia de Consumo de Alcohol y Tabaco**

La elevada frecuencia de consumo de tabaco y alcohol en jóvenes es “especialmente preocupante, pues es previsible que dicho consumo se traduzca en un importante aumento de problemas de salud en los próximos años” (Cisnero, 2019). El hábito de fumar se asocia al desarrollo de enfermedades cardiovasculares, enfisema y cáncer de pulmón ya que según González (2022) ocasiona ingentes gastos al sistema sanitario, y es la causa de muerte prevenible más importante en el mundo”.

Por su parte, Campana (2019) menciona en su investigación cotejada con 24 artículos científicos que:

La frecuencia del consumo de alcohol es de 1 a 3 veces al mes y la cantidad ingerida es de 1 a 4 copas por ocasión (20.1 %); seguida de un uso de 2 a 5 veces al año, y de 1 a 4 copas por ocasión (19.0 %), lo que hace evidente que los estudiantes universitarios consumen alcohol, pero de manera moderada; sin embargo, 32.9 % manifestó haber llegado a la embriaguez por lo menos una ocasión en el último año (p. 18).



Respecto al consumo de tabaco, se establece que un “fumador leve, consume menos de 5 cigarrillos diarios. Un fumador moderado; fuma un promedio de 6 a 15 cigarrillos diarios y fumador severo, fuma más de 16 cigarrillos por día en promedio” (Hidalgo, 2023).

### **Síntomas de Dependencia del Tabaco y Alcohol**

En cuanto a la dependencia del alcohol generalmente “se caracteriza por la necesidad imperiosa de beber alcohol y la incapacidad para limitar la cantidad de beber una vez que comenzó a hacerlo” (Hidalgo, 2023, p. 14). Mera et al (2022) recalca que algunas personas que dependen del alcohol informan estar preocupadas por ello y porque la necesidad de beber controla sus vidas por lo que otros de los síntomas de la dependencia del alcohol, incluyen:

- Negar otros intereses en favor de actividades que implican beber alcohol.
- Pasar más tiempo que antes bebiendo y recuperándose de los efectos del alcohol.
- Beber antes del mediodía.
- Ansiedad o irritabilidad.
- Sentir que no puede dejar de beber a pesar del deterioro de la salud psicológica o física, sus relaciones personales o su trabajo.

La abstinencia se encuentra dentro los signos de dependencia del alcohol al dejar de beber. Los síntomas de abstinencia incluyen:

- Temblores.
- Incomodidad o sensación de malestar temprano en la mañana.
- Sudoración excesiva.
- Dificultad para dormir.
- Sensación de que el corazón late rápido.
- Ansiedad o irritabilidad.

Por último, en lo que concierne a la dependencia de tabaco, se tiene que; el consumo de tabaco en los países en desarrollo “constituye un problema de salud pública cuya iniciación generalmente ocurre en la adolescencia, situación que culmina en el hecho que en la adultez más de la mitad de sus componentes posee hábito tabáquico” (López et al., 2023).

### **Definición de Términos**

#### ***Alcohol***

El alcohol etílico es definido como una “sustancia con propiedades analgésicas, anestésicas y depresoras del Sistema nervioso central con capacidad para producir tolerancia, y dependencia física y psicológica” (Campana, 2019, p. 8). Se absorbe por la mucosa del tubo digestivo, sobre todo a nivel del intestino delgado. Es utilizado como disolvente de productos como lacas, pinturas, barnices, colas, fármacos y explosivos (Mera et al, 2022).

#### ***Tabaco***

El consumo de tabaco es una sustancia muy perjudicial en todas sus modalidades y no existe un nivel seguro de exposición al tabaco fumar cigarrillos es la forma de consumir tabaco más extendida en todo el mundo. Otros productos de tabaco son “el tabaco para pipa de agua o narguile, los cigarros, los puritos, el tabaco calentado, y productos de tabaco sin humo” (González, 2022).

#### ***Rendimiento Académico***

Según López (2022) constituye una de las principales variables en educación y dada su importancia ha sido objeto de numerosas investigaciones desde diversos enfoques teóricos y metodológicos. Este contexto involucra diversas variables que se asocian al propio estudiante como a otras relacionadas con el entorno. El rendimiento académico es conceptualizado como un indicador de evaluación sobre el proceso conocimiento que se adquiere en el ámbito escolar,

terciario o universitario “se mide a través de calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir durante el curso”. (Martínez, 2020).

### ***Estrés Académico***

El estrés académico es considerado como “una respuesta no específica del organismo que se asocia a un factor estresor el entorno de la persona” (Avalos, 2023), esto se materializa en síntomas como dolores de cabeza, la fatiga, falta de energía o el insomnio; los cuales funcionan como un aviso por parte del organismo en espera de que el ser humano haga algo al respecto para lograr disminuir esos síntomas hasta aplacarlos en su mayoría o totalidad

## **Metodología y Desarrollo del Proyecto**

### **Diseño Metodológico**

El presente estudio se apoyó en el método cuantitativo el cual representó un conjunto de estrategias, técnicas y herramientas de investigación enfocadas en las mediciones objetivas y el análisis estadístico, que respondió al objetivo de describir las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva.

### **Tipo de Investigación**

El tipo de investigación fue descriptiva ya que admitió busca describir el estado y comportamiento de las variables que tiene como objeto de estudio. Esto respecto a la exposición de resultados que llevaron a elaborar una guía de prevención del alcoholismo y tabaquismo para el aporte de un instrumento informativo dirigido a los estudiantes de la carrera de mecánica industrial del Tecnológico Universitario Vida Nueva.

### **Criterios de Selección**

#### *Criterios de Inclusión*

- Voluntariedad para la participación del estudio.
- Permanencia en el área durante el periodo de investigación.
- Estudiantes de la carrera de mecánica industrial del Tecnológico Universitario Vida Nueva.

#### *Criterios de Exclusión*

- No voluntariedad para la participación del estudio.
- Estudiantes de otras carreras del Tecnológico Universitario Vida Nueva.
- Estudiantes que no consuman alcohol ni tabaco.

## Identificación de Variables

- Variable independiente: Consecuencias que intervienen a nivel académico.
- Variable dependiente: Consumo de tabaco y alcohol.
- Variable interviniente: Estudiantes de mecánica industrial de segundo nivel.

## Operacionalización de Variables

**Tabla 1**

*Operacionalización de variable*

<b>Variables</b>	<b>Definición</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Instrumento de recolección</b>
<b>Variable independiente:</b> Consecuencias que intervienen a nivel académico	Las dificultades académicas hacen que los alumnos experimenten insatisfacción personal, desmotivación e incluso baja autoestima. El bajo rendimiento se convierte en un proceso circular en el que la desmotivación	Describir las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva.	Rendimiento académico  Estrés académico  Factores intervinientes en el nivel académico	Cuestionario: Encuesta

	hace que no tengamos buen rendimiento y esto desmotiva más a los alumnos (Hidalgo, 2023)			
<b>Variable dependiente:</b> Consumo de tabaco y alcohol	suponen un riesgo grave para la salud y ambos son dos factores de riesgo para muchas enfermedades que incluso pueden ocasionar el fallecimiento de los pacientes y consumidores de estas sustancias (Valle et al., 2022)	Describir las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva.	Frecuencia de consumo de alcohol y tabaco  Síntomas de dependencia del tabaco y alcohol  Dependencia al consumo de tabaco y alcohol	AUDIT Cuestionario de encuesta  AUDIT Cuestionario de encuesta  AUDIT Cuestionario de encuesta

*Nota.* Matriz operacionalización de variables de estudio. Elaboración propia.

## **Diseño Muestral**

El diseño de la muestra de este estudio respondió a una unidad de análisis única, ya que evidenció la participación voluntaria de 34 estudiantes de la carrera de mecánica industrial, pertenecientes al Tecnológico Universitario Vida Nueva, jornada matutina en el periodo abril-septiembre de 2023.

## **Técnicas de Recolección de Datos**

En cuanto a las técnicas de recolección de datos se empleó un cuestionario semiestructurado de preguntas abiertas y cerradas con un total de 10 cuestionamientos cinco de ellos con opción múltiple y cinco de respuestas dirigidas a una opinión absoluta. Que se acompañó con una correlación de variables. Se aplicó la encuesta y test AUDIT como técnicas de recolección de datos a una muestra de 34 estudiantes entre hombres y mujeres de segundo nivel de la carrera de mecánica.

## **Técnicas Estadísticas para el Procesamiento de la Información**

En lo que corresponde a las técnicas estadísticas para el procesamiento de información, se empleó para la sistematización de resultados el programa de visor de resultados SPSS el cual recopiló toda la información (estadísticos, tablas, gráficos, etc.) generando como consecuencia de las acciones que lleva a cabo, permitiendo editar los resultados y guardarlos para su uso posterior. Se analizaron con el test AUDIT datos como: edad, sexo, carrera, semestre, promedio de rendimiento, si consume o no alguna bebida alcohólica y su frecuencia, además de las causas que influyen en el consumo de alcohol usando una escala de 1= bajo, 2= medio y 3= alto.

## **Resultados**

En el siguiente apartado se sistematizan los resultados de las encuestas aplicadas a los sujetos de investigación, respondiendo al objetivo específico de describir las consecuencias que

intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva; detallados a continuación:

### ***Datos Sociodemográficos de los Encuestados***

**Tabla 2**

*Datos socio-demográficos de los encuestados*

<b>Matriz: Datos socio-demográficos</b>	
<b>Edad</b>	10 a 29 años (edad predominante 21 años)
<b>Género</b>	Masculino-Femenino (Predomina: Masculino)
<b>Estado civil</b>	Soltero- Unión libre- Casado (Predomina: Soltero)
<b>Curso</b>	Segundo Nivel
<b>Carrera</b>	Mecánica industrial
<b>Instituto al que pertenece</b>	Vida Nueva

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

### **Análisis**

En cuanto a los datos sociodemográficos de los sujetos de investigación y para determinar la prevalencia en edades y género del consumo de tabaco y alcohol se pudo conocer que la edad con mayor predominancia fue 21 años, sexo masculino, estado civil soltero, de estudiantes pertenecientes al Instituto Vida Nueva, segundo nivel de la carrera de mecánica industrial.



### *Consumo de Alcohol o Tabaco*

**Tabla 3**

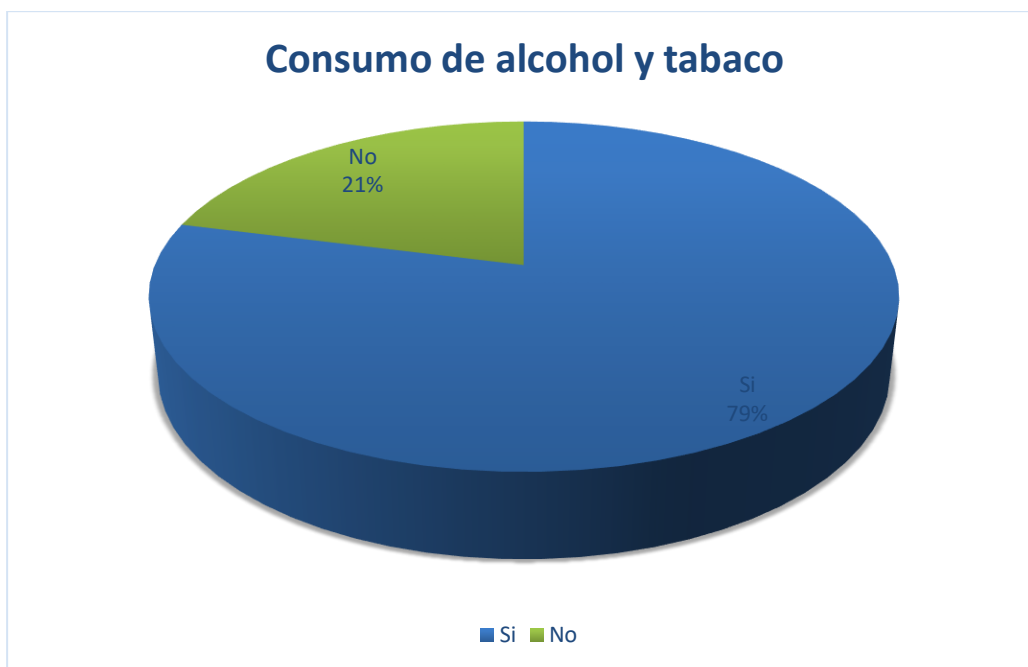
*Consumo de alcohol y tabaco*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Si	27	79%
No	7	21%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Figura 3**

*Consumo de alcohol y tabaco*



*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

## Análisis

Respecto a la frecuencia del consumo de alcohol o tabaco el 79% de la población encuestada ingiere este tipo de sustancia, evidenciando una gran prevalencia en los estudiantes, por lo que la propuesta de estudio es fundamental para la exposición de medidas preventivas.

### *Edad de la Primera Experiencia en el Consumo de Alcohol o Tabaco*

**Tabla 4**

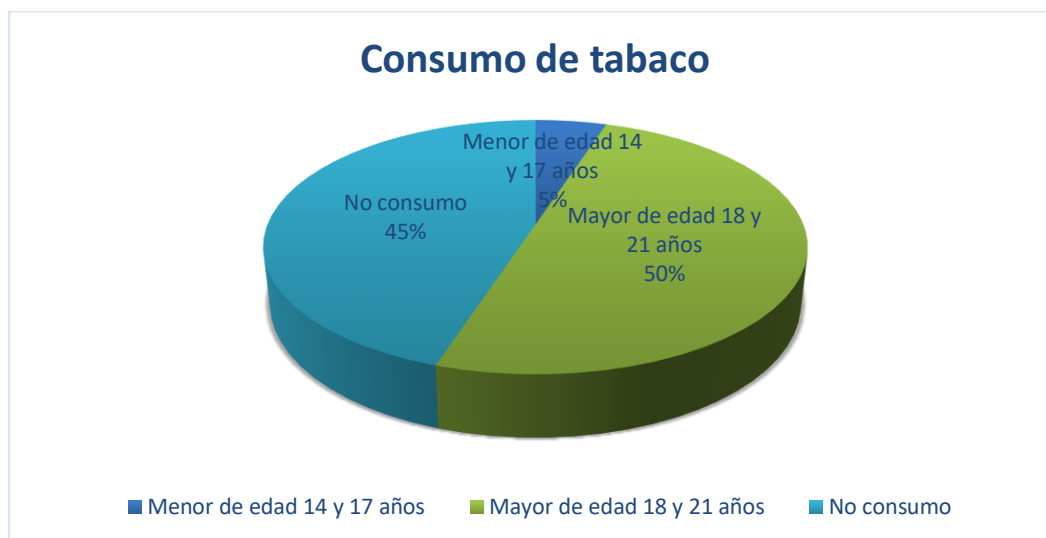
*Experiencia en el consumo de alcohol y tabaco*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
<b>ALCOHOL</b>		
Menor de edad 14 y 17 años	3	10%
Mayor de edad 18 y 21 años	29	85%
No consumo	2	5%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>
<b>TABACO</b>		
Menor de edad 14 y 17 años	2	5%
Mayor de edad 18 y 21 años	17	50%
No consumo	15	45%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Figura 4***Consumo de alcohol*

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Figura 5***Consumo de tabaco*

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

## Análisis

En cuanto a la experiencia de consumo de alcohol y tabaco, se observó que el 85% de los sujetos de estudios manifestaron que ingirieron alcohol por primera vez en edades comprendidas entre 18 y 21 años, es decir ya con la mayoría de edad, sin embargo, sólo un 5% indicó no consumir y en una valoración promedia pero alarmante el 10% lo realizó siendo menores de edad entre 14 y 17 años, cifra que podría seguir incrementando.

Respecto al tabaco el 50% consumió esta sustancia siendo mayor de edad, nuevamente entre los 18 y 21%, un 45% manifestó no consumir y un 5% de los encuestados indicó que lo probó siendo menores de edad entre 14 y 17 años.

### *Consideraciones Sobre el Consumo de Alcohol y Tabaco Peligroso para la Salud*

**Tabla 5**

*Consumo perjudicial para la salud*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
<b>Si</b>	29	85%
<b>No</b>	5	15%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Figura 6***Consumo perjudicial para la salud*

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Análisis**

En lo que concierne a las valoraciones sobre el consumo de alcohol y tabaco perjudicial para la salud el 85% de los sujetos de investigación así lo reconocen mientras que un 15% indica que no, manifestando que, siempre que no se abuse de esta sustancia.

***Frecuencia de Consumo de Alcohol y Tabaco*****Tabla 6***Frecuencia de consumo de alcohol y tabaco*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
<b>ALCOHOL</b>		
<b>1 a 3 veces al mes</b>	11	32 %
<b>Eventualmente</b>	8	24%
<b>No consumo</b>	6	18 %

<b>Varias veces a la semana</b>	4	12%
<b>Todos los fines de semana</b>	5	14%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>
<b>TABACO</b>		
<b>1 a 3 veces al día</b>	12	35%
<b>Eventualmente</b>	11	32 %
<b>Varias veces a la semana</b>	8	24%
<b>Todos los fines de semana</b>	3	9%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

### Figura 7

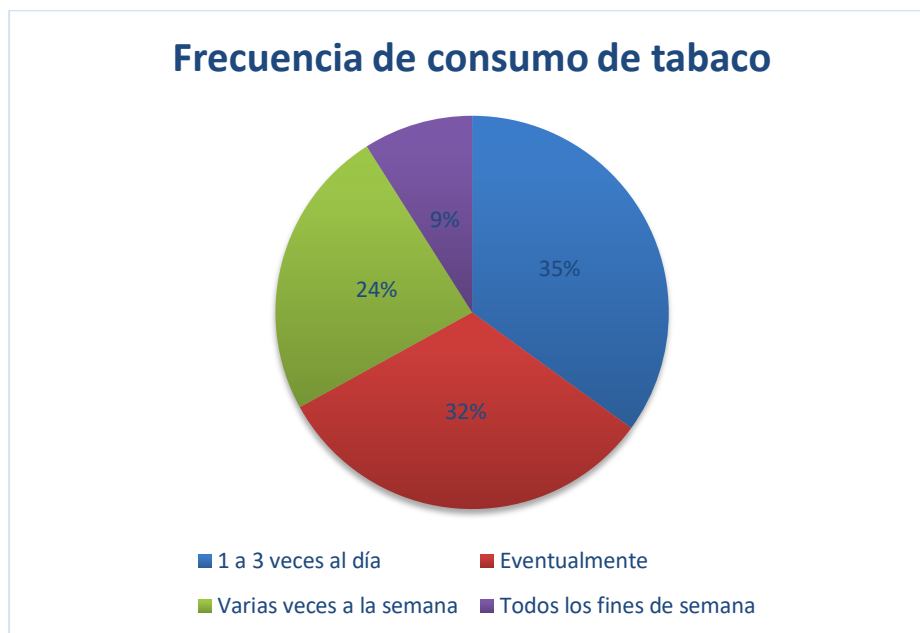
*Frecuencia de consumo de alcohol*



*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

### **Figura 8**

#### *Frecuencia de tabaco*



*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

### **Análisis**

En referencia a la frecuencia del consumo de alcohol y tabaco, se pudo conocer de los encuestados que, el 32% lo realiza entre 1 a 3 veces al mes, seguido del 24% que lo realiza eventualmente, es decir en ocasiones especiales, un 18% que refirió no consumir esta sustancia un 14% quienes lo ingieren todos los fines de semana y un 12% varias veces a la semana.

Respecto al tabaco un 35% consume entre 1 a 3 veces al día, un 32% eventualmente, un 24% varias veces a la semana, y solo un 9% no consume. Por lo que la frecuencia es alta y el consumo excesivo siendo una cifra alarmante por lo que se debe intervenir concientizando y

promoviendo acciones preventivas que mitiguen este impacto perjudicial para la salud y el futuro de los jóvenes.

*Síntomas de Dependencia del Tabaco y Alcohol*

**Tabla 7**

*Síntomas de dependencia*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
<b>ALCOHOL</b>		
<b>Trastorno del sueño</b>	11	32 %
<b>Dolor</b>	8	24%
<b>Dolores estomacales</b>	6	18 %
<b>Sensibilidad y emociones de disforia, irritabilidad, ansiedad y dolor emocional</b>	4	12%
<b>Insomnio y ansiedad</b>	5	14%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>
<b>TABACO</b>		
<b>Ansias (antojos de nicotina)</b>	12	35%
<b>Enojo, frustración e irritabilidad</b>	11	32 %
<b>Dificultad para concentrarse – Insomnio</b>	8	24%
<b>Inquietud, ansiedad, depresión y aumento de apetito</b>	3	9%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

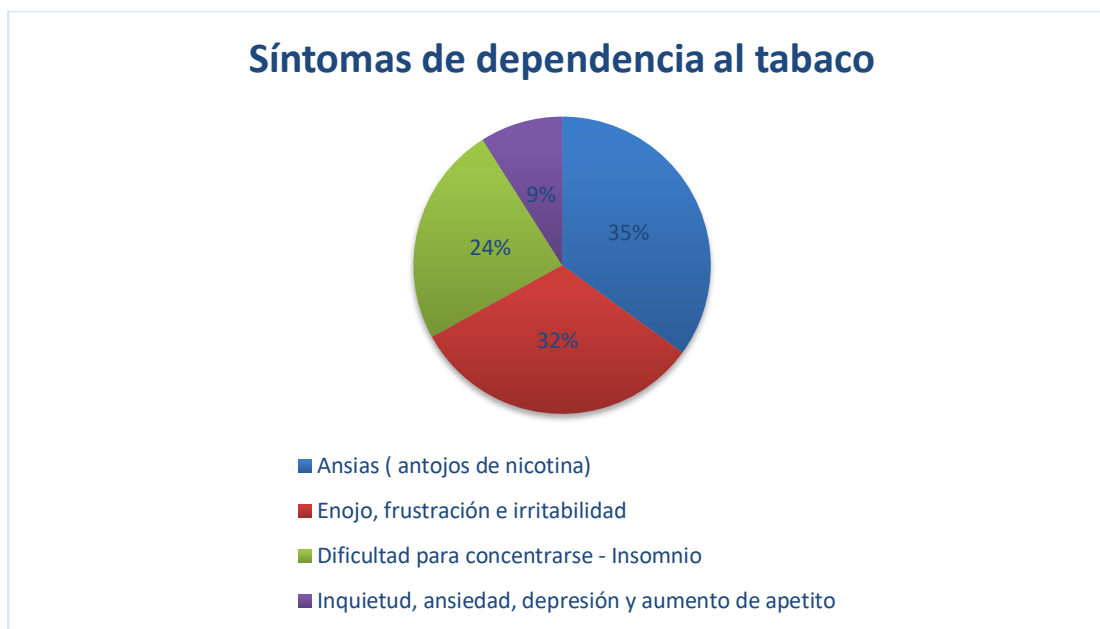


**Figura 9***Síntomas de dependencia del alcohol*

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023). Elaboración propia.

**Análisis**

En lo que refiere a los síntomas de dependencia del alcohol, se evidenció que el 100% de los encuestados presentan estos síntomas, repartidos de la siguiente manera, el 32% trastorno del sueño, el 24% dolor, un 18% dolores estomacales, un 14% insomnio y ansiedad y sólo un 12% sensibilidad y emocionales de disforia, irritabilidad, ansiedad y dolor emocional.

**Figura 10***Síntomas de dependencia al tabaco*

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Análisis**

Respecto a los síntomas de dependencia al tabaco el 100% de la población de estudio posee los siguientes: un 35% experimentan ansias, un 32% enojo, frustración e irritabilidad, un 24% dificultad para concentrarse e insomnio y un 9% inquietud, ansiedad, depresión y aumento de apetito.

***Afectación (Alcohol) al Desempeño del Nivel Académico*****Tabla 8***Afectación (alcohol) al desempeño del nivel académico*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Si	28	82%

<b>No</b>	6	18%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

### **Figura 11**

*Afectación (Alcohol) al desempeño del nivel académico*



*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

### **Análisis**

De acuerdo con el indicador de afectación al desempeño del nivel académico por el consumo de alcohol, se evidenció en la población de estudio, que un 82 % si reconocen que esta sustancia afecta gravemente a la salud manifestando los síntomas anteriormente nombrados, por lo que esto influye en el rendimiento académico. Mientras que un 18% indicó que en exceso no influye en dicho desenvolvimiento.

**Tabla 9***Afectación (tabaco) en el rendimiento académico*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Si	27	79%
No	7	21%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Figura 12***Afectación (tabaco) en el rendimiento académico*

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Análisis**

Respecto a la afectación en el rendimiento académico por el consumo de tabaco el 79% indicó reconocer que sí afecta ya que intervienen los síntomas nombrados anteriormente por lo

que esto deviene un bajo nivel académico. Por otra parte, un 21% estableció que no afecta si este consumo no es excesivo.

### Tabla 10

*Experimentación de síntomas como depresión, ansiedad e insomnio (impedimento para concentrarse)*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
Si	27	79%
No	7	21%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

### Figura 13

*Experimentación de síntomas como depresión, ansiedad e insomnio (impedimento para concentrarse)*



*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

## Análisis

Respecto a la experimentación de síntomas como impedimento para concentrarse, el 79% de los encuestados refirió que sí es un factor de desconcentración al momento de las planificaciones de estudio y cumplimiento de deberes. Sin embargo, un 21% considera que no, o por lo menos ellos no lo han experimentado.

**Tabla 11**

*Dependencia (alcohol – tabaco) conlleva a incapacidad en la calidad de vida*

Opciones	Frecuencia	Porcentaje
<b>Si</b>	27	79%
<b>No</b>	7	21%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>

*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

**Figura 14**

*Dependencia (alcohol – tabaco) conlleva a incapacidad en la calidad de vida*



*Nota.* Sistematización de resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de segundo nivel de la carrera mecánica industrial. (2023) Elaboración propia.

## **Análisis**

En cuanto a la dependencia al tabaco y al alcohol relacionada a la incapacidad de vida, se evidenció que un 79% sí considera esta relación y la afectación que puede llegar a incidir en su futuro. Por otro lado, un 21% establece que no.

## **Análisis de Resultados**

Los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario de encuesta permitieron conocer lo siguiente: Respecto a los datos sociodemográficos, la edad de los encuestados osciló entre los 10 a 29 años, donde predominaron personas de 21 años en su mayoría con un 87%; sobre el género predominó en un 90% el masculino. En cuanto al estado civil un 82% soltero, un 18% manifestó estar en unión libre. El curso al que pertenecen los sujetos de estudio es del segundo nivel, en la carrera mecánica industrial, instituto Vida Nueva. Por otro lado, sobre el consumo de alcohol o tabaco un 79% manifestó que, si consume una de estas dos sustancias, mientras una minoría del 21% estableció que no.

En lo que respecta a la edad de la primera experiencia en el consumo de alcohol o tabaco, se pudo conocer que respecto al primero (alcohol) un 85% inició desde los 18 años de edad es decir ya desde su mayoría de edad, mientras que el 10% lo hizo entre los 14 y 17 años, acotando que lo hacían eventualmente, en reuniones familiares. Apenas una minoría del 5% indicó no consumir este tipo de bebida.

En cuanto al consumo de tabaco, el 50% tuvo su primera experiencia en la mayoría de edad, un 45% no consume este tipo de sustancia y sólo un 5% lo hizo siendo menores de edad. En lo concerniente a la percepción de los encuestados sobre el consumo de alcohol o tabaco como sustancias perjudiciales para la salud, un 85% manifestó que sí lo percibe de esta forma; mientras que, un 15% indicó que no, sólo cuando se excede o se es dependiente de estas.

Sobre la frecuencia de consumo de alcohol, un 32% estableció que lo hace 1 a 3 veces al mes, un 24% lo realiza en ocasiones especiales, como celebraciones, es decir; eventualmente. Un 18% no consume, un 14% lo realiza todos los fines de semana, mientras que un 12% lo realiza varias veces a la semana, esto indica que la frecuencia es regular, lo que pueda llegar a generar a una dependencia quienes son más habituales.

Por otro lado, respecto a la frecuencia de consumo del tabaco, un 35% lo realiza entre 1 a 3 veces al día, un 32% lo hace eventualmente, un 24% varias veces a la semana y un 9% todos los fines de semana. Quienes mencionaron varias veces al día, manifestaron que fácilmente pueden consumir dos cajas completas de esta sustancia en menos de 24 horas.

En lo que concierne a los síntomas de dependencia sobre el alcohol, han manifestado trastorno del sueño un 32%, dolor o cefalea un 24%, un 18% dolores estomacales, un 12% manifestó tener sensibilidad y emociones de disforia, irritabilidad, ansiedad y dolor emocional e in 14 % insomnio y ansiedad. Se pudo conocer que quienes ingieren esta sustancia de forma frecuente y se halla en dependencia presentan estos indicios que afectan gravemente el rendimiento académico, pues son elementos distractores. Según Guevara (2023) en su investigación manifestó que los niveles altos de ansiedad y depresión reducen la eficiencia en el aprendizaje, esto porque disminuyen la atención, la concentración y la retención, con el consecuente deterioro en el rendimiento académico. El autor hace mención que las personas que experimentan este tipo de sentimientos especialmente el insomnio, poseen dificultades para poner atención, distrayéndose con facilidad.

En cuanto a la sintomatología por el consumo de tabaco el 35% de los encuestados experimentan ansias o antojos de nicotina, intentan calmarse ingiriendo cafeína sin embargo ya se hayan en una etapa de dependencia. Un 32% estableció que sienten enojo, frustración e



irritabilidad, el 24% indicó que tienen dificultad para concentrarse porque padecen de insomnio, ansiedad, depresión y algunos casos aumento de apetito, esto de igual manera se reduce a las estipulaciones de Guevara, son factores distractores que indican negativamente en el rendimiento académico, ya que las personas no están totalmente concentradas en sus deberes y ocupaciones educativas.

Este indicador se relaciona con la afectación del alcohol (82% si) y tabaco (79% si) sobre el desempeño del nivel académico, generando desconcentración, incapacidad para comprender las clases y por ende disminución del rendimiento del nivel académico, nuevamente porque más del 80% experimentan síntomas que le impiden concentrarse. Para Hidalgo (2023) acota un punto muy importante y es que el autor indica que no existe relación entre consumo de alcohol y rendimiento académico, lo que sí existe es una relación con los síntomas de dependencia, como lo son la ansiedad, depresión o insomnio, que a su vez se originan por otras condiciones como el nivel socioeconómico-cultural, expectativas de los padres en relación con el rendimiento académico, pérdidas de familiares, aceptación entre amistades o círculos cercanos, entre otros, que sí traen como resultado el consumo de las sustancias antes mencionadas

Finalmente, un 70% considera que la dependencia de estas sustancias conlleva a incapacidad en la calidad de vida, manifiestan que muchos se ven obligados a abandonar los estudios, disminuye la motivación. Por su parte, Avalos (2023) establece que “un consumo elevado de alcohol recurrente puede generar consecuencias negativas para el estudiante universitario como deserción escolar y una disminución en su rendimiento académico expresado en un bajo promedio de calificaciones y un alto índice de reprobación” (p.15).

## **Propuesta**

### **Nombre de la Propuesta**

Guía didáctica sobre medidas de prevención y promoción de salud por el consumo de alcohol y tabaco para el aporte de un instrumento informativo dirigido a los estudiantes de la carrera de mecánica industrial del Tecnológico Universitario Vida Nueva.

### **Descripción de la Propuesta**

La propuesta consiste en una Guía Didáctica de Medidas de Prevención como una herramienta que complementa esta investigación, dispuesta para los docentes de la carrera de forma impresa y digital, con el fin de generar un “ambiente de diálogo” al inicio de cada clase para la concientización sobre el consumo y abuso del alcohol y tabaco, como parte de un programa en donde el Tecnológico Universitario Vida Nueva promueva la salud y la formación integral de toda la comunidad educativa.

Esta guía didáctica, cumple diversas funciones, que van desde sugerencias para abordar el material de estudio, hasta acompañar al estudiante en todo el proceso de aprendizaje de su carrera profesional. Tiene cuatro funciones esenciales: Función motivadora: Despierta el interés por la temática y mantiene la atención durante el proceso de estudio conociendo estrategias que contribuyen en su rendimiento académico, concientizando lo perjudicial del consumo y abuso de sustancias como el alcohol y el tabaco. Función facilitadora de la comprensión: Propone metas claras que orientan el estudio, la integración deportiva. Organiza y estructura la información del material de estudio (texto impreso o digital, video o multimedia). Vincula los contenidos con los demás materiales educativos seleccionados para el desarrollo de la temática. Sugiere técnicas de trabajo intelectual que faciliten la comprensión de lo que se lee, visualiza o escucha, para

desarrollar un proceso de estudio eficaz. Función de orientación y diálogo: Fomenta la capacidad de organización y estudio sistemático.

### **Objetivo de la Propuesta**

Establecer una prevención activa con material didáctico que concientice a los estudiantes de la carrera de mecánica industrial del Tecnológico Universitario Vida Nueva contra el consumo y abuso del alcohol y tabaco para el aporte de un instrumento informativo.

### **Justificación de la Propuesta**

La presente propuesta halla su justificación, en un instrumento didáctico a la mano del profesorado del Tecnológico Universitario Vida Nueva con herramientas audiovisuales para la concientización del consumo y abuso excesivo de alcohol y tabaco, respecto a lo perjudicial para la salud y cómo influyen en el bajo rendimiento del nivel académico que pueda afectar la formación profesional de los estudiantes.

### **Estructura de la Propuesta**

La presente propuesta como se ha mencionado consta de una Guía Didáctica de prevención que busca fomentar estrategias en el profesorado para la toma de conciencia de toda la comunidad educativa del Tecnológico Universitario Vida Nueva a fin de hacer un llamado al cuidado de la salud y de la importancia de la concentración, formación y rendimiento académico. Su estructura consta de un cuerpo introductorio, generalizadas que contextualizan los ejes fundamentales de la guía, la sección de las propuestas didácticas, iniciando con materiales sobre cortometrajes españoles de concientización, seguido de una propuesta de integración de actividades deportivas con la participación del Tecnológico y el cierre de la misma. Tal como se presenta a continuación.

## Conclusiones

El presente estudio se enmarcó en el objetivo de conocer las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva durante la jornada matutina en el periodo abril – septiembre 2023, concluyendo lo siguiente:

Se investigaron las bases teóricas para la definición de las variables y términos relacionados con el tema de estudio, en donde se pudo conocer que el alcohol y el tabaco son sustancias cuyo consumo excesivo es nocivo para la salud física y mental de quien dependen de estas, a pesar de ser sustancias legalizadas, son causantes de enfermedades como el cáncer, de hígado, estomago, pulmón etc.

Se describieron las consecuencias que intervienen a nivel académico por el consumo de tabaco y alcohol en los estudiantes de la carrera de mecánica industrial segundo nivel del Tecnológico Universitario Vida Nueva, evidenciando lo siguiente; la edad de los encuestados osciló entre los 10 a 29 años, donde predominaron personas de 21 años en su mayoría con un 87%; sobre el género predominó en un 90% el masculino. En cuanto al estado civil un 82% soltero, un 18% manifestó estar en unión libre. El curso al que pertenecen los sujetos de estudio es del segundo nivel, en la carrera mecánica industrial, instituto Vida Nueva. Sobre el consumo de alcohol o tabaco un 79% manifestó que, si consume una de estas dos sustancias, mientras una minoría del 21% estableció que no.

En lo que concierne a los síntomas de dependencia sobre el alcohol, han manifestado trastorno del sueño un 32%, dolor o cefalea un 24%, un 18% dolores estomacales, un 12% manifestó tener sensibilidad y emociones de disforia, irritabilidad, ansiedad y dolor emocional e in 14 % insomnio y ansiedad. Se pudo conocer que quienes ingieren esta sustancia de forma

frecuente y se halla en dependencia presentan estos indicios que afectan gravemente el rendimiento académico, pues son elementos distractores. El consumo excesivo manifiesta niveles altos de ansiedad y depresión que reducen la eficiencia en el aprendizaje.

Este indicador se relaciona con la afectación del alcohol y tabaco sobre el desempeño del nivel académico, generando desconcentración, incapacidad para comprender las clases y por ende disminución del rendimiento del nivel académico, nuevamente porque más del 80% experimentan síntomas que le impiden concentrarse. En la literatura se pudo conocer que no existe relación entre consumo de alcohol y rendimiento académico, lo que sí existe es una relación con los síntomas de dependencia, como lo son la ansiedad, depresión o insomnio, que a su vez se originan por otras condiciones como el nivel socioeconómico-cultural, expectativas de los padres en relación con el rendimiento académico, pérdidas de familiares, aceptación entre amistades o círculos cercanos, entre otros, que si traen como resultado el consumo de las sustancias mencionadas.

Por último, la dependencia de estas sustancias conlleva a incapacidad en la calidad de vida, manifiestan que muchos se ven obligados a abandonar los estudios, disminuye la motivación. El consumo elevado de alcohol recurrente puede generar consecuencias negativas para el estudiante universitario como deserción escolar y una disminución en su rendimiento académico expresado en un bajo promedio de calificaciones y un alto índice de reprobación.

Se elaboró una guía didáctica de prevención del alcoholismo y tabaquismo para el aporte de un instrumento informativo dirigido a los estudiantes de la carrera de mecánica industrial del Tecnológico Universitario Vida Nueva, que respondió a la constitución de una primera herramienta que complementa esta investigación, dispuesta para los docentes de la carrera de forma impresa y digital, con el fin de generar un “ambiente de diálogo” al inicio de cada clase

para la concientización sobre el consumo y abuso del alcohol y tabaco, como parte de un programa para una formación integral de toda la comunidad educativa. Aunque es un primer documento piloto, cumple diversas funciones, que van desde sugerencias para abordar el material de estudio, hasta acompañar al estudiante en todo el proceso de aprendizaje de su carrera profesional.

Se diseñó con el objetivo de establecer una prevención activa con material didáctico que concientice a los estudiantes de la carrera de mecánica industrial del Tecnológico Universitario Vida Nueva contra el consumo y abuso del alcohol y tabaco para el aporte de un instrumento informativo. Su estructura constó de un cuerpo introductorio, generalizadas que contextualizan los ejes fundamentales de la guía, la sección de las propuestas didácticas, iniciando con materiales sobre cortometrajes españoles de concientización, seguido de una propuesta de integración de actividades deportivas con la participación del Tecnológico y el cierre de la misma.

### **Recomendaciones**

Realizar una investigación a profundidad sobre otros factores intervinientes en el rendimiento académico por el consumo de estas sustancias (alcohol - tabaco) específicamente vinculadas a la dependencia.

Realizar un estudio con mayor amplitud aplicando test e instrumentos complementarios que reconfirmen los factores determinantes del consumo de alcohol y tabaco respecto al rendimiento académico, considerando una población más diversa para el estudio.

Aplicar las propuestas didácticas contenida en la Guía de Prevención diseñada para este estudio, mediante una socialización previa con el Tecnológico que cuya colaboración promueva una formación integral de todos los estudiantes.

## Referencias

- Avalos, C. (2023). Análisis de estrategias de afrontamiento al estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito en el periodo 2022-2023. Obtenido de <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/24215>
- Campana, C. (2019). *Identificación Del Consumo De Alcohol Y Su Relación Con El Rendimiento Académico Y Apoyo Familiar En Los Estudiantes De La Facultad De Medicina De Primero A Cuarto Semestre De La Pontificia Universidad Católica Del Ecuador*. Obtenido De <Http://Repositorio.Puce.Edu.Ec/Bitstream/Handle/22000/16478/Trabajo%20de%20titulaci%C3%93n%20carlos%20mart%C3%8dn%20campana%20granda.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y>
- Cisnero, C. (2019). *Consumo De Cigarrillos De Tabaco Y Bebidas Alcohólicas: Experiencias Significativas De Adolescentes De Complementos Urbanos*. Obtenido De <Http://Repositorio.Puce.Edu.Ec/Handle/22000/16478>
- González, A. (2022). *Alcohol Y Tabaco En Adolescentes*. Obtenido De <Https://Idus.Us.Es/Bitstream/Handle/11441/104121/Gonzalez%20ruiz%20ana.Pdf?Sequence=1&Isallowed=Y>
- Guevara, L. (2023). *Influencia Del Estrés Académico En El Consumo De Alcohol En Estudiantes Universitarios*. Obtenido De <Https://Repositorio.Pucesa.Edu.Ec/Bitstream/123456789/4158/1/79323.Pdf>
- Hidalgo, G. (2023). “*Ansiedad Y Su Relación Con El Consumo De Tabaco En Estudiantes Universitarios*”. Obtenido De



- <https://Repositorio.Uta.Edu.Ec/Jspui/Bitstream/123456789/38571/1/Hidalgo%20guerrero%20gabriel%20alexander.Pdf>
- Inec. (2020). *Siete Órganos Se Afectan Con Frecuencia Por El Alcohol*.
- López, G. (2022). *Una Mirada Del Rendimiento Académico En Los Estudiantes Del Sostenimiento Fiscal, Período Lectivo 2020-2021 En Momentos De La Covid 19, Caso Ecuador*. Obtenido De <https://Journal.Espe.Edu.Ec/Ojs/Index.Php/Investigacion-Educativa/Article/View/2905>
- López, M., Noh, P., & Alonso, M. (2023). *Consumo De Cigarrillos De Tabaco Y Bebidas Alcohólicas: Experiencias Significativas De Adolescentes De Complementos Urbanos*. Obtenido De <https://Www.Ride.Org.Mx/Index.Php/Ride/Article/View/1533>
- Martínez, J. (2020). *Rendimiento Académico En Estudiantes Vs Factores Que Influyen En Sus Resultados: Una Relación A Considerar*. Obtenido De [http://Scielo.Sld.Cu/Scielo.Php?Script=Sci\\_Arttext&Pid=S2077-28742020000400105](http://Scielo.Sld.Cu/Scielo.Php?Script=Sci_Arttext&Pid=S2077-28742020000400105)
- Mera, D., Ortiz, P., Verdezoto, D., & Salinas, C. (2022). *Abuso De Sustancias Estupefacientes Y Alcohol En Jóvenes Universitarios, Ambato, Ecuador*. Obtenido De <https://Dialnet.Unirioja.Es/Descarga/Articulo/8966220.Pdf>
- Oms. (2023). *2023 – Cuestionario Básico Del Cmct De La Oms*. Obtenido De [https://Untobaccocontrol.Org/Impldb/Wp-Content/Uploads/Mexico\\_2023\\_Who-Fctc-Report.Pdf](https://Untobaccocontrol.Org/Impldb/Wp-Content/Uploads/Mexico_2023_Who-Fctc-Report.Pdf)
- Oms. (2023). *Tabaco*. Obtenido De <https://Www.Who.Int/Es/News-Room/Fact-Sheets/Detail/Tobacco>
- Ops. (2022). Obtenido De Alcohol: <https://Www.Paho.Org/Es/Temas/Alcohol>

Pérez, P. (2023). *Tabaquismo*. Obtenido De

[Https://Estrategiaenelaula.Sep.Gob.Mx/Storage/Recursos/2023/04/16uzyohubq-Infografias\\_Tabaquismo-01.Pdf](https://Estrategiaenelaula.Sep.Gob.Mx/Storage/Recursos/2023/04/16uzyohubq-Infografias_Tabaquismo-01.Pdf)

Seted. (2018). *Secetaría Técnica De Drogas. Recuperado El 02 De Marzo De 2018 De Estudio Sobre La Prevalencia Y Perfil Del Consumo De Alcohol En Estudiantes Universitarios Del Ecuador*:. Obtenido De <Http://Www.Preenciondrogas.Gob.Ec/?P=13166>

Suárez, G. (2023). “*Rasgos De Personalidad Y Su Relación Con El Consumo De Alcohol En Estudiantes Universitarios*”. Obtenido De

<Https://Repositorio.Uta.Edu.Ec/Bitstream/123456789/38604/1/Su%C3%A1rez%20ramos%20galo%20germ%C3%A1n.Pdf>

Suntaxi, R. (2022). *El Consumo De Bebidas Alcohólicas En Estudiantes Adolescentes De Sangolquí*. Obtenido De <Https://Doi.Org/10.29166/Kronos.V3i2.4006>

Telumbre, J., Mendoza, G., López, M., Castillo, L., & Maas, L. (2022). *Soledad Y Consumo De Alcohol En Estudiantes Universitarios*. Obtenido De

<Https://Ojs.Haaj.Org/?Journal=Haaj&Page=Article&Op=View&Path%5b%5d=673&Path%5b%5d=558>


Valle, M., Sillas, D., López, A., Ruíz, S., Flores, A., Benítez, V., . . . Villegas, M. (2022).

*Factores Asociados Al Consumo De Alcohol En Jóvenes Universitarios*. Obtenido De

<Https://Ojs.Southfloridapublishing.Com/Ojs/Index.Php/Jdev/Article/Download/1239/1020/3198>

Verdugo, M., & Cabrera, F. (2023). *Factores Que Inciden En El Rendimiento Académico En Los Primeros Años De Los Estudiantes De La Universidad De Cuenca, Ecuador*. Obtenido

De <Https://Revistas.Uasb.Edu.Ec/Index.Php/Ree/Article/View/4066>

**Anexos****Anexo 1***Guía Didáctica de prevención*

# GUÍA DE PREVENCIÓN CONTRA EL ALCOHOLISMO Y TABAQUISMO

Autor (es):

**ALICIA FABIOLA CRIOLLO SALAZAR****KAREN DAVIAN SANGUCHO GARCIA**

# INTRODUCCIÓN

La Guía Didáctica es una herramienta que complementa el material de estudio (texto impreso o digital, video, audio, etc.) con el fin de generar un “ambiente de diálogo” de modo tal que el estudiante tenga diversas posibilidades para mejorar la comprensión y el aprendizaje autónomo.

La Guía Didáctica cumple diversas funciones, que van desde sugerencias para abordar el material de estudio, hasta acompañar al estudiante en todo el proceso de aprendizaje de un determinado tema o asignatura. Cuatro son los ámbitos en los que se podría agrupar sus diferentes funciones:

A. Función motivadora: Despierta el interés por la temática y mantiene la atención durante el proceso de estudio

B. Función facilitadora de la comprensión: Propone metas claras que orientan el estudio. Organiza y estructura la información del material de estudio (texto impreso o digital, video o multimedia). Vincula los contenidos

con los demás materiales educativos seleccionados para el desarrollo de la temática. Sugiere técnicas de trabajo intelectual que faciliten la comprensión de lo que se lee, visualiza o escucha, para desarrollar un proceso de estudio eficaz (leer, subrayar, elaborar esquemas, desarrollar ejercicios...). Aclara dudas que previsiblemente pudieran obstaculizar el progreso en el aprendizaje. Especifica estrategias de trabajo para que el estudiante pueda realizar sus evaluaciones a distancia.

C. Función de orientación y diálogo: Fomenta la capacidad de organización y estudio sistemático. Promueve la interacción con los materiales y compañeros.

# 1 GENERALIDADES

## Objetivo

Proporcionar información actualizada y documentada acerca de por qué y cómo intervenir para prevenir el consumo de alcohol y tabaco.

La intervención se basa en los hechos probados sobre:

Los riesgos y daños que para la salud física, psíquica y social de los jóvenes tiene el consumo de alcohol.

La baja percepción del riesgo que tiene el consumo de alcohol en esta población.

La edad de inicio al consumo de alcohol, situada como media en los 14 años para ambos sexos.

El prestigio que tienen los profesionales sanitarios entre los jóvenes como fuente de información sobre drogas.

## Criterios de intervención.

c.1. Pasos a seguir. c.2.

Apoyo práctico.

c.3. Instrumentos para cada situación.

d. Información sobre recursos adicionales. e.

Un glosario de términos sobre drogas con recomendaciones sobre su uso en la actividad

preventiva. Todo ello para responder con coherencia, eficacia y eficiencia al reto de salud que plantea el consumo de alcohol en menores de edad.

## Destinatarios de la guía

Este documento está dirigido a los estudiantes de segundo nivel de la carrera de Mecánica Industrial del TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO VIDA NUEVA

## Población diana

Jóvenes de 18 a 30 años

## Objetivos específicos

Promover la percepción del riesgo del consumo de alcohol para la salud.

Prevenir el bajo rendimiento académico y la deserción de estudiantes a nivel superior.

## CONTEXTUALIZACIÓN

Las consecuencias negativas a corto y largo plazo

producto del consumo temprano de alcohol son

sorprendentes en su alcance y magnitud, afectando

a los jóvenes, las personas de su alrededor y la sociedad en su conjunto.



## PROPUESTAS DIDÁCTICAS

La presente guía detalla propuestas (didáctica) audiovisuales con el objetivo de concientizar a los estudiantes universitarios sobre la prevención sobre el consumo del alcohol y tabaco, con el fin de desarrollar las habilidades sociales que potencien las capacidades y destrezas personales necesarias para afrontar los posibles problemas de abuso de sustancias que interfieran en su rendimiento académico.

# 2 CORTOMETRAJE

Los cortometrajes son películas en

pequeño con entidad propia, que nos cuentan historias narrativas, a veces se condensan y educativo pueden ser una estrategia adecuada para abordar la prevención del consumo de tabaco y alcohol y desarrollar las habilidades sociales que potencien las capacidades y destrezas personales necesarias para afrontar los posibles problemas de abuso de sustancias en clases. Cada película se acompaña de una breve ficha que facilita la intervención educativa con cada estudiante y que ayuda al profesorado a centrar los aspectos relevantes de cada corto.

### ***ESTRATEGIAS Y METODOLOGÍA***

#### ***EMPLEADA EN EL PROGRAMA***

***Metodología:*** Audiovisual

exigen una mayor participación del espectador.

Desde el punto de vista

***Estrategia:*** El profesorado comienza su clase con un material audiovisual (cortometraje) no mayor a 2 minutos.

Adaptar según los intereses, motivaciones y características de los grupos de estudiantes las sugerencias que ofrecen las fichas de cada corto. Se requieren elementos que capten la atención de los estudiantes.

### ***RECURSOS PARA PREPARAR LAS SESIONES SOBRE ALCOHOL***

En la página web [aragon.es/-/alcohol](http://aragon.es/-/alcohol) están disponibles diferentes recursos, informes y legislación sobre drogodependencias y, en

concreto, sobre alcohol. Entre ellos, la grabación de varias sesiones de formación celebradas durante la Semana Sin Alcohol 2021, como la de la Sesión Abordaje del consumo de alcohol en el ámbito social y educativo y la del ámbito sanitario que nos ayuda a comprender los efectos del alcohol en nuestra salud. Además, es posible descargar el directorio de recursos en Aragón o las infografías del Ministerio de Sanidad (Cómo reducir tu consumo de alcohol, etc.) y el vídeo Alcohol: cuánto menos, mejor, que facilita una primera aproximación al tema en sólo un par de minutos. Para trabajar el tema de prevención de alcohol y tabaco se puede consultar el documento sobre prevención ambiental

## 3 PROPUESTA DE INTEGRACIÓN

### CORTOS SOBRE ALCOHOL

ENLACE:

<https://www.youtube.com/watch?v=4gn5YIFquAU&list=PL8D1EBA0BBDC7E3AB>

CENTRO/AUTOR: IES MIGUEL SERVET  
(ZARAGOZA, ZARAGOZA)

**AHORA DECIDO YO. AHORA SOY YO.**  
ENLACE

<https://www.youtube.com/watch?v=MBMtStEoxOg&list=PL8D1EBA0BBDC7E3AB&index=2>

CENTRO/AUTOR: IES  
PILAR LORENGAR (ZARAGOZA,  
ZARAGOZA)

### OBJETIVOS DE CONCIENTIZACIÓN

1. Conocer las consecuencias para la salud del consumo de tabaco, alcohol y otras drogas.
2. Identificar las situaciones en las que se produce el consumo.
3. Ser crítico con uno mismo y con las propias relaciones para identificar y evitar la presión de grupo.
4. Reflexionar sobre nuestra forma de afrontar los problemas personales para actuar con más sentido común.
5. Reconocer los problemas derivados del consumo de alcohol.



## **RECURSOS PARA PREPARAR SESIONES SOBRE TABACO**

El consumo de tabaco ha evolucionado mucho y muy rápidamente, en estos últimos años observándose modificaciones en la forma del consumo en la incorporación de nuevos productos de tabaco, en un incremento del consumo de tabaco en pipa de agua, así como el uso de cigarrillos electrónicos o productos de tabaco por calentamiento entre jóvenes que empiezan utilizando estos productos porque les parecen más atractivos e inoocuos para la salud. En la página web de Ministerio de Sanidad se recoge información sobre las cuestiones legales relacionadas con el tabaco, campañas de prevención, infografías en las que de forma gráfica se recoge información relevante sobre el consumo de tabaco. Ministerio de Sanidad – Citizens.

### **TABACO - CONSUMO DE TABACO - INFORMACIÓN CIUDADANÍA - INFOGRAFÍAS - AYUDA DEJAR DE FUMAR - CAMPAÑAS**

En la página web

<https://www.aragon.es/-/tabaco> están disponibles

diferentes recursos, informes y legislación sobre drogodependencias y, en concreto, sobre tabaco en Aragón, recursos existentes y el blog Aragón sin humo.

### **CORTOS SOBRE TABACO**

ENLACE

<https://www.youtube.com/watch?v=ybsOAvY4S34> CENTRO/AUTOR: IES DAMIAN FORMENT (ALCORISA, TERUEL)

ENLACE

<https://www.youtube.com/watch?v=4gn5YIFquAU> CENTRO/AUTOR: IES MIGUEL SERVET (ZARAGOZA)

### **AHORA DECIDO YO**

ENLACE

<https://www.youtube.com/watch?v=MBMtStEoxOg> CENTRO/AUTOR: IES PILAR LORENGAR (ZARAGOZA, ZARAGOZA)

## ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Para la promoción de la salud y la prevención de dependencias a sustancias como el alcohol y el tabaco se propone realizar competencias deportivas por el TECNOLÓGICO UNIVERSITARIO

VIDA NUEVA integrando todas las carreras como una estrategia de concientización para todos quienes integran esta comunidad educativa de nivel superior.

### Valor y limitaciones del deporte

Antes de hacer planes para utilizar el deporte con fines de prevención, es sumamente importante comprender qué es realmente el deporte. El deporte es tan corriente en todas las sociedades que esto podría parecer obvio. Pero cuando recapacitamos al respecto no siempre está claro en qué se diferencia el deporte de otras actividades físicas (tales como ir en bicicleta a la escuela), de una forma de arte (por ejemplo, bailar “break”), o de una forma de espectáculo tal como la lucha libre profesional.

### *El deporte como recurso para el desarrollo humano*

Las personas han practicado deportes desde la antigüedad. A lo largo del tiempo han surgido muchos tipos diferentes de deportes, tales como deportes individuales, deportes colectivos, deportes extraoficialmente organizados, deportes extremos y deportes sumamente organizados y de élite. Estas diferentes clases de deportes pueden tener un efecto positivo en los individuos y en las sociedades de muchos modos diferentes.

#### LISTADO DE DEPORTES A CONSIDERAR

- ECUAVOLEY
- FUTBOL
- TENIS
- CICLISMO
- MARATON

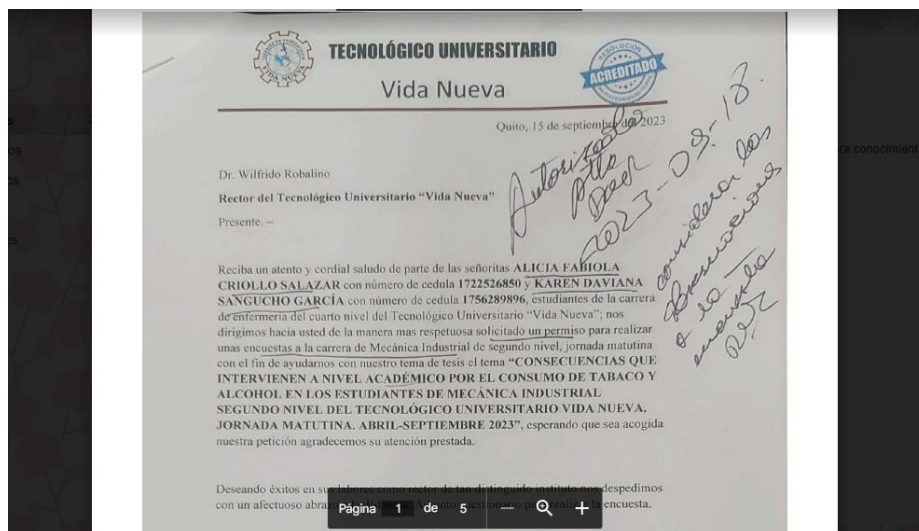
### ESTRATEGIAS DE SOCIALIZACIÓN

- Charla de concientización “NO TE CONSUMAS” tres conversatorios mensuales sobre educación, concientización y promoción de la salud en la población universitaria.
- Foros estudiantes, ponentes sobre la importancia del estudio y la salud física – emocional en relación al consumo excesivo de alcohol y tabaco.

- Actividades de promoción: - Actividades de promoción: educación para la salud.
  - Promoción de factores de protección.
  - Promover estilos de vida saludables de eficacia demostrada como factores protectores. Por ej: actividad física, deporte ....
  - Fomentar la resiliencia: capacidad de los individuos para superar circunstancias de especial dificultad, gracias a cualidades mentales, de conducta y de adaptación.
  - Coordinación con instituciones, asociaciones y áreas de ayuntamiento específicas que tienen competencias en promoción de salud.
  - Establecer visitas de seguimiento y valorar derivación ante consumo de riesgo.
  - Apoyar, motivar y ayudar en el desarrollo de habilidades para disminuir el consumo, reforzar su nueva conducta y felicitar por los logros conseguidos.
  - Reconocer las recaídas como parte del proceso de abandono, prevenirlas y en caso de que acontezca, ofrecer nuestro apoyo para nuevo intento.
- Coordinación con equipos específicos especializados para campañas de prevención específicas.

## Anexo 2

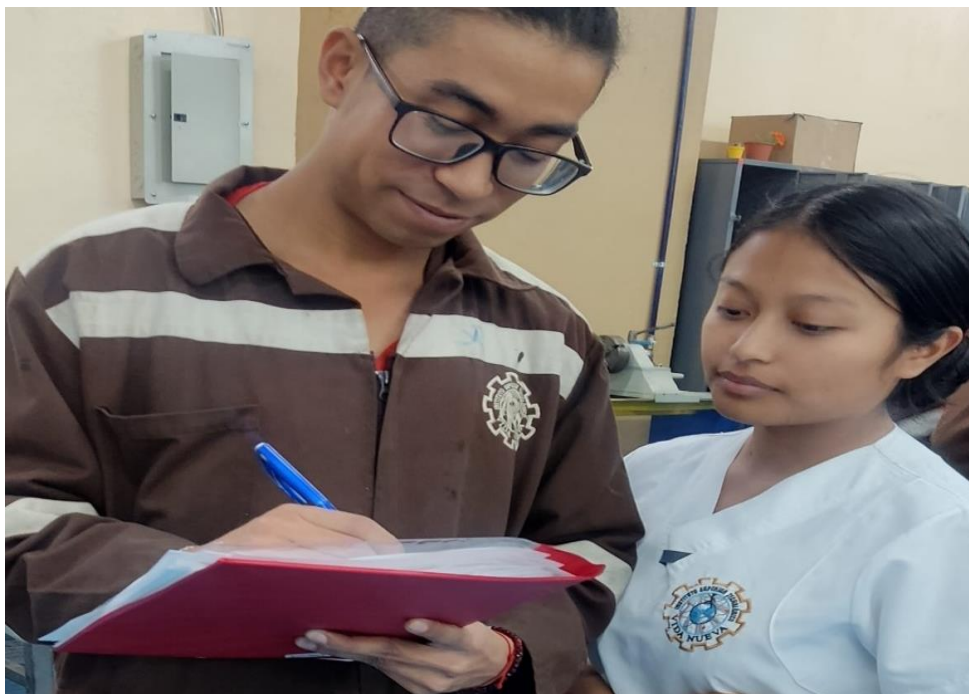
*Solicitud dirigida al señor rector Dr. Wilfrido Robalino para realización de encuestas.*



*Nota.* Autorización firmada por el señor rector y enviada mediante correo electrónico.

## Anexo 3

*Explicación de la encuesta a realizar con los estudiantes de mecánica industrial, segundo nivel.*



*Nota.* Realización de las encuestas.

**Anexo 4**

*Aplicación de las encuestas a los estudiantes de mecánica industrial, segundo nivel de forma presencial.*



*Nota.* Se realiza la aplicación de las encuestas en los talleres de mecánica industrial del bloque H.

**Anexo 5**

*Aplicación de las encuestas a los estudiantes de mecánica industrial, segundo nivel de forma presencial.*



*Nota.* Se recomienda a los estudiantes que las encuestas se desarrollen con total sinceridad.