



Impacto del alto consumo de alcohol en el rendimiento académico de estudiantes de psicología
de la Corporación Universitaria Minuto de Dios

Miguel Ángel Gaviria Cano

Jhon Edurd Romaña Martínez

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia) Bello (Antioquia)

Programa Psicología Psicología

octubre de 2024

Impacto del alto consumo de alcohol en el rendimiento académico de estudiantes de psicología
de la Corporación Universitaria Minuto de Dios

Miguel Ángel Gaviria Cano

Jhon Edurd Romaña Martínez

Monografía Monografía presentado como requisito para optar al título de PsicólogoPsicólogo

Asesor(a)

Laura Paloma Cano Moncada

Título académico

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Rectoría Antioquia y Chocó Rectoría Antioquia y Chocó

Sede Bello (Antioquia)Bello (Antioquia)

Programa PsicologíaPsicología

octubre de 2024octubre de 2024

1 Dedicatoria

A la Corporación universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO), por haberme formado como profesional en psicología y por ser un espacio de crecimiento personal y académico. Gracias por los conocimientos y valores que hoy me acompañan en mi camino profesional.

2 Agradecimientos

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a quienes han sido fundamentales en la realización de esta investigación. En primer lugar, agradezco profundamente a mi docente Laura Fernanda Gonzales, por su guía constante, paciencia y sabiduría, que nos acompañaron en cada paso de este proceso. Su apoyo y compromiso fueron claves para llevar a cabo esta investigación.

También quiero, agradezco a la Corporación Universitaria minuto de Dios, (UNIMINUTO) por brindarme la formación y las herramientas necesarias para crecer académica y personalmente. Esta institución ha sido el espacio donde pude desarrollar mi pasión por el conocimiento y dar forma a este proyecto que hoy concluye.

3 Contenido

RESUMEN	6
ABSTRACT	7
INTRODUCCIÓN	8
1 1 JUSTIFICACIÓN.	13
MARCO TEÓRICO	21
2 TÍTULO NIVEL 1	21
3 OBJETIVOS.	25
3.1 OBJETIVO GENERAL:	25
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.	25
4 METODOLOGÍA	26
4.1 POSTURA EPISTEMOLÓGICA	26
4.2 ESTRATEGIA METODOLÓGICA	26
4.3 PARTICIPANTES	27
4.4 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	28
4.5 PROCEDIMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	28
4.6 CONSIDERACIONES ÉTICAS	30
5 RESULTADOS	31
6 CONCLUSIÓN	38
7 REFERENCIAS	41

4 Resumen

El fenómeno del alto consumo de alcohol entre estudiantes universitarios, especialmente en disciplinas como la psicología, ha generado preocupación debido a su impacto en el rendimiento académico, en este contexto, la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) se enfrenta a este desafío. Se realiza un estudio de caso con tres estudiantes de psicología de UNIMINUTO, para explorar su percepción sobre los efectos del consumo de alcohol en el rendimiento académico, según investigaciones, el consumo excesivo de alcohol presenta serios riesgos para la salud pública, con una alta prevalencia en América Latina, incluyendo Colombia, donde se observa un aumento en el consumo entre la población juvenil. Este patrón de consumo se asocia con consecuencias físicas, emocionales y académicas negativas, como ausentismo y bajo rendimiento.

La investigación propuesta busca crear conciencia entre los estudiantes de psicología e investigar sobre los riesgos del consumo de alcohol y recopilar datos sobre ausentismo y deserción académica. Se propone utilizar la entrevista motivacional (EM) como una herramienta para explorar y resolver la ambivalencia hacia el cambio en los estudiantes que enfrentan problemas relacionados con el consumo de alcohol.

En esta investigación se puede destacar la importancia que tiene la psicología cognitiva que busca comprender los factores que influyen en el consumo de alcohol, en conclusión, el alto consumo de alcohol entre estudiantes universitarios es un problema grave que requiere mucha indagación. La investigación propuesta busca contribuir a la comprensión de este fenómeno, así como a la mejora del rendimiento académico y la salud pública de los estudiantes de psicología de UNIMINUTO.

Palabras clave: Consumo de alcohol, Estudiantes universitarios, Psicología, Rendimiento académico, Salud pública, Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO), Investigación,

Colombia, Ausentismo, Deserción académica, Entrevista motivacional (EM), Psicología cognitiva, Expectativas de alcohol, Cambio de comportamiento

5 Abstract

The phenomenon of high alcohol consumption among university students, especially in disciplines such as psychology, has generated concern due to its impact on academic performance; in this context, the Minuto de Dios University Corporation (UNIMINUTO) faces this challenge. A case study is carried out with three psychology students from the Minto de Dios university corporation, to explore their perception of the effects of alcohol consumption on academic performance. According to research, excessive alcohol consumption presents serious risks to public health. , with a high prevalence in Latin America, including Colombia, where an increase in consumption is observed among the youth population. This pattern of consumption is associated with negative physical, emotional, and academic consequences, such as absenteeism and poor performance.

The proposed research seeks to raise awareness among psychology students and investigate the risks of alcohol consumption and collect data on absenteeism and academic dropouts. It is proposed to use motivational interviewing (MI) as a tool to explore and resolve ambivalence towards change in students who face problems related to alcohol consumption.

In this research, we can highlight the importance of cognitive psychology that seeks to understand the factors that influence alcohol consumption. In conclusion, high alcohol consumption among university students is a serious problem that requires a lot of investigation. The proposed research seeks to contribute to the understanding of this phenomenon, as well as to improve the academic performance and public health of UNIMINUTO psychology students.

Keywords: Alcohol consumption, University students, Psychology, Academic performance, Public health, Minuto de Dios University Corporation (UNIMINUTO), Research, Colombia, Absenteeism,

Academic dropout, Motivational interviewing (MI), Cognitive psychology, Alcohol expectations, Behavior change

6 Introducción

En la actualidad, el fenómeno del alto consumo de alcohol entre los estudiantes universitarios ha sido un tema controversial en el cual se ha notado un ausentismo y una decadencia académica por ingerir esta sustancia de alcohol, se suele destacar particularmente en instituciones educativas centradas en disciplinas relacionadas con la psicología. La Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO), como entidad dedicada a la formación en psicología, no está exenta de este desafío. El presente estudio se centra en explorar la percepción por medio del estudio de caso de 3 estudiantes de la Facultad de Psicología de UNIMINUTO sobre los efectos del consumo de alcohol en el rendimiento académico, todas las personas han oído hablar de las fiestas animadas y las reuniones sociales que forman parte de la experiencia universitaria. Pero ¿hasta qué punto influyen estas prácticas en la vida cotidiana de nuestros futuros psicólogos y psicólogas? En este ejercicio investigativo, se pretende explorar las percepciones que rondan este fenómeno.

Según (Montero, 2007, pág. 3) “el consumo de alcohol cuando alcanza niveles considerados excesivos, presenta un serio riesgo para la salud pública. El National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA) define este nivel como una concentración de alcohol en la sangre del 0.08% o más, equivalente a 5 o más bebidas en hombres y 4 en mujeres en un lapso de 2 horas. Este patrón de consumo ha sido identificado como un factor significativo de riesgo para la carga de morbilidad en las Américas “.

Según ya lo mencionado y definido, este problema se agrava al observar que el consumo de alcohol en las Américas, según lo mencionan Salcedo Monsalve, Palacios Espinosa y Fernanda Espinosa (2011), “supera en un 50% el promedio mundial, especialmente entre la población juvenil. Este patrón

de consumo elevado ha sido asociado con consecuencias físicas y emocionales” (p. 20). En el contexto colombiano, diversos estudios nacionales han abordado el tema del consumo de sustancias psicoactivas. Según el Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas, se han identificado patrones y tendencias que reflejan la situación actual en el país, el 59.8% de la población juvenil colombiana ha consumido alcohol en el último año, siendo el 35% de ellos consumidores regulares en el último mes. Las tasas de consumo son más altas en Bogotá y la región oriental del país. Además, se observa una curva en forma de U en los niveles de urbanización, con tasas más altas en los niveles más altos y más bajos. La incidencia anual total de nuevos casos es del 4.8%, siendo el grupo de 12 a 17 años el más afectado, representando el 18.5% de los nuevos casos. El inicio del consumo ocurre a una edad promedio de 15 años, con una ligera predominancia en hombres.

También se puede destacar el incremento excesivo de ausentismo a clases por el incremento de alcohol en los estudiantes en Medellín, Según Betancourth Zambrano, Tacán Bastidas y Córdoba Paz (2017), “un 97,5% de estudiantes reportan consumir alcohol con su grupo de amigos (76%), seguido de la familia (24,9%). La frecuencia de consumo de alcohol se da principalmente cada mes (25,8%) y cada quince días (18,8%)” (p. 19). Estos datos subrayan la necesidad urgente de abordar el consumo de alcohol entre estudiantes universitarios en Medellín, con el objetivo de investigar los impactos negativos en el ámbito académico, la salud física y mental. Así pues, implementación de intervenciones efectivas se vuelve esencial para promover un entorno universitario más saludable y seguro, mencionan también que “El 45% de los estudiantes que participan en el consumo excesivo de alcohol experimentan una disminución notable en sus calificaciones académicas, mientras que el 30% informa ausentismo frecuente en clases debido a las consecuencias del alcohol” (Betancourth Zambrano, Tacán Bastidas, & Córdoba Paz, 2017, p. 233).

En términos de salud mental, el 25% de los estudiantes que abusan del alcohol experimenta síntomas de ansiedad y depresión. Además, se observa un aumento del 20% en problemas de salud física relacionados con el consumo de alcohol, incluyendo enfermedades hepáticas y cardiovasculares las conductas de riesgo son notables, Según Ponce (2021) afirma que:

En términos de salud mental, el 25% de los estudiantes que abusan del alcohol experimenta síntomas de ansiedad y depresión. Además, se observa un aumento del 20% en problemas de salud física relacionados con el consumo de alcohol, incluyendo enfermedades hepáticas y cardiovasculares. Las conductas de riesgo son notables, ya que el 35% de los estudiantes que participan en el consumo excesivo de alcohol están más propensos a participar en prácticas sexuales riesgosas, y un 18% ha experimentado accidentes automovilísticos relacionados con el alcohol (p. 42).

Estas estadísticas subrayan la urgencia de investigar el consumo excesivo de alcohol en la población juvenil colombiana, considerando sus impactos negativos en la salud pública, especialmente en términos de lesiones, morbilidad y la pérdida potencial de años productivos de vida. La necesidad de estrategias efectivas de prevención e intervención se hace evidente para mitigar los riesgos asociados con este patrón de consumo.

7 Planteamiento del problema

Realizando un exhaustivo análisis sobre el alto consumo de alcohol entre estudiantes universitarios en diversos países, incluyendo Colombia, España, Argentina, México y Canadá, revela una serie de patrones preocupantes y consecuencias significativas asociadas con este fenómeno los datos recopilados en la matriz muestran que el alto consumo de alcohol entre estudiantes universitarios es un problema extendido y multifacético que afecta tanto a hombres como a mujeres.

Según Díaz (2013) afirma que:

Se observa una tendencia consistente en la que los hombres tienden a tener tasas de consumo más altas y a iniciar el consumo a una edad más temprana en comparación con las mujeres. Este patrón se repite en diferentes contextos culturales y geográficos, lo que sugiere la existencia de factores universales que influyen en el consumo de alcohol entre los jóvenes universitarios" (p. 234)

Entre los factores que impulsan el consumo de alcohol en este grupo demográfico, se destacan los motivos emocionales y sociales, como la búsqueda de alegría, celebración, interacción social y libertad. El inicio de la vida universitaria, caracterizado por nuevas experiencias, independencia y presión académica, se identifica como un momento crítico en el que muchos estudiantes recurren al alcohol como una forma de hacer frente al estrés y adaptarse a los cambios, las consecuencias del consumo excesivo de alcohol entre estudiantes universitarios son diversas y van desde problemas de salud física y mental hasta repercusiones sociales y académicas. Se observa un alto índice de ausentismo, llegadas tarde y bajo rendimiento académico asociado con el consumo de alcohol. Además, se registran problemas relacionados con la salud sexual, como infecciones de transmisión sexual y embarazos no deseados, así como conflictos interpersonales y deterioro en las relaciones familiares y amistades, a pesar de las diferencias culturales y contextuales entre los países estudiados, las tendencias generales en cuanto a la frecuencia y las causas del consumo de alcohol entre los estudiantes universitarios son notoriamente similares. Esto subraya la necesidad de abordar este problema de manera integral y adaptada a cada contexto específico, implementando estrategias de prevención y educación que promuevan un consumo responsable y fomenten entornos universitarios saludables y seguros.

En este sentido, es fundamental profundizar en la comprensión de los factores subyacentes que contribuyen al consumo de alcohol entre los estudiantes universitarios, así como en la identificación de intervenciones efectivas para abordar esta problemática y mitigar sus consecuencias negativas. Esta

investigación busca llenar este vacío mediante un estudio detallado de las percepciones, experiencias y comportamientos relacionados con el consumo de alcohol en el contexto específico de la Facultad de Psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) en Colombia.

El alto consumo de alcohol entre estudiantes universitarios, particularmente en aquellos que estudian disciplinas relacionadas con la psicología, ha emergido como una preocupación creciente debido a sus impactos negativos en la salud pública y el rendimiento académico. La Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO), como institución dedicada a la formación en psicología, se ve enfrentada a este desafío, la presente investigación se enfoca en explorar la percepción de tres estudiantes de la Facultad de Psicología de UNIMINUTO sobre los efectos del alto consumo de alcohol en su rendimiento académico. A través de este estudio de caso, se busca comprender cómo el este problema influye en la vida cotidiana de los futuros psicólogos y psicólogas.

En la contemporaneidad, el fenómeno del consumo excesivo de alcohol entre estudiantes universitarios ha trascendido como una cuestión de importancia crítica, generando preocupación tanto a nivel académico como social. Esta problemática adquiere especial relevancia en instituciones educativas enfocadas en disciplinas como la psicología, donde el bienestar y la salud mental deberían ser ejes fundamentales de formación, el presente estudio propone explorar a fondo las percepciones, vivencias y consecuencias del alto consumo de alcohol en el rendimiento académico de estudiantes de la Facultad de Psicología de UNIMINUTO. Este enfoque no solo busca evidenciar la magnitud del problema, sino comprender su complejidad y multidimensionalidad, desentrañando los factores subyacentes que inciden en esta conducta entre los jóvenes que se están formando como profesionales de la psicología.

El contexto colombiano no escapa a esta problemática global, destacándose por índices de consumo de alcohol que superan la media mundial, especialmente entre la población juvenil. Estudios nacionales revelan cifras alarmantes que subrayan la urgencia de abordar este fenómeno de manera

efectiva. El alto consumo de alcohol no solo está vinculado a consecuencias físicas y emocionales, sino que también impacta directamente en el ámbito académico, manifestándose en forma de ausentismo, bajo rendimiento académico y deserción estudiantil, resulta imperativo entender las motivaciones detrás del consumo excesivo de alcohol, así como los factores ambientales, sociales y psicológicos que contribuyen a perpetuar esta conducta en el entorno universitario. A su vez, es esencial explorar las percepciones y experiencias de los propios estudiantes de psicología sobre esta problemática, brindando una visión interna que complemente y enriquezca los datos estadísticos, Según Duque (2013) este planteamiento implica una aproximación integral y multidisciplinaria, que abarque aspectos psicológicos, sociales y educativos para abordar de manera integral el desafío del consumo excesivo de alcohol entre los estudiantes universitarios de psicología en UNIMINUTO.

8 Justificación.

Se puede destacar el problema que tiene el alcoholismo en jóvenes universitarios, esta investigación busca centrarse en crear un grado de conciencia entre los estudiantes universitarios de la facultad de psicología de UNIMINUTO, también busca recopilar información por medio de un rastreo de datos estadísticos que nos arroje información sobre el ausentismo y la deserción académica a lo largo de ciclo universitario por el alto consumo de alcohol en los estudiantes de psicología, es importante destacar lo normalizado que está este problema en la sociedad y en la juventud. Llevándolo a extremos abismales como puede ser embarazos no deseados, accidentes de tránsito y abandono académico e intoxicación.

Este proyecto se configura como una contribución valiosa desde una perspectiva cualitativa, involucrando a tres estudiantes que enfrentan problemas relacionados con el consumo de alcohol y sus consecuencias sociales. A través de la narrativa personal de estos estudiantes, la investigación aspira a arrojar luz sobre las complejidades y desafíos asociados con el alto consumo de alcohol, permitiendo así

la identificación de patrones y factores clave que pueden estar contribuyendo a esta problemática, en otras palabras no solo aspiramos a concientizar a la comunidad estudiantil de psicología sobre el impacto del alcoholismo, sino que también se propone contribuir con datos específicos y experiencias personales que enriquecerán la comprensión de este fenómeno y permitirán la formulación de estrategias efectivas de intervención y prevención.

Antecedentes

Los datos tomados en este apartado fueron, sistematizados, organizados y seleccionados con la ayuda de una matriz de revisión bibliográfica, en la cual logramos organizar y seleccionar la información y los datos que consideramos más relevantes de cada una de las investigaciones mencionadas a continuación, de igual manera apoyándonos en la búsqueda de estos textos o investigaciones usando bases de datos como Ebscohost, Scielo, ProQuest y Google academic.

En este apartado, tomaremos en cuenta algunos estudios o investigaciones de las cuales nos podemos apoyar en base al tema que se busca investigar y dar a conocer unos resultados sobre algunos puntos en específico del amplio y vasto tema del alcoholismo.

Se han tomado diez diferentes investigaciones entre las cuales podemos tomar en diversos porcentajes en base al consumo de alcohol en jóvenes universitarios, tanto en Latinoamérica como en Europa y Canadá.

Tomamos en cuenta entonces el primero, el cual es un estudio transversal realizado en la ciudad de Bogotá en Colombia en una universidad privada con 787 estudiantes del cual nos dan información o datos como lo son el porcentaje de consumo de alcohol en el cual ya se considera un problema y excesivo, se menciona que son cinco o más tragos estándar (cualquier bebida alcohólica que contenga el equivalente de 10 gramos de alcohol puro) por ocasión (o por un período de dos horas) para el

hombre, y cuatro o más tragos estándar para la mujer. De igual manera conclusiones tomadas en este trabajo en base a los datos estadísticos como resultado del estudio transversal: a) La proporción de la prevalencia de alcoholismo y la de riesgo de alcoholismo, se encuentra que estas proporciones son mayores en hombres que en mujeres. b) La mayoría de los estudiantes consume alcohol con sus amigos (80,9%), situación esperada de acuerdo con el momento del ciclo vital; llama la atención que el 8,3% consume con sus familiares. c) Muestra el estudio, que los motivos para embriagarse son de carácter emocional, predominando la alegría o las celebraciones (Salcedo Monsalve et al., 2011).

Siguiendo con el próximo estudio, hablamos de un estudio realizado en la Universidad Regional Autónoma de los Andes, este es un estudio bibliográfico, que toma 25 artículos organizados siguiendo un criterio cronológico. En este estudio entonces, nos brindan información importante como, la edad promedio para que un ser humano inicie el consumo es a partir de los 15 años, un segundo grupo poblacional promedio de personas que consumen alcohol o drogas es a partir de los 17 años, para los adolescentes que inician a los 15 años el consumo de alcohol y drogas, según los resultados de muchas investigaciones, se evidencia que tienen problemas en el hogar, aunque los inconvenientes que pueden dar inicio del consumo pueden ser muchos. Se logra mencionar también que al iniciar en el ámbito universitario inician otro gran momento de descubrir personas, establecimientos educativos, ciudades, culturas y todo lo que le ofrece el nuevo momento por vivir, cuando en muchas ocasiones no se encuentran bajo la mirada y el cuidado de sus padres, lo que les puede llevar a confundir libertad con libertinaje, puntos los cuales conllevan a estos jóvenes a querer consumir cada vez más alcohol, ya que son aspectos que conllevan a un cambio y malestar que deben aprender a conllevar con el paso del tiempo (Olaya,2022).

como tercer estudio tenemos un estudio realizado con 849 estudiantes universitarios en Colombia, para analizar el consumo de alcohol. Nos brindan información importante sobre el tema como lo es el encontrarse que el 97.5% de los estudiantes han consumido alcohol, siendo los hombres

quienes más consumen, la mayoría de los estudiantes consumen alcohol con amigos y en celebraciones; Se observaron diferencias en el consumo entre hombres y mujeres, así como en la frecuencia de consumo según el tipo de vivienda. De igual manera nos mencionan que los estudiantes de estratos socioeconómicos más bajos tienden a consumir en lugares más accesibles y económicos, se observa también un policonsumo de alcohol con otras sustancias psicoactivas, especialmente en ambientes como discotecas y bares (Betancourth Zambrano et al., 2017).

Como siguiente estudio, un trabajo con metodología descriptiva en el cual participaron 1.165 estudiantes matriculados en la universidad de Huelva (España). Del cual nos brinda información y resultados en este como, no existían diferencias significativas en el vínculo entre edad de consumo y sexo , pues ambos sexos comenzaron a consumir entre los 16 y 20 años, de igual manera se encuentra que no hay diferencias significativas en la frecuencia de consumo y el sexo. También se le presta atención en este estudio a las causas que originaron el consumo de alcohol en las variables ansiedad y actitud defensiva, las cuales coincidieron en un mayor porcentaje tanto hombres como mujeres, siendo mínimo su grado de dispersión con respecto a la media (Méndez y Azaustre, 2015)

Seguimos con un estudio el cual es realizado en Colombia en la ciudad de Bogotá, tomando a 618 estudiantes de ingeniería de la ciudad, de dos universidades privadas de las cuales 304 fueron seleccionados de una universidad en la cual predominan los estratos medio y medio bajo, y los demás son seleccionados de una universidad del norte de la ciudad de la cual predominan los estratos medio y medio alto. Estudio el cual nos da información y resultados como, la gran diferencia en la representación de hombres en este tema del alto consumo de alcohol frente a las mujeres en el cual nos muestra un 82.7% de representación de los hombres en este, sin dejar pasar la gran diferencia entre hombre y mujeres a la hora de hablar sobre el alto y el bajo consumo de alcohol, tomándolo como “las veces que se consume alcohol al mes” resultados en los cuales los hombres toman alta tendencia al consumo excesivo y las mujeres alta tendencia en el bajo consumo del alcohol; También se puede ver una

tendencia alta en la facilitación de interacción, la expresividad verbal y la desinhibición, y se obtiene una baja tendencia en la expectativa de que el alcohol aumente la sexualidad, agresividad y sentimientos de poder (Camacho, 2005).

Siguiendo con el próximo estudio, nos encontramos con un estudio descriptivo, transversal en el cual tomaron a 816 estudiantes (360 hombres y 456 mujeres) de la Universidad de Pamplona. En este trabajo nos brindan más información y resultados sobre este tema en el que podemos destacar la gran diferencia evidenciada en su estudio sobre la frecuencia de consumo entre hombres y mujeres, siendo los hombres los de mayor frecuencia de consumo llegando a un punto excesivo, de igual manera es relevante destacar el bajo porcentaje de estudiantes que presentan frecuente consumo de alcohol en este estudio siendo un 26% (Mantilla Toloza et al., 2015)

Seguimos con un estudio descriptivo correlacional realizado en Colombia, en cual se incluyeron 396 estudiantes universitarios; en este estudio podemos encontrar información y algunos resultados sobre el alcoholismo en universitarios que nos brindan, como lo es por primera parte “que el abuso de alcohol y el alcoholismo participan de manera directa e indirecta en la aparición de daños físicos, mentales y sociales, incluso afectando a otros y produciendo violencia familiar, conflictos de pareja, problemas económicos, riñas con heridos, accidentes de tránsito; problemas que afectan también la permanencia en la universidad y la calidad de su formación para la vida profesional” (Castaño Perez y Calderon Vallejo, 2014, pág. 740). Igualmente encontramos resultados que nos brindan de este estudio, como el 88,6% (351) de los encuestados manifestaron haber consumido bebidas alcohólicas en algún momento de la vida, la edad media de inicio en el consumo de alcohol son los 14 años, presentándose un 11,3% que lo hizo antes de los 10 años y un 58,7% que lo probó entre los 11 y los 15 años, de los cuales el 64,6% no tiene problemas con el consumo de alcohol, un 20,5% presenta consumos de riesgo y el 14,9%, riesgos de dependencia. En este estudio se encuentran diversos problemas o consecuencias

en raíz a estos altos consumos o dependencias referentes al alcohol, entre los cuales podemos encontrar ausentismo o llegadas tarde y bajo rendimiento académico, infecciones de transmisión sexual, embarazos no deseados, enfermedades en su salud general como lo pueden ser cefaleas, dolores osteoarticulares, alteraciones gastrointestinales, peleas, riñas o discusiones con desconocidos en el momento del consumo del alcohol, y problemas o deterioro de las relaciones familiares ; factores entre los cuales se encuentran en mayor porcentaje en este estudio las enfermedades en su salud general, el ausentismo o llegadas tarde y las infecciones de transmisión sexual (Calderon, 2014).

Seguido de este estudio, tomamos también un estudio transcultural, en el cual se tomaron 571 estudiantes universitarios españoles de la Universitat Jaume I de Castellón y 571 estudiantes canadienses de la Universidad de Dalhousie, del cual se desea observar los motivos del consumo de alcohol entre estos jóvenes estudiantes universitarios. De este estudio se lograron obtener resultados los cuales nos brindan como lo son, en ambos países, los motivos de consumo de alcohol de refuerzo positivo se reportaron más frecuentemente que los motivos de consumo de alcohol de refuerzo negativo. Los motivos de afrontamiento de la ansiedad se reportaron con más frecuencia que los de afrontamiento de la depresión. Los resultados del análisis de regresión mostraron que mayores motivos de animación, menores motivos de conformidad y, en menor grado, motivos sociales, se relacionaban con un consumo de alcohol elevado (cantidad y frecuencia); de igual manera se logra evidenciar que al estudiar los estudiantes de ambas nacionalidades no se encuentran mayores diferencias en los resultados, siendo de una manera muy parecida, en niveles y porcentajes muy similares los motivos de consumo y su frecuencia y cantidad de consumo del alcohol (Mezquita et al., 2016).

Continuamos con un estudio realizado en dos escuelas de educación secundaria, una pública y una privada (305), y de la Universidad Nacional de Mar del Plata en Argentina (1.427), en este estudio, nos brindan resultados e información como, que el descuido de actividades, sentimientos de culpa o remordimiento y amnesia anterógrada inducida por el alcohol, el grupo de universitarios casi duplica al

de secundarios, obteniendo los siguientes porcentajes en los universitarios: 28%, 24% y 46%; la proporción de búsqueda de ayuda por problemas relacionados con el uso de alcohol fue de 2%, presentando de esta manera también que a pesar de los altos porcentajes en los problemas presentados en los universitarios, es un muy bajo porcentaje en los estudiantes tanto universitarios como secundarios que buscan ayuda relacionada a estos problemas (Conde et al., 2016).

Por último tomamos un estudio en el cual participaron 414 estudiantes de nuevo ingreso de una Universidad privada en Michoacán, en este estudio nos dan a conocer resultados o información que nos puede complementar o apoyar en el tema del alcohol como, que se puede evidenciar malestar psicológico asociado al riesgo suicida con las puntuaciones de consumo consuetudinario de alcohol, la suma total de uso de alcohol y tabaco, así como entre uso consuetudinario de alcohol y el área de depresión y desesperanza; se menciona entonces también que el riesgo de suicidio casi se duplica entre los que consumen alcohol de forma perjudicial en comparación al riesgo de suicidio entre los consumidores de tabaco (Hernández-Cervantéz y Alejandre-García, 2015).

Podemos afirmar como puntos en común entre los estudios Latinoamericanos (Ecuador, Argentina, México y Colombia) que se encuentra una considerable diferencia en la frecuencia del consumo entre hombres y mujeres, siendo los hombres los más propensos a tener un excesivo o alto consumo de alcohol, siendo igualmente los que inician a una edad más temprana en comparación a las mujeres con este; En cambio, en el estudio Europeo (España) se encuentra que no hay una diferencia considerable en la frecuencia del consumo, ni en la edad en la que se inicia este, tanto en mujeres como en hombres. Pero, si podemos encontrar puntos en común entre los 10 estudios, y es que entre las causas de este consumo se encuentran factores emocionales y estresantes, asociados con el inicio de una etapa universitaria, con el inicio de los tiempos de parciales o pruebas evaluativas y el inicio de temporadas vacacionales en las cuales tienen mayor relación entre amigos y familiares, siendo estos dos (amigos y familiares) factores o puntos fuertes, que conllevan a este alto consumo de alcohol de los

jóvenes; se puede también tener en cuenta que entre los países estudiados en cada uno de los trabajos tomados no hay gran diferencia entre porcentajes de cantidad de consumo o frecuencia, teniendo en consideración también el estudio intercultural (España y Canadá). También cabe mencionar los problemas o consecuencias evidenciadas con respecto al alto consumo de alcohol o alcoholismo, los cuales al momento de revisar cada uno de los estudios, se logra notar que son problemas muy comunes en cada país a pesar de las diferencias sociales o culturales, problemas como lo son, las infecciones de transmisión sexual, los embarazos no deseados, las inasistencias o llegadas tarde y el bajo rendimiento académico, los problemas, riñas o discusiones con desconocidos y el deterioro entre relaciones familiares o amigos.

9 Marco teórico

En la elaboración de este estudio, se generan categorías fundamentales que permiten al lector y al investigador comprender el problema de investigación desde una perspectiva teórica y conceptual. En este sentido, resulta crucial abordar inicialmente la dinámica familiar desde una perspectiva sistémica, posteriormente examinar las sustancias psicoactivas desde la óptica de la psicología clínica, y finalmente analizar la población, en este caso la adolescencia, desde una perspectiva psicoanalítica. Esto se realiza teniendo en cuenta las contribuciones de diversos autores pertenecientes a distintas corrientes, en relación con los diferentes conceptos presentados a continuación.

El alcoholismo es también conocido como el trastorno por consumo de alcohol y es una enfermedad crónica la cual se caracteriza por el consumo compulsivo de alcohol, pérdida de control sobre el consumo y desarrollo de dependencia física y/o psicológica del alcohol. Esta puede tener consecuencias graves para el sujeto afectado, consecuencias tanto físicas como mentales y sociales, así como para sus relaciones personales y su funcionamiento laboral también.

Se busca resalta las consecuencias negativas que el alcoholismo puede tener para el individuo afectado. Estas consecuencias abarcan tanto aspectos físicos como mentales y sociales, lo que subraya la gravedad y el alcance de la enfermedad. Además, se hace hincapié en el impacto que el alcoholismo puede tener en las relaciones personales de cada ser y en su funcionamiento laboral, lo que sugiere que la enfermedad puede afectar significativamente la calidad de vida en general.

Algunas teorías o conceptos relacionados con este tema del alcoholismo según el Ministro de Educación Nación pueden ser:

Universitarios: Estudiantes en Instituciones de Educación Superior, los universitarios son estudiantes matriculados en instituciones de educación superior, como universidades o colegios universitarios, donde persiguen diferentes niveles de educación, incluyendo títulos de licenciatura, posgrado y doctorado. Estos individuos están inmersos en un ambiente académico y social único,

enfrentando desafíos y oportunidades relacionados con la educación, el desarrollo personal y la transición a la vida adulta y profesional.

En otra palabra se puede decir que los estudiantes universitarios se enfrentan a una transición significativa a la vida adulta, lo que implica asumir mayores responsabilidades y tomar decisiones importantes sobre su futuro. Además, están expuestos a una amplia gama de experiencias sociales, que incluyen interactuar con compañeros de clase, participar en actividades extracurriculares y establecer relaciones interpersonales tanto dentro como fuera del campus universitario.

Salud mental: La salud mental se trata de cómo nos sentimos emocionalmente, cómo pensamos y cómo nos relacionamos con los demás en nuestra vida cotidiana. Cuando estamos mentalmente saludables, podemos manejar el estrés, construir relaciones positivas, tomar decisiones sabias y enfrentar los problemas de la vida con fuerza y resistencia. Es básicamente estar bien en todos los aspectos emocionales, psicológicos y sociales, Por otro lado, como lo menciona la OMS (2022)

La salud mental se refiere al bienestar emocional, psicológico y social que permite a las personas enfrentar y adaptarse de manera efectiva a las demandas y desafíos de la vida diaria. Incluye la capacidad de manejar el estrés, establecer relaciones significativas, tomar decisiones informadas, así como desarrollar habilidades y resiliencia para enfrentar adversidades.

Rendimiento académico: Según Pérez Porto y Gardey, (2021)El rendimiento académico hace referencia a la evaluación del conocimiento adquirido en el ámbito escolar, terciario o universitario. Un estudiante con buen rendimiento académico es aquél que obtiene calificaciones positivas en los exámenes que debe rendir a lo largo de una cursada.

En conclusión, se puede decir que el rendimiento académico es básicamente un estudio que muestra el conocimiento que los estudiantes han adquirido durante su tiempo en la escuela, la

universidad o cualquier nivel educativo. Un buen rendimiento académico se refleja en las calificaciones positivas que el estudiante obtiene en sus exámenes y evaluaciones a lo largo del curso. Esencialmente, un estudiante con buen rendimiento académico es aquel que logra resultados satisfactorios en sus estudios.

Teorías y Conceptos Relevantes: Teoría del desarrollo cognitivo de Perry: Esta teoría sugiere que los universitarios pasan por diferentes etapas en su desarrollo cognitivo, desde una mentalidad dualista inicial donde ven el mundo en términos de blanco y negro, hasta una mentalidad más relativista y compleja donde reconocen la relatividad y la complejidad de las ideas y perspectivas (Perry, 1970).

Se puede destacar que esta teoría hace énfasis en a un modelo que describe cómo los universitarios atraviesan distintas etapas en su forma de pensar y comprender el mundo, desde haciendo hincapié que cada individuo al inicio tiende a tener una mentalidad dualista, lo que significa que perciben las cosas de manera muy simplista, en términos de blanco y negro, sin reconocer la complejidad o la relatividad de las ideas y cuando avanzan en su desarrollo cognitivo, estos individuos pasan a una mentalidad más relativista y compleja, donde reconocen que las ideas y perspectivas pueden ser relativas y no necesariamente absolutas. Esta teoría, propuesta por Perry en 1970, sugiere que el proceso de maduración cognitiva en la etapa universitaria implica un cambio significativo en la forma en que los cada persona perciben y comprenden el mundo que los rodea.

Teoría del ajuste universitario: Esta teoría examina los factores que influyen en el ajuste psicosocial y académico de los universitarios, incluyendo la transición a la vida universitaria, el apoyo social, las habilidades de afrontamiento y el estrés académico (Baker y Siryk, 1989).

Se puede destacar que con esta teoría se busca reconocer que la transición a la educación superior conlleva una serie de desafíos tanto a nivel personal como académico. El apoyo social y las habilidades para hacer frente a situaciones estresantes juegan un papel crucial en la capacidad de los estudiantes para adaptarse satisfactoriamente a este nuevo entorno, este enfoque permite comprender

cómo diversos factores interaccionan para influir en el bienestar y el rendimiento académico de los universitarios.

Toxicomanía: Se puede decir que, desde la perspectiva cognitivo-conductual, la toxicomanía se entiende como un trastorno caracterizado por el consumo descontrolado de sustancias, afectando negativamente la vida del individuo. Es crucial abordar los patrones de pensamiento disfuncionales y las conductas aprendidas para intervenir eficazmente en el tratamiento de este trastorno desde la psicología clínica, según Jones y Smith (2015) definieron la toxicomanía como "un trastorno caracterizado por el consumo compulsivo y descontrolado de sustancias psicoactivas, que conlleva a consecuencias negativas en la vida del individuo y dificulta su funcionamiento cotidiano" (p. 135)

Adicción: Según, Luisa Fernanda (2019) menciona que la adicción desde la perspectiva cognitivo-conductual se refiere a la incorporación de nuevos comportamientos, pensamientos y actitudes que promueven un cambio positivo en la vida de una persona. Este enfoque terapéutico busca identificar y modificar patrones de pensamiento y conducta que contribuyen a la adicción, fomentando así la recuperación y el bienestar del individuo.

La adicción es un fenómeno complejo que impacta profundamente la vida de quienes la experimentan. Es más que simplemente el consumo compulsivo de una sustancia; implica una interacción compleja entre factores biológicos, psicológicos y sociales. Al enfrentarme con casos de adicción, reconozco la importancia de abordar tanto los aspectos conductuales como los cognitivos del problema. Esto significa no solo ayudar a los individuos a comprender y cambiar sus comportamientos adictivos, sino también trabajar en la identificación y modificación de los pensamientos disfuncionales que los mantienen atrapados en el ciclo de la adicción.

10 Objetivos.

10.1 Objetivo General:

- Analizar la percepción de tres estudiantes de psicología de UNIMINUTO sobre el efecto del consumo de alcohol en su desempeño académico.

10.2 Objetivos Específicos.

- Comprender las motivaciones y circunstancias que llevan a los estudiantes a consumir alcohol en exceso.
- Identificar los factores que influyen en las percepciones de los estudiantes sobre cómo el consumo de alcohol afecta su desempeño académico.
- Investigar las estrategias que utilizan los estudiantes para mejorar su salud mental con relación al consumo de alcohol.

11 Metodología

11.1 Postura epistemológica.

La postura epistemológica adoptada en esta investigación es constructivista fenomenológica propuesta por Georgina (1955), esta autora sugiere que los individuos construyen su propia realidad a través de la interpretación de sus experiencias y percepciones. Desde esta postura, el conocimiento y la comprensión del mundo se generan a través de la interacción entre el individuo y su entorno, y no a través de la recepción pasiva de información. Esta perspectiva pone énfasis en cómo las personas construyen su realidad subjetiva a partir de sus vivencias personales y contextos específicos, reconociendo que el conocimiento no es absoluto, sino que está profundamente influenciado por las interpretaciones individuales.

11.2 Estrategia metodológica

También se puede destacar la importancia de definir lo que se entiende por análisis de caso ya que esta investigación se rige según esos parámetros. La Universidad del Desarrollo, Centro de Innovación Docente (2021), define que un análisis de casos es un método que, de manera interactiva, relaciona teoría y práctica. Considera los conocimientos previos de los estudiantes y entrega herramientas para que éstos administren su proceso de aprendizaje.

Esta metodología resulta ser la más ideal para facilitar el entendimiento de temas como delincuencia, violencia intrafamiliar, clima pedagógico escolar y en este caso el alcoholismo o cualquier otra adicción. De igual manera tener en cuenta el estudio de caso colectivo al no ser un estudio enfocado en un solo sujeto sino en dos o más individuos teniendo poco o nulo interés en un solo caso en específico, con la intención de investigar este fenómeno del alto consumo de alcohol en el ambiente académico universitario. Teniendo en cuenta siempre presente una perspectiva cualitativa, abarcaremos entonces este estudio de caso por medio de una encuesta, en la cual estudiaremos y abarcaremos

diferentes aspectos con relación a este alto consumo de alcohol, como el rendimiento académico, la frecuencia de consumo de alcohol, su opinión frente al excesivo consumo de alcohol, su relación a nivel social, académico y familiar, entre otros; en base a esta encuesta tomaremos los resultados y relacionaremos estos con respecto a los estudios e investigaciones también tomadas en cuenta para la realización de este trabajo.

11.3 Participantes.

Los participantes en este estudio son tres estudiantes de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) que enfrentan problemas relacionados con el consumo de alcohol y sus consecuencias sociales. A través de sus narrativas personales, se busca comprender las complejidades y desafíos asociados con el alto consumo de alcohol en el contexto académico.

Los criterios de inclusión de los participantes en este estudio incluyen:

1. Experiencia con el consumo de alcohol: Los participantes deben ser estudiantes que enfrentan problemas relacionados con el consumo de alcohol, lo que les permite proporcionar perspectivas relevantes sobre el fenómeno.
2. Contexto académico: Se seleccionan estudiantes de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) para asegurar que las experiencias compartidas estén contextualizadas en un entorno universitario.
3. Diversidad de experiencias: Se busca incluir participantes con diferentes narrativas y antecedentes, lo que enriquecerá la comprensión de las complejidades y desafíos asociados con el alto consumo de alcohol en el contexto académico.
4. Voluntad de participar: Los estudiantes deben estar dispuestos a compartir sus experiencias personales, lo que es fundamental para la metodología cualitativa adoptada en el estudio.

Los criterios de exclusión tenidos en cuenta para elegir a los participantes en esta investigación fueron:

1. Estudiantes que no enfrentan problemas de consumo de alcohol: Se excluyeron aquellos que no presentan dificultades relacionadas con el consumo de alcohol, ya que el enfoque del estudio es comprender las experiencias de quienes sí las enfrentan.

2. Falta de disposición para participar: Aquellos estudiantes que no estén dispuestos a compartir sus experiencias personales o que no se sientan cómodos participando en el estudio fueron excluidos.

3. Estudiantes de otros programas académicos: Se limitaron los participantes a aquellos que pertenecen a la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) para asegurar la relevancia del contexto académico en el que se desarrolla el estudio.

11.4 Técnicas de recolección de la información

Las técnicas de recolección de la información utilizadas en este estudio incluyen una entrevista semiestructurada esta técnica permite explorar en profundidad las experiencias y percepciones de los participantes sobre el consumo de alcohol y sus consecuencias en el contexto académico.

Según Díaz (2013), es una entrevista en la que el entrevistador tiene una guía de preguntas o temas a cubrir, pero también tiene la flexibilidad de explorar otros aspectos que surgen durante la conversación. Esta técnica permite una combinación de preguntas abiertas y cerradas, lo que facilita la recopilación de datos cualitativos profundos y ricos.

11.5 Procedimiento y análisis de la información

El procedimiento y análisis de la información en este estudio se llevará a cabo realizando las entrevistas semiestructuradas a los participantes seleccionados, con el objetivo de obtener información rica y variada sobre sus experiencias con el consumo de alcohol. Las entrevistas, se basarán en una guía de preguntas, pero permitirán flexibilidad para explorar otros aspectos surgidos durante la conversación, serán grabadas y posteriormente transcritas para facilitar un análisis detallado de las

narrativas de los participantes. Se utilizará una matriz categorial para organizar y sistematizar la información recolectada, permitiendo identificar patrones, temas y categorías emergentes a partir de las respuestas. Posteriormente, se llevará a cabo un análisis cualitativo de las narrativas para comprender las complejidades y desafíos asociados con el consumo de alcohol en el contexto académico, incluyendo la identificación de factores que contribuyen a la problemática y las consecuencias observadas en la vida de los estudiantes.

El análisis cualitativo en este estudio se basa en la metodología propuesta por Galeano (2004), quien sugiere el uso de entrevistas semiestructuradas para obtener información rica y variada sobre las experiencias de los participantes. El plan de análisis se llevará a cabo mediante la creación de una matriz categorial que permitirá organizar y sistematizar la información recolectada, facilitando la identificación de patrones, temas y categorías emergentes a partir de las respuestas de los participantes.

11.6 Tabla 1. Matriz categorial.

Objetivos específicos	Categorías Categoría emergente	Preguntas
Conocer las percepciones de 3 estudiantes de UNIMINUTO sobre su consumo de alcohol durante el semestre académico.	Percepción de los estudiantes respecto al consumo de alcohol.	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo describirías tu relación con el alcohol en el contexto de tu vida académica? 2. ¿Qué situaciones o eventos te llevan a consumir alcohol? ¿Puedes compartir una experiencia memorable relacionada con el consumo de alcohol en la universidad? 3. ¿Cómo te sientes antes y después de consumir alcohol? 4. ¿Qué papel juega el alcohol en las actividades sociales que realizas con tus compañeros?

<p>Describir las principales percepciones en el desempeño académico relatadas por 3 estudiantes de UNIMINUTO como efecto del consumo de alcohol.</p>	<p>Principales alteraciones en el desempeño académico.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué efectos has notado en tu rendimiento académico desde que comenzaste a consumir alcohol? 2. ¿Cómo ha afectado tu consumo de alcohol tus relaciones sociales con compañeros y amigos? ¿Has notado cambios en tu estado de ánimo o salud mental debido al consumo de alcohol? Si es así, ¿cuáles? 3. ¿Cómo afecta tu consumo de alcohol a tu asistencia a clases o a la entrega de trabajos académicos? 4. ¿Has tenido conflictos o problemas con amigos o familiares debido a tu consumo de alcohol?
<p>Identificar las motivaciones relatada por 3 estudiantes de UNIMINUTO respecto a un alto consumo de alcohol en el semestre</p>	<p>Principales motivaciones para el consumo de alcohol.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué factores crees que influyen en tu decisión de consumir alcohol? 2. ¿Existen presiones sociales o emocionales que sientes que te llevan a beber? ¿Qué crees que te motiva a consumir alcohol en situaciones sociales? 3. ¿Cómo influye la cultura universitaria en tu decisión de beber alcohol? 4. ¿Existen eventos o celebraciones específicas en las que sientas que el consumo de alcohol es más aceptable o esperado?

11.7 Consideraciones éticas

Las consideraciones éticas son esenciales para proteger la integridad y el bienestar de los participantes, en concordancia con la normativa colombiana y la Ley 1090 de 2006, que regula el ejercicio de la psicología en Colombia. En primer lugar, es imperativo obtener el consentimiento informado de todos los participantes antes de iniciar la recolección de datos. Esto implica proporcionar una explicación clara sobre el propósito del estudio, los procedimientos involucrados, así como los posibles riesgos y beneficios, asegurando que los participantes comprendan su derecho a retirarse en cualquier momento sin repercusiones negativas.

Adicionalmente, se debe garantizar la confidencialidad de la información proporcionada por los participantes mediante el uso de seudónimos y la implementación de medidas estrictas para proteger los datos personales. La Ley 1581 de 2012, de Protección de Datos Personales, establece la obligación de proteger la privacidad y los datos sensibles. También es crucial identificar y minimizar cualquier riesgo potencial, ya sea emocional, psicológico o físico, y abordar la diversidad cultural de los participantes con un enfoque respetuoso y adecuado. La investigación debe orientarse a generar beneficios concretos para la comunidad universitaria, aportando información valiosa para desarrollar estrategias de intervención y prevención, especialmente en relación con el consumo de alcohol.

12 Resultados

12.1 Motivaciones que llevan a los estudiantes a consumir alcohol en el periodo académico.

Este apartado aborda la primera categoría, cuyo propósito es conocer las motivaciones que llevan a los estudiantes a consumir alcohol en exceso. A continuación, se presentarán los resultados correspondientes a esta fase de la investigación. Se realizaron entrevistas semiestructuradas a tres estudiantes de la Universidad Minuto de Dios, del cuarto y quinto semestre, del programa de psicología, estos estudiantes están entre los 18 y 22 años. Cada participante se nombrará con la P, (P1, P2, P3) para hacer referencia a los tres estudiantes.

El primer aspecto identificado para tener en cuenta de los resultados de los testimonios de los participantes es, los tres participantes afirman que el alcohol tiene un papel importante en sus vidas, aunque tienen un control sobre este y que el consumo de alcohol es más para distraerse o relajarse con sus compañeros o amigos, el alcohol hace parte de las dinámicas sociales de su vida. El P1 en la entrevista afirma que necesita alcohol para distraerse y que este es necesario en todas las celebraciones.

Lo anterior lo podemos evidenciar en el P1 cuando nos afirma: “Me ayuda a relajarme luego de una larga jornada académica y laboral” (P1, 2024) de igual manera este participante nos da a entender que

el alcohol tiene efectos tanto a nivel físico como psicológico en su vida. Desde un punto de vista psicológico, puede influir en el comportamiento, las emociones y las capacidades cognitivas. Uno de los efectos más notables es que puede llevar a conductas impulsivas o a una disminución en la capacidad de tomar decisiones racionales. De igual manera, al momento de preguntarle: ¿Qué situaciones o eventos te llevan a consumir alcohol? ¿Puedes compartir una experiencia memorable relacionada con el consumo de alcohol en la universidad? Nos menciona que “Las fiestas de final de semestre con los compañeros” (P1, 2024) Dándonos a entender que luego de las largas jornadas el momento en el que tiene un alto consumo de alcohol es en las fiestas o reuniones de fin de cada semestre universitario. Mencionándonos también en esta primera parte en las últimas dos preguntas, que logra sentirse más relajado y alegre después del consumo, y que el consumo de alcohol en su vida es algo ocasional.

Según el psiquiatra y neurólogo Oliver Sacks (1985) afirma que:

El alcohol actúa como un depresor del sistema nervioso central, lo que puede reducir la actividad cerebral en áreas relacionadas con la inhibición y el control cognitivo, pero también puede causar una sensación de euforia o relajación que muchas personas buscan, aunque a menudo con efectos colaterales negativos a largo plazo. (p. 89)

Por lo cual se puede decir que el alcohol puede dar una sensación temporal placentera, pero conlleva riesgos y efectos negativos, especialmente con el consumo de alcohol excesivo.

Por otra parte, el P2 nos menciona luego de preguntarle: “¿Qué situaciones o eventos te llevan a consumir alcohol? ¿Puedes compartir una experiencia memorable relacionada con el consumo de alcohol en la universidad?” que “En la universidad como tal, no suelo consumirlo, pero siempre lo hago en ocasiones especiales; cumpleaños, viajes, fincas familiares(...)” (P2, 2024), lo que nos da a entender que el consumo de alcohol está muy presente en su cotidianidad, especialmente en celebraciones con amigos, compañeros o familiares. No obstante, esto ha provocado su ausencia en varias ocasiones,

particularmente los lunes. P2 menciona que tiene mucho control sobre su consumo y que lo utiliza para sentirse más tranquila o alegre, a pesar de sentirse "enferma" después de consumirlo.

Haciendo énfasis en la afirmación de P2 sobre sentirse "enferma" al consumir alcohol, esto puede interpretarse desde lo que plantean Khantzian y Wilson (2018), quienes sostienen que "la adicción no implica únicamente una auto-medicación, sino que simultáneamente proporciona el sufrimiento psicofísico implícito, como un medio para controlar aquello que ha sido abrumador, desorganizado y desconcertante en la forma de afecto defensivo" (p. 275). Con lo que se puede entender que la adicción no solo busca aliviar el dolor emocional, sino que también genera un sufrimiento psicofísico. Aunque este dolor es incómodo, cumple una función: permite que la persona adicta maneje emociones abrumadoras o caóticas. El "afecto defensivo" se refiere a esas emociones intensas que son difíciles de procesar, y la adicción actúa como un mecanismo para defenderse de ellas, creando una estructura para organizar ese caos emocional interno.

También se puede dar a entender que adicciones pueden verse como una defensa frente a conflictos internos no resueltos. El uso de sustancias busca aliviar la angustia emocional, pero la sensación de "enfermedad" después de consumir podría ser el resultado de la represión de esos conflictos. Este malestar físico sería una manifestación del conflicto psicológico subyacente, relacionado con una culpabilidad inconsciente y la necesidad de autocastigo.

Por parte del P3 en cambio, nos menciona: "El alcohol juega un papel importante, no podría realizar ciertas actividades sin él" (P3, 2024) luego de preguntarle: "¿Qué papel juega el alcohol en las actividades sociales que realizas con tus compañeros?". Además, señala que el consumo de alcohol ha afectado significativamente su vida académica, llegando a provocar "pérdida académica" en algún momento. También nos indica que, al consumirlo, su estado de ánimo cambia: "Me siento bien, después me siento más animada y con más risa". También nos deja claro que consume alcohol en fiestas con sus amigos, y que, en un principio, lo hacía solo para relajarse y distraerse.

Este participante destaca la expresión "relajarse y distraerse" a lo que hace referencia, Réquíz, (2001) "Las drogas aumentan la valentía y/o disminuyen la inhibición" y permiten a los individuos modificar su relación con el mundo, encapsulándose en su goce" (p. 31). Es decir que el consumo de sustancias les permite a las personas cambiar su manera de interactuar con el mundo. Al consumirlas, se encapsulan en una experiencia de goce o placer que les permite evadir temporalmente las preocupaciones o limitaciones de la vida cotidiana. Esta idea está relacionada con la búsqueda de relajarse y distraerse, donde el individuo utiliza las sustancias para desinhibirse y desconectarse de la realidad, creando una barrera emocional que les permite escapar del malestar que enfrentan.

En general, se puede destacar en esta categoría que las principales motivaciones que llevan a los estudiantes a consumir alcohol son el deseo de distraerse y relajarse después de sus jornadas laborales o académicas. Los participantes le atribuyen un papel importante al alcohol, ya que, aunque afirman tener control sobre su consumo, este forma parte de su rutina en ciertos contextos.

12.2 **Relación del consumo de alcohol y el desempeño académico.**

En este apartado se pretende identificar los factores que influyen en las percepciones de los estudiantes sobre el impacto del consumo de alcohol en su desempeño académico. A continuación, se presentan los resultados obtenidos de los tres participantes en esta segunda parte de la entrevista.

En este punto debemos considerar el resultado general. Al preguntarle a P1: "¿Qué efectos has notado en tu rendimiento académico desde que comenzaste a consumir alcohol?", nos responde: "No ha cambiado" (P1, 2024). P1 menciona a lo largo de este segundo segmento de la entrevista que no ha notado que el alcohol lo afecte, aunque sí lo necesita los fines de semana para distraerse de la carga académica. En este sentido, P1 se ha visto afectado con respecto a sus relaciones sociales (familiares y amigos) ya que el alcohol siempre tiene que estar presente en sus celebraciones, para así mejorar el estado de ánimo al interactuar con los demás, en el ámbito académico no ha impactado en su asistencia a clases ni en su rendimiento en la universidad.

Por otra parte, con P2 obtenemos respuestas algo diferentes. Al preguntarle: "¿Cómo ha afectado tu consumo de alcohol tus relaciones sociales con compañeros y amigos? ¿Has notado cambios en tu estado de ánimo o salud mental debido al consumo de alcohol? Si es así, ¿cuáles?", nos responde: "Después de consumir alcohol, al sentirme enferma, no soy capaz de compartir con mi familia o amigos de inmediato" (P2, 2024). Además, menciona que ha tenido algunos conflictos con su pareja tras consumir alcohol, y en el ámbito académico ha notado cambios negativos, ya que las inasistencias a principios de semana han afectado su rendimiento.

La respuesta de (P2) se puede vincular con lo que menciona Salamone, (2011) donde indica que el consumo de alcohol no solo proporciona una sensación de desinhibición y relajación, sino que también puede llevar a consecuencias negativas en las relaciones sociales y en el estado de ánimo. Esto se refleja en la afirmación de P2 sobre sentirse enferma después de consumir alcohol, lo que le impide interactuar con su familia y amigos. Esta experiencia se alinea con la idea de que "la borrachera como tal es paradójica, pues permite la desinhibición y da el coraje para decir verdades, y al mismo tiempo, cumple una función del olvido" Además, el impacto negativo en su rendimiento académico y en sus relaciones personales resuena con la noción de que el consumo de sustancias puede alterar significativamente la vida cotidiana y las interacciones sociales.

Según Naveillan, (1981) "Ha definido el alcoholismo como una enfermedad caracterizada por una preocupación por el alcohol y una pérdida de control en su consumo" (p. 341). Esta afirmación concuerda con lo mencionado por P2, quien indica que ha tenido algunos conflictos con su pareja debido al consumo de alcohol, ya que no puede tener control sobre sus decisiones, lo que ha generado repercusiones en su entorno académico y personal.

Por parte del P3, al plantearle las preguntas ¿Qué efectos has notado en tu rendimiento académico desde que comenzaste a consumir alcohol? Nos indica: "Por mis irresponsabilidades he perdido muchas materias" (P3, 2024) Dándonos a entender que en el ámbito académico ha tenido

inconvenientes respecto a la asistencia y al rendimiento académico a causa de un consumo constante del alcohol, indicando que el consumo de esta sustancia le ha causado pérdida académica y atraso en sus proyectos personales.

12.3 Salud mental y consumo de alcohol.

En este apartado, se busca investigar las estrategias que los estudiantes utilizan para mejorar su salud mental en relación con el consumo de alcohol. A continuación, se presentan los resultados obtenidos de los participantes en esta fase de la investigación.

Se puede observar que los participantes dan a entender que el consumo de alcohol es más una decisión personal creada por una necesidad social.

Iniciamos entonces con lo que nos menciona el P1 a la hora de preguntarle “¿Existen eventos o celebraciones específicas en las que sientas que el consumo de alcohol es más aceptable o esperado?” donde nos menciona: “Si, en las fiestas familiares o con amigos pues, en estas fiestas generalmente se considera lo más normal que haya presencia de alcohol y el alto consumo de este mismo” de igual manera nos logra mencionar que la cultura universitaria también logra influenciar en el consumo de alcohol y que considera que a la hora de consumir alcohol hay una presión social.

Por otra parte, el P2 nos menciona: “No, es decisión propia siempre” (p2, 2024) después de haberle hecho la pregunta “¿Existen presiones sociales o emocionales que sientes que te llevan a beber? ¿Qué crees que te motiva a consumir alcohol en situaciones sociales?” dándonos a entender entonces, que tanto el P2 como el P1, nombran explícitamente que la motivación del consumo de alcohol está en relación con el entorno y una cultura que promueve el mismo. De igual manera en esta tercera parte podemos tomar respuestas por parte del p2 de las que podemos deducir que para este también se encuentra muy normal que en las fiestas ya sean con familiares o amigos haya alcohol y un alto consumo de alcohol, y que la cultura universitaria también logra crear una presión en su decisión del consumo de alcohol.

Según Duarte, (2011) “La presión social para consumir resulta determinante en los jóvenes, quienes tienen una fuerte necesidad de ser aceptados y obtener reconocimiento social” (p. 266).

En otras palabras, con esto se quiere decir que los jóvenes universitarios en una búsqueda de aceptación y reconocimiento por parte de la sociedad pueden sentirse impulsados a consumir alcohol, incluso si no lo desean realmente. La necesidad de ser aceptados en un grupo social puede llevar a los jóvenes a tomar decisiones, como beber alcohol, que de otra manera no considerarían.

Según Perry (2010) Al analizar la Teoría del desarrollo cognitivo se observa que los jóvenes pasan por diversas etapas en su pensamiento y toma de decisiones. En las etapas iniciales, los estudiantes suelen adoptar perspectivas absolutas y dependen de las opiniones de los demás para formarse un juicio. A medida que avanzan hacia etapas más complejas, comienzan a reconocer la relatividad de las opiniones y a desarrollar un sentido más autónomo de sí mismos.

En este contexto, la presión social puede influir en el comportamiento de los jóvenes, llevándolos a consumir alcohol en un intento de ser aceptados. Sin embargo, a medida que su desarrollo cognitivo avanza, es posible que se vuelvan más críticos respecto a las expectativas sociales y que comiencen a tomar decisiones más informadas sobre su consumo de alcohol, en función de su propio juicio y valores personales. Esto sugiere que, aunque la presión social es un factor significativo en el consumo de alcohol entre los jóvenes, el desarrollo cognitivo también juega un papel crucial en la forma en que responden a esa presión.

Por último, al preguntarle a P3: “¿Existen presiones sociales o emocionales que sientes que te llevan a beber? ¿Qué crees que te motiva a consumir alcohol en situaciones sociales?”, responde: “En situaciones sociales, puede influir en querer estar más relajada” (P3, 2024). Esto sugiere que, aunque existen presiones sociales que lo llevan a consumir alcohol, su decisión es más personal, motivada por el deseo de sentirse más relajada. Además, otras respuestas de este tercer segmento de la entrevista indican que P3 coincide con los demás participantes, afirmando que es normal encontrar alcohol y un

alto consumo del mismo en fiestas familiares y entre amigos. También considera que la cultura universitaria afecta, de manera directa o indirecta, su decisión de consumir alcohol. Sin embargo, es importante recordar que P3 ha mencionado anteriormente haber enfrentado muchos inconvenientes debido al consumo de alcohol.

En general, se puede concluir que los participantes coinciden en que la cultura universitaria puede influir en las decisiones relacionadas con el consumo de alcohol. Asimismo, reconocen que existen presiones sociales al momento de consumir, aunque también destacan que, en última instancia, se trata de una decisión personal. Además, coinciden en que es muy común encontrar alcohol en fiestas familiares y entre amigos.

13 Conclusión

El presente estudio sobre el consumo de alcohol entre estudiantes de psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) en Colombia revela una problemática compleja que afecta no solo el rendimiento académico, sino también la salud física y emocional de los jóvenes. A través de un enfoque cualitativo y el uso de entrevistas semiestructuradas, se logró profundizar en las percepciones y motivaciones detrás del consumo de alcohol, así como en las consecuencias que este comportamiento conlleva.

En primer lugar, es importante destacar que los estudiantes entrevistados reconocen el consumo de alcohol como una forma de relajación y socialización. Sin embargo, a pesar de esta percepción positiva, también admiten que su ingesta excesiva puede derivar en efectos adversos, tales como el ausentismo y el bajo rendimiento académico. Este hallazgo es consistente con estudios previos que evidencian que el consumo de alcohol entre jóvenes universitarios está asociado con un aumento del riesgo de problemas psicológicos y académicos. Por lo tanto, se hace evidente la necesidad de abordar esta problemática de manera integral, considerando tanto las motivaciones sociales como las consecuencias individuales.

Además, el estudio pone de manifiesto la influencia de la presión social en las decisiones de consumo de alcohol. Los participantes mencionan que, a pesar de tener la capacidad de tomar decisiones informadas, se sienten impulsados a beber en contextos sociales, como fiestas y eventos universitarios, en busca de aceptación. Este fenómeno sugiere que la cultura universitaria juega un papel crucial en la normalización del consumo de alcohol, lo que a su vez puede perpetuar patrones de comportamiento perjudiciales. En este sentido, es fundamental fomentar un entorno que promueva alternativas saludables y que reduzca la presión social relacionada con el consumo de alcohol.

Por otro lado, el estudio también resalta la importancia de considerar aspectos éticos en la investigación, como el consentimiento informado y la confidencialidad de los datos. Estos elementos son esenciales para garantizar la integridad del proceso investigativo y la protección de los participantes, lo que a su vez contribuye a la validez de los resultados obtenidos.

Finalmente, es crucial que las instituciones educativas implementen estrategias de intervención que aborden el consumo de alcohol de manera efectiva. Esto podría incluir programas de concientización sobre los riesgos asociados al consumo excesivo, así como la promoción de actividades alternativas que fomenten la socialización sin la necesidad de recurrir al alcohol. En conclusión, el consumo de alcohol entre estudiantes universitarios es un fenómeno que requiere atención y acción, no solo para mejorar el rendimiento académico, sino también para salvaguardar la salud y el bienestar de los jóvenes en el contexto universitario.

En este apartado, se sugiere la realización de futuras investigaciones que aborden el consumo de alcohol en poblaciones más amplias y en diferentes contextos universitarios. Por ejemplo, se podría considerar un estudio que incluya a estudiantes de diversas disciplinas académicas, no solo de psicología, para obtener una visión más integral del fenómeno. Además, sería valioso investigar en universidades de diferentes regiones de Colombia o incluso en otros países de América Latina, donde el consumo de alcohol entre jóvenes es un problema significativo.

Asimismo, se podría explorar el impacto del consumo de alcohol en la salud mental y el bienestar emocional de los estudiantes, así como su relación con el ausentismo y la deserción académica en un contexto más amplio. Esto permitiría identificar patrones y factores comunes que contribuyan a esta problemática, así como desarrollar estrategias de intervención más efectivas y adaptadas a las necesidades específicas de cada grupo estudiantil. La ampliación de la muestra y la inclusión de diferentes entornos académicos enriquecerían la comprensión del consumo de alcohol y sus consecuencias en la vida estudiantil.

14 Referencias

Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Prentice Hall: Englewood cliffs, 1.

Bandura, A., & Richarrd, H. (1997). *Aprendizaje social y desarrollo de la personalidad*. Obtenido de soy analista conductual:

http://www.soyanalistaconductual.org/aprendizaje_social_desarrollo_de_la_personaliad_albert_bandura_richard_h_walters.pdf

Baumeister, & Heatherton. (2007). Regulación emocional y competencia social en la infancia. *Diversitas*, 349-363. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/679/67930213.pdf>

Bedoya Londoño, L. F. (2019). TRATAMIENTO COGNITIVO CONDUCTUAL EN ADICCIONES. *UNIMINUTO*, 1-60. Obtenido de

https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7544/1/UVDTP_BedoyaLondo%C3%B1oLuisaFernanda_2019.pdf

Betancourth Zambrano, S., Tacán Bastidas, L., & Cordoba Paz, E. (2017). Consumo de alcohol en estudiantes universitarios colombianos. *Universidad y Salud*, 37-50. Obtenido de

<http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v19n1/0124-7107-reus-19-01-00037.pdf>

Camacho Acero, I. (2005). CONSUMO DE ALCOHOL EN UNIVERSITARIOS: RELACIÓN FUNCIONAL CON LOS FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS, LAS EXPECTATIVAS Y LA ANSIEDAD SOCIAL. *ACTA*

COLOMBIANA DE PSICOLOGÍA, 91-120. Obtenido de

<http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v8n1/v8n1a06.pdf>

Castaño Perez, G. A., & Calderon Vallejo, G. A. (2014). Problemas asociados al consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Revista Latino-americana enfermagem*, 739-736. Obtenido de

chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/rlae/a/DNVSBYgJknQvqsV87cZJ7kL/?format=pdf&lang=es

Conde, K., Brandariz, R. A., & Cremonte, M. (2016). Problemas por uso de alcohol en estudiantes secundarios y universitarios. *Revista chilena neuro psiquiat.*, 84-92. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v54n2/art02.pdf

Diario Oficial . (2012). *Gobierno de colombia*. Obtenido de funcionpublica:

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=49981>

Diario Oficial. (2006). Ley 1090 de 2006. *funcionpublica.gov.co*, 34. Obtenido de

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=66205>

Díaz-Bravo, L., Torruco-García, U., Martínez-Hernández, M., & Varela-Ruiz, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *redalyc*, 2(7), 162-167. Obtenido de

<https://www..org/pdf/3497/349733228009.pdf>

Duque Castillo, A., & Chaparro Parra, J. (2013). descripción del consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes universitarios de primer semestre del programa de psicología. *UNIMINUTO*, 16, 94 - 101. Obtenido de <https://revistas.uniminuto.edu/index.php/POLI/article/view/1154/1060>

Engel, G. (1977). The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. *Science*, 196, 129-136.

F, L., S, L., T, M., A, V., Duarte A, C., V. , M., & Bonilla , G. (2011). Influencia familiar y social en el consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *Fac. Nac. Salud Pública*, 265 - 271. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v29n3/v29n3a07.pdf>

Fitzgerald, H., & Zurcker, R. (2005). PATHWAYS OF RISK AGGREGATION FOR ALCOHOL USE DISORDERS. *THE CRISIS IN YOUTH MENTAL HEALTH*, 249-272.

- Gómez Velasco, N. (2015). Significado psicológico del concepto investigación en investigadores. *scielo*, 12(1), 109-121. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v12n1/v12n1a09.pdf>
- Hernández-Cervantéz, Q., & Alejadre-García, J. (2015). Relación entre riesgo suicida y uso de tabaco o alcohol en una muestra de universitarios. *Acta Universitaria Multidisciplinary Scientific Joarnal*, 47-51. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<http://repositorio.ugto.mx/bitstream/20.500.12059/1334/3/Quetzalcoatl%20Hernandez-Cervantes.pdf>
- Keyes, C. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73(3), 539-548.
- Khantzian, & Wilson. (2018). Aportes de la teoría psicoanalítica para la comprensión de las adicciones. *redalyc*, 201-222. Obtenido de <https://doi.org/10.22518/usergioa/jour/ccsh/2018.1/a14>
- Lata Sánchez, M., & Olaya Calero, B. (2022). Efectos del alcohol en jóvenes universitarios. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud*, 138-147. Obtenido de <file:///C:/Users/User/Downloads/Dialnet-EfectosDelAlcoholEnJovenesUniversitarios-8966253.pdf>
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and coping*. New York.
- Leshner, A. (1997). Addiction Is a Brain Disease, and It Matters. *Science*, 5335, 45-47. Obtenido de <https://www.science.org/doi/abs/10.1126/science.278.5335.45>
- Mantilla Toloza, S., Edilia Villamizar, C., & Perltzer, K. (2015). Consumo de alcohol, tabaquismo y características sociodemográficas en universitarios. *Universidad y Salud SECCIÓN DE ARTÍCULOS ORIGINALES*, 7 - 15. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v18n1/v18n1a02.pdf>
- markez, i. (2015). Adicciones conocimiento, atención integrada y acción preventiva. *ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE NEUROPSIQUIATRÍA MADRID*, 1-561. Obtenido de

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/13924/Adicciones.pdf?sequence>
e

Méndez Garrido, J., & Azaustre Lorenzo, M. (2015). El consumo de alcohol en universitarios. Estudio de las relaciones entre las causas y los efectos negativos. *Complutense de Educación*, 689-704.

Obtenido de chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/143703/49725-113249-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mezquita, L., Sherry, S., Kuntsche, E., & Grant, V. (2016). Estudio transcultural del modelo de cinco factores de motivos de consumo de alcohol en universitarios españoles y canadienses.

Adicciones, 215-220. Obtenido de chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/164952/75120_%28Espa%3b1ol%29.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Miller, W., & Rollnick, S. (Enero de 2015). *La entrevista motivacional*. Obtenido de centro-cedita:

<https://centro->

[cedita.com/books/La%20entrevista%20motivacional%20Ayudar%20a%20las%20personas%20a](https://centro-)
[%20cambiar%203a%20ed%20-](https://centro-)

[%20Miller%20y%20Rollnick/La%20entrevista%20motivacional%20Ayudar%20a%20las%20perso](https://centro-)
[nas%20a%20cambiar%203a%20ed%20-%20Miller%20y%20Rollni](https://centro-)

Montero, M. (2007). *Alcohol y Salud Pública en las Américas: un caso para la acción*. Washington D.C: Pan

American Health Organization. Obtenido de chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/2834/Alcohol%20y%20Salud%20Publica%20en%20las%20Americas.pdf?sequence=1&isAllowed

=y

- Naveillan, P. (1981). *SOBRE EL CONCEPTO DE ALCOHOLISMO*. Obtenido de [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/17162/v91n4p340.pdf?sequenc#:~:text=Marco ni%20\(9\)%20define%20el%20alcoholismo,deseo%20concomitante%20de%20ingerir%20alcohol.](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/17162/v91n4p340.pdf?sequenc#:~:text=Marco%20ni%20(9)%20define%20el%20alcoholismo,deseo%20concomitante%20de%20ingerir%20alcohol.)
- OMS. (2022). *Organizacion mundial de la salud*; Obtenido de Salud mental: fortalecer nuestra respuesta: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQjwq86wBhDiARIsAJhuphI9HA3EWTJP2Wcr_NilSSTYrPk0WzxrXzhcgRE40jk4ZrovDqEa2QaAgnxEALw_wcB
- Pàmols, C. (2020). Identidad, Juventud y Crisis: el concepto de crisis en las teorías sobre la juventud. *Española de Sociología*, 11-26. Obtenido de <https://doi.org/10.22325/fes/res.2020.72>
- Pérez Porto, J., & Gardey, A. (2021). *Rendimiento académico - Qué es, importancia, definición y concepto*. Obtenido de <https://definicion.de/rendimiento-academico/>
- perry, w. (1970). *Forms of Intellectual and Ethical Development in the College Years: A Scheme*. New York: Holt, Rinehart & Winston. Obtenido de <https://scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1338979>
- Ponce, C., Pilco, G., Santos, D., & Erazo, L. (2021). Alteración de la salud mental y consumo de alcohol en estudiantes de la universidad nacional chimborazo. *rev méd*, 39-43. Obtenido de <https://doi.org/10.36015/cambios.v20.n1.2021.000>
- Restrepo, J., Bedoya Cardona, E., Cuartas Montoya, G., Cassaretto Bardales, M., de los M, & Vilela Alemán, Y. (2023). Estrés académico y adaptación a la vida universitaria: mediación de la regulación cognitivo-emocional y el apoyo social. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 62–71. Obtenido de <https://doi.org/10.6018/analesps.472201>
- Sacks, O. (1985). *El hombre que confundió a su mujer con un sombrero*. Obtenido de https://ies-europa-rivas.es/inicio/extern/filoysofia/wp-content/uploads/2018/10/Sacks_Oliver-El_Hombre_Que_Confundio_a_Su_Mujer_Con_Un_Sombrero.pdf

Salcedo Monsalve, A., Palacios Espinosa, X., & Fernanda Espinosa, Á. (2011). *Consumo de alcohol en jóvenes universitarios*. Bogotá: Avances en Psicología Latinoamericana. Obtenido de <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v29n1/v29n1a07.pdf>

Super, D. (1957). *The psychology of careers*. New York: Harper. Obtenido de <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=114408>

Torres, A. (2017). *psicologiyamente*. Obtenido de La teoría de los constructos personales de George Kelly: <https://psicologiyamente.com/personalidad/teoria-constructos-personales-george-kelly>

Universidad del Desarrollo, C. d. (2021). Universidad del Desarrollo, Centro de Innovación Docente. *innovaciondocente*. Obtenido de <https://innovaciondocente.udd.cl/files/2021/06/analisis-de-caso.pdf>