

IMPORTANCIA Y REPERCUSIÓN DE LAS SUSTANCIAS NOCIVAS COMO TABACO Y ALCOHOL SOBRE PARÁMETROS FÍSICO-DEPORTIVOS EN ADOLESCENTES

Félix Zurita, Manuel Castro y Antonio José Pérez

Universidad de Granada.

Correspondencia: felixzo@ugr.es

INTRODUCCIÓN

El alcohol y tabaco se conforman como dos de las sustancias más perjudiciales para el organismo siendo de las más consumidas en nuestra población, considerándose entre los principales problemas de salud en España. En 2011, según los datos obtenidos por el Plan Nacional sobre Drogas, un 76,6% de la población en España ha consumido alcohol en alguna ocasión y un 40,2% ha fumado. Dichas cifras se tornan aún más preocupantes al saber que el consumo se inicia en la etapa adolescente (15-17 años), existiendo un 62,2% que ha bebido alcohol en alguna ocasión a lo largo de su vida y un 26,6% tabaco. Debido a las repercusiones negativas que ello acarrea, los científicos sociales y de la salud se centran en el análisis de esta situación (Villarreal-González, Sánchez-Sosa, Musitu y Varela, 2012). La etapa adolescente es crítica en la aparición del hábito social de la toma o ingesta de alcohol (Giró, 2007). En esta línea, se debe ejercer una labor coherente y orientada hacia la consecución de hábitos adecuados para la salud, donde el consumo de sustancias nocivas y drogas sea mínimo. Una buena alternativa para lograr tal fin, es encaminarlos hacia la práctica de actividad física desde edades tempranas, lo cual repercute positivamente en el estado de salud del individuo así como su inclusión en núcleos de vida saludable (Krekoukia, Nassis, Psarra, Skenderi, Chrousos y Sidosis, 2007). Por este motivo, el objetivo del presente estudio es determinar los niveles de práctica de actividad física en adolescentes, el consumo de tabaco y alcohol como fenómeno social, así como establecer qué tipo de actividad y nivel federativo es más usual; y un segundo objetivo para apreciar cómo influye en la práctica de actividad física regular sobre el consumo de sustancias. Este estudio nos reporta datos novedosos sobre el perfil de adolescentes practicantes habituales de actividad física y sobre cómo intervienen en él factores sociales, deportivos y académicos.

MÉTODO

Participantes

En este trabajo de carácter observacional, descriptivo y de tipo transversal participaron un total de 2.134 adolescentes españoles, de ambos sexos (49,8% de hombres y 50,2% de mujeres), de 15 a 18 años ($M=15,93$ años; $DT= 0,853$),

Instrumentos de medida

Se emplearon los siguientes instrumentos de valoración:

- Escala de Consumo de Tabaco, se recoge del cuestionario original "Fagerström Test for Nicotine Dependence (FTND)" y traducido al castellano por Villareal- González (2009),
- Escala del Consumo de Alcohol, procede del cuestionario original "Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT)" y adaptado al español por Rubio (1998).
- Hoja de autoregistro, donde se recogió la Práctica de Actividad Física, así como la Modalidad y tipo de Actividad Física, y si estaba Federado.

Procedimiento

Desde la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada (Área de Didáctica de la Expresión Corporal), y en contacto con la Delegación de Educación de la Junta de Andalucía, se solicitó la colaboración de los Centros Educativos de la Provincia de Granada seleccionados, a partir de un muestreo de conveniencia de las categorías objeto de estudio. El estudio cumplió con las normas éticas y se contó en todos los casos con el consentimiento informado de los participantes y se respetó el resguardo a la confidencialidad.

Análisis de los Datos

Se utilizó el programa estadístico software SPSS 20.0., empleando medias y frecuencias para los análisis descriptivos y tablas de contingencia y ANOVA para establecer las relaciones pertinentes.

RESULTADOS

En primer lugar observamos que de los 2.134 adolescentes el 90,9% ($n=1.939$) eran no fumadores, respecto al consumo de alcohol, la cantidad y frecuencia era escasa o no consumían en un 70,3% de los jóvenes, que el consumo medio era perceptible en un 23,1% y los que abusaban del mismo solo se reflejaba en un 6,6% de los casos; en cuanto a la dependencia el 79,4% no tenían ningún tipo de asociación con las bebidas alcohólicas y en la misma línea el 65,3% señaló no provocar ningún daño tras la ingesta de la misma mientras

que el restante 34,7% declaró mostrar actitudes dañinas tras la ingesta de estos productos.

En cuanto a la práctica regular de Actividad Física el 67,1% indicaban hacerla de forma habitual, de estos la mayoría se inclinaban por desarrollar deportes colectivos y actividades físicas variadas (otros), asimismo un 21,9% de los adolescentes se encontraban federados en sus especialidad deportiva y la mitad de los jóvenes señalaban que al menos alguno de sus padres realizaba actividad física de manera habitual durante la semana. En cuanto al consumo o ingesta de tabaco y alcohol y la práctica regular de actividad física como primer predictor los resultados reportaron diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la variable "Tabaco" ($p= .035$), propiciada porque los sujetos que no practican actividad física son más fumadores que los practicantes, al compararlos con el "Consumo de Alcohol" en las tres categorías no se reportaron diferencias ($p \geq .050$).

DISCUSIÓN

Los datos reportados nos indicaron que la mayoría de adolescentes analizados no consumían tabaco y muy pocos de ellos ingerían alcohol de forma habitual; en esta línea hemos hallado estudios previos como los de Landero y Villarreal-González (2007); López-García, Esparza, Guzmán, Alonso y Rodríguez (2009); Salamó, Gras y Font (2010), donde los porcentajes de ingesta de alcohol en diversos contextos geográficos son semejantes. Sin embargo se constata que tres de cada diez estudiantes si lo consumían de forma esporádica (fines de semana) o habitual.

La principal explicación de los bajos porcentajes de consumo de ambas sustancias, es que la muestra estudiada es relativamente joven para presentar valores de consumo habituales altos, siendo la edad de 16 en adelante la que presenta porcentajes mayores en este campo.

Con respecto a la práctica regular de Actividad Física tres cuartas partes de los adolescentes granadinos la realizaban de forma sistemática, resultados similares encontraron Martínez-Gómez, Welk, Calle, Marcos, y Veiga (2009) en Madrid o Beltrán-Carrillo, Devís-Devís y Peiró-Velert (2012) en la Comunidad Valenciana que señalan dos extremos, (actividad del 52,2% e inactividad del 47,8%).

La mayor parte de los sujetos son no fumadores y no suelen consumir bebidas alcohólicas de forma generalizada. Igualmente indicar que siete de cada diez adolescentes señalan la realización de Actividad Física de forma habitual y por ultimo indicar que los sujetos que no practican actividad física son más fumadores que los practicantes, no encontrándose relación entre el consumo de alcohol y la práctica regular de Actividad Física.

REFERENCIAS

- Beltrán-Carrillo, V.J., Devís-Devís, J., y Peiró-Velert, C. (2012). Actividad física en adolescentes de la comunidad valenciana. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 12(45), 123-137.
- Giró, J. (2007). *Adolescentes, ocio y consumo de alcohol*. Madrid: Entinema.
- Krekoukia, M., Nassis, G. P., Psarra, G., Skenderi, K., Chrousos, G. P., y Sidosis, L. S. (2007). Elevated total and central adiposity and low physical activity are associated with insulin resistance in children. *Metabolism*, 56, 206-213.
- Landero, R., y Villarreal-González, M.E. (2007). Consumo de alcohol en estudiantes en relación con el consumo familiar y de los amigos. *Psicología y Salud*, 17(1), 17-23.
- López-García, K.S., Esparza, S.E., Guzmán, F.R., Alonso, M.M., y Rodríguez, L. (2009). Expectativas del consumo de alcohol y tabaco en adolescentes escolares. *Revista Científica Electrónica de Psicología*, 7, 112-126.
- Martínez-Gómez, D., Welk, G. J., Calle, M. E., Marcos, A., y Veiga, O. L. (2009). Preliminary evidence of physical activity levels measured by accelerometer in Spanish adolescents: the AFINOS Study. *Nutrición Hospitalaria*, 24 (2), 226-232.
- Rubio, G. (1998). Validación de la prueba para la identificación de trastornos por el uso de alcohol (AUDIT) en Atención Primaria. *Revista Clínica Especializada*, 198, 11-14.
- Salamó, A., Gras, M. E., y Font, S. (2010). Patrones de consumo de alcohol en la adolescencia. *Psicothema*, 22 (2), 189-195.
- Villareal-González, M.E. (2009). *Un modelo estructural del consumo de drogas y conducta violenta en adolescentes escolarizados*. Tesis doctoral: Universidad Autónoma de Nuevo León (México).
- Villarreal, M. E., Sánchez-Sosa, J. C., Musitu, G., y Varela, R. (2012). El consumo de alcohol en adolescentes escolarizados: propuesta de un modelo sociocomunitario. *Intervención Psicosocial*, 19(3), 253-264.