

CONSUMO DE ALCOHOL Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ADOLESCENTES DE ENTORNO RURAL

ALCOHOL CONSUMPTION AND PHYSICAL ACTIVITY IN ADOLESCENTS FROM RURAL ENVIRONMENT

Tamara Espejo Garcés¹, Asunción Martínez Martínez¹, Ramón Chacón Cuberos¹, Félix Zurita Ortega¹, Manuel Castro Sánchez¹ y Javier Cachón Zagalaz²

¹Universidad de Granada

²Universidad de Jaen

Abstract

There is a concern about the problem of alcohol consumption in the daily life of adolescents. For this reason, physical activity is considered an alternative to this harmful habits because physical and sport practice are related to numerous benefits. This descriptive and cross-sectional research was conducted with a sample of 452 students of compulsory secondary. The general aim was to describe aspects related to physical activity, sociodemographic variables and alcohol consumption as well as the relationship between these variables, using an ad hoc questionnaire, and the Alcohol Use Disorders Identification Test (Saunders, Aasland, Babor, De la Fuente & Grant, 1993). The results showed that seven out of ten students performed extracurricular physical activity, being collective sports the most practiced. It was obtained that two thirds of the sample consume alcohol although three quarters did not show any type of dependency, showing male students higher levels for these dimensions. Likewise, the relationship between physical activity and alcohol consumption showed that non-practicing adolescents were associated with higher percentages of excessive consumption. In this sense, it is shown how physical-sport practice can be a mean for health promotion that acts against harmful habits.

Keywords: motor activity, adolescence, underage drinking, rural areas.

Resumen

Existe una preocupación sobre la problemática del consumo de alcohol en la vida cotidiana de los adolescentes. Por ello, se considera una alternativa a dicha práctica nociva la actividad física por sus numerosos beneficios. Participaron en este estudio descriptivo y transversal 452 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. Se plantearon como objetivos describir aspectos sobre la actividad física realizada, variables de tipo sociodemográfico y el consumo de alcohol, así como analizar las posibles relaciones entre estas variables empleando como principales instrumentos un cuestionario ad hoc y el Alcohol Use Disorders Identification Test (Saunders, Aasland, Babor, De la Fuente y Grant, 1993). Los resultados arrojaron que siete de cada diez estudiantes realizaba actividad física extraescolar, siendo los deportes colectivos los más practicados. Se obtuvo que dos tercios de la muestra consumía alcohol aunque tres cuartas partes no mostraba ningún tipo de dependencia, presentando los varones mayores niveles en ambas dimensiones. Asimismo, la relación entre práctica de actividad física y el consumo de alcohol reveló que los adolescentes no practicantes reflejaban porcentajes más elevados en consumo excesivo. En este sentido, se muestra como la práctica físico-deportiva puede ser un medio para la promoción de la salud que actúe en contra de hábitos nocivos.

Palabras clave: actividad motora, adolescencia, consumo de alcohol en menores, medio rural.

La práctica de actividad física se señala en la actualidad como una acción que provoca numerosos beneficios en la calidad de vida de la persona, no únicamente en el ámbito físico, sino también en el ámbito social y psicológico (Murgui, García y García, 2016). Se trata de una práctica que se encuentra reducida en la etapa adolescente, por lo que numerosos investigadores consideran necesario su estudio para conocer los diversos factores que puedan influir en dicha recesión y poder intervenir de forma que los adolescentes consigan desarrollar unos hábitos saludables que contribuyan a una mejora de la calidad de vida.

Este estudio pretende complementar a numerosos trabajos de investigación realizados sobre el consumo de alcohol y la actividad física, arrojando datos e información con la finalidad de describir una muestra de adolescentes de entorno rural sobre estos aspectos y sus posibles relaciones (Chacón, Castro, Caracuel, Padiá, Collado y Zurita, 2016; Donath et al., 2011; Obradors-Rial, Ariza y Muntaner, 2014; Toumbourou, Evans-Whipp, Smith, Hemphill, Herrenkohl y Catalano, 2014).

El alcohol supone una de las principales causas de enfermedad y mortalidad en nuestro país. Se trata de una sustancia que causa más de sesenta tipos de enfermedad, además de los prejuicios sociales, emocionales y mentales, destacándose la violencia y criminalidad dado que suponen una problemática para la sociedad (Valle, Sánchez y Perales, 2013; Córdoba et al., 2014).

Según Elzo (2010), la sociedad actual potencia de algún modo el consumo de alcohol en la adolescencia, pues es señalado como parte de la cultura juvenil, constituyendo un espacio simbólico, común y compartido entre adolescentes, con unas ciertas normas colectivas y valores implantados por los mismos. Todo ello desarrolla graves problemas de salud pública, como son el ejemplo de botellones donde se produce un consumo explosivo, desmedido y sin control (Villarreal, Sánchez, Musitu y Varela, 2012; Castro, Zurita, Chacón, Martínez-Martínez, Espejo y Álvaro, 2015).

En este sentido, son diversos los estudios que han demostrado que el consumo de alcohol es un factor de riesgo para el consumo de otras sustancias nocivas, actuando como sustancia puente (Álvaro, 2015; Lee, Corte, Stein, Park, Finnegan y McCreary, 2015). Del mismo modo, se señala que el ámbito familiar, socioeconómico,

cognitivo y emocional pueden influir en el consumo de esta sustancia, influyendo en el afianzamiento, apoyo o supresión de su conducta (Zurita y Álvaro, 2014).

En referencia al hábito de consumo de alcohol son diversos los estudios que señalan algunos factores determinantes en los estados de dependencia alcohólica (Salamó, Gras y Front-Mayolas, 2010; Gatta, Penzo, Svanellini, Lai, Spoto y Battistella, 2016), siendo fundamental su conocimiento para la detección, prevención y abordaje de estas conductas dañinas para la salud. Estos predictores del consumo de alcohol son, entre otros, el absentismo escolar, un bajo rendimiento escolar, la desconfianza, la tensión emocional, insatisfacción en la vida o bajo nivel de aspiraciones.

Según Moñino (2012) son numerosas las consecuencias demostradas por el consumo de alcohol en niños y adolescentes. Entre ellas destaca los trastornos del sistema nervioso central que se asocian a alteraciones en el comportamiento, aprendizaje y memoria; trastornos digestivos, como la gastritis alcohólica y/o el síndrome de Mallory-Weiss; trastornos hepáticos; trastornos cardiovasculares, como arritmias cardíacas y/o miocardiopatía dilatada; trastornos cerebrovasculares, como pueden ser infartos y/o hemorragias cerebrales; alteraciones en el metabolismo óseo o trastornos endocrinos, entre otros.

En este sentido, la adquisición de hábitos saludables asociados a la práctica de actividad física se plantea como alternativa a aquellos hábitos nocivos para la salud, como lo es la ingesta de alcohol (Cerkez, Culjak, Zenic, Sekulic y Kondric, 2015), pues genera numerosos beneficios a nivel físico, social y psicológico (Castro et al., 2015). En relación a esta premisa, Álvaro (2015) señala que el concepto de salud hace referencia a aquel estado de bienestar completo, a nivel físico, social y psíquico y no solamente a la ausencia de enfermedad o invalidez como se venía referenciado años atrás.

En la sociedad actual, los avances tecnológicos proporcionan ciertas comodidades a las personas, las cuales se tornan más inactivas, alcanzando mayores niveles de estrés y problemas de salud asociados a elevados niveles de sedentarismo (Chacón, Zurita, Castro, Espejo, Martínez-Martínez y Linares, 2016). De hecho, Álvaro (2015), Chacón et al. (2016) y Moñino (2012) destacan como este tipo de hábitos se asocian a problemas cardiovasculares, sobrepeso, diabetes tipo II o

incluso de tipo psicológico como depresión y baja autoestima.

De este modo, se señala que la forma de vivir de las personas determina el desarrollo de patrones de conducta beneficiosos o dañinos para la salud. Por ello, existe una gran preocupación por atender a la influencia de los estilos de vida en el marco de la promoción de la salud como vitales para alcanzar unas condiciones de vida apropiadas y factibles (Bonilla, Romero y Cabrera, 2015). Fundamentando estas premisas, diversos estudios muestran la relación inversa existente entre el consumo de sustancias nocivas como el alcohol o el tabaco y hábitos físico saludables como la práctica de físico-deportiva (Cerkez et al., 2015; Obradors-Rial et al., 2014; Toumbourou et al., 2014). De hecho, Castro et al. (2015) revelan como la práctica de actividad física genera conductas más autodeterminadas hacia el deporte que promueven un consumo menos elevado de alcohol.

Por ello, este trabajo de investigación se plantea como objetivos describir los niveles de consumo de alcohol y práctica de actividad física en adolescentes que cursan segundo ciclo de Educación Secundaria Obligatoria, así como establecer posibles relaciones entre los aspectos relacionados con el consumo de alcohol, niveles de actividad física y aspectos sociodemográficos de los adolescentes de entorno rural de Granada.

MÉTODO

Participantes

Participaron un total de 452 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria con un rango de edad entre 14 y 17 ($M= 14,88$; $DT= 0,83$), con una representación de 50,9% ($n=230$) hombres y 49,1% ($n=222$) mujeres. La selección de la muestra fue no aleatoria y por conveniencia, participando aquellos centros de interés por la zona y por facilidad de acceso y acuerdo. Los centros educativos participantes fueron procedentes del Padul, Iznallor, Huescar, Lanjarón, Moraleda de Zafayona y Zújar, centros de zonas rurales con una población inferior a 8500 habitantes.

Instrumentos

Cuestionario Ad hoc: se confeccionó un cuestionario para el registro de aspectos sociodemográficos y aquellas

variables relacionadas con la práctica de actividad física. En este sentido, se consideraron las variables sexo, edad, práctica de actividad física extraescolar –realización de más de tres horas semanales de actividad física fuera de horario lectivo-, práctica federada –si los adolescentes pertenecían a algún club o federación- y tipo de actividad física –categorizada en deportes individuales, colectivos, actividades de gimnasio y otros-.

Cuestionario Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT) de Saunders, Aasland, Babor, De la Fuente y Grant (1993), adaptado al español por Rubio (1998). La fiabilidad determinada por Rubio (1998) para este instrumento fue de $\alpha= 0,800$ similar a la establecida en este estudio $\alpha=0,842$. El test consta de 10 ítems puntuados con una escala tipo Likert de cinco opciones (1= nunca a 5=a diario) en los 8 primeros ítems, mientras que para los dos restantes se valoran con tres opciones posibles. Se obtienen tres dimensiones, las cuales son puntuadas mediante una sumatoria: “Consumo de alcohol”, atendiendo a la suma de los ítems 1, 2 y 3; “Dependencia de alcohol”, en base a la suma de los ítems 4, 5 y 6.; “Daño alcohol”, atendiendo a la suma de los ítems 7, 8, 9 y 10.

Procedimiento

Se precisó de la colaboración de los participantes a través de una carta informativa realizada desde el Departamento de Didáctica de Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Granada. En esta se detallaba la naturaleza del estudio y se solicitaba la colaboración de los centros y el consentimiento informado de los padres, madres o tutores legales del alumnado.

La recogida de los datos se realizó en horario lectivo, con el consentimiento y colaboración de tutores y profesores de los diferentes cursos y centros referidos anteriormente, dándose dicho proceso sin incidencias a señalar. La presencia del grupo de investigadores fue fundamental para la aplicación y desarrollo correcto de los cuestionarios determinados. Se señala en este apartado que se ha respectado para este estudio el derecho de confidencialidad de todos los participantes, garantizando el anonimato pues los fines del trabajo realizado son meramente científicos.

Diseño

Se caracteriza por ser un estudio no experimental, de tipo descriptivo y corte transversal, ya que el consumo de alcohol y la práctica de actividad física se establecieron como variables dependientes, determinándose la relación entre ambas.

Análisis de datos

Los datos recogidos fueron analizados mediante el programa estadístico SPSS 22.0. Con la finalidad de comprobar la fiabilidad de los cuestionarios utilizados se empleó el coeficiente Alpha de Cronbach fijando el índice de confiabilidad en el 95,5%. Para el estudio estadístico de los descriptivos básicos de la muestra se utilizaron medias, desviación típica, frecuencias y porcentajes. Para el estudio de relación entre las variables, se emplearon tablas de contingencia. El nivel de significación de las relaciones entre variables se determinó mediante la prueba Chi-cuadrado de Pearson, según los niveles $p < 0,05^*$; $p < 0,01^{**}$; $p < 0,001^{***}$.

50,9% (n=230) de hombres. Del mismo modo, se obtuvo que un 72,6% (n=328) de los participantes realizaban actividad física extraescolar mientras que un 27,4% (n=124) no lo hacían. El tipo de actividad física realizada denotó que un 41,6% (n=188) practicaba deportes colectivos, un 13,5% (n=61) deportes individuales, mientras que un 7,1% (n=32) realizaba actividades de gimnasio y un 10,4% (n=47) otros deportes no categorizados en los anteriores. Un 23,9% (n=108) de los adolescentes se encontraba federado mientras que un 76,1% (n=344) no lo estaban.

Revisando la distribución dada en relación al alcohol, se obtuvo que un 76,6% (n=347) de la muestra no presentaba dependencia a dicha sustancia mientras que un 14,8% (n=67) tenía un dependencia baja, un 6,6% (n=30) media y un 1,8% (n=8) alta. En cuanto a la cantidad y frecuencia de alcohol, un 32,3% (n=146) presentaba un consumo nulo, dándose un consumo escaso en un 28,3% (n=128), un consumo medio en un 29,0% (n=131) y un consumo excesivo en un 10,4% (n=47) de los participantes. Asimismo, se obtuvo que esta sustancia no provocaba daño en un 54,2% (n=245) de los adolescentes, ocasionaba un daño escaso en un 24,3% (n=110), siendo a veces dañina para los participantes en un 15,3% (n=69) y dándose siempre daño en un 6,2% (n=28).

RESULTADOS

Se presenta una distribución homogénea respecto al sexo (Tabla 1), con un 49,1% (n=222) de mujeres y un

Tabla 1. Descriptivos básicos de la muestra

DESCRIPTIVOS BÁSICOS					
Sexo	Hombre	50,9% (n=230)	Dependencia alcohol	No dependencia	76,8% (n=347)
	Mujer	49,1% (n=222)		Baja dependencia	14,8% (n=67)
AF extraescolar	Si	72,6% (n=328)	Consumo Alcohol	Dependencia media	6,6% (n=30)
	No	27,4% (n=124)		Alta dependencia	1,8% (n=8)
Tipo de AF	Deportes Individuales	13,5% (n=61)	Daño Alcohol	No consume	32,3% (n=146)
	Deportes Colectivos	41,6% (n=188)		Escaso consumo	28,3% (n=128)
	Actividades de Gimnasio	7,1% (n=32)		Consumo medio	29,0% (n=131)
	Otros	10,4% (n=47)		Consumo excesivo	10,4% (n=47)
	No práctica	27,4% (n=124)		No daño	54,2% (n=245)
Federado/a	Si	23,9% (n=108)	Daño escaso	24,3% (n=110)	
	No	76,1% (n=344)	A veces provoca daño	15,3% (n=69)	
			Siempre causa daño	6,2% (n=28)	

Nota: AF=Actividad Física

Atendiendo a las características de la actividad física realizada por la muestra según el sexo (Tabla 2), se determinaron diferencias estadísticamente significativas en la realización de actividad física extraescolar ($p=0,012^*$), mostrándose que de aquellos que no realizan dicha práctica son un 32,6% ($n=75$) hombres y un 22,1% ($n=49$) mujeres, mientras que aquellos que sí realizan actividad física extraescolar eran un 67,4% ($n=155$) hombres y un 77,9% ($n=173$) mujeres. Del mismo modo, se observó ausencia de diferencias estadísticas en relación al tipo de actividad física practicada y la práctica federada en función del sexo ($p=0,096$; $p=0,502$; respectivamente).

Tabla 2. Aspectos relacionados con la actividad física en función del sexo

		Sexo		p valor
		Hombre	Mujer	
AF extraescolar	Si	67,4% ($n=155$)	77,9% ($n=173$)	0,012*
	No	32,6% ($n=75$)	22,1% ($n=49$)	
Tipo de AF	Deportes Individuales	13,0% ($n=30$)	14,0% ($n=31$)	0,096
	Deportes Colectivos	38,7% ($n=89$)	44,6% ($n=99$)	
	Actividades de Gimnasio	5,2% ($n=12$)	9,0% ($n=20$)	
	Otros	10,4% ($n=24$)	10,4% ($n=23$)	
	No práctica	32,6% ($n=75$)	22,1% ($n=49$)	
Federado/a	Si	25,2% ($n=58$)	22,5% ($n=50$)	0,502
	No	74,8% ($n=172$)	77,5% ($n=172$)	

Nota: AF: actividad física; $p<0,05^*$

En el estudio del alcohol, atendiendo a la dependencia, consumo y daño que provoca en relación al sexo (Tabla 3), se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la dependencia de alcohol ($p=0,029^*$) y la cantidad consumida del mismo ($p=0,001^{***}$). En este sentido, los datos revelan que los hombres muestran porcentualidades más elevadas que las mujeres para la dependencia baja y media, encontrándose en una dependencia media al alcohol un 9,6% de hombres y un 3,6% de mujeres. En relación al consumo de alcohol, se observa que las mujeres presentan mayores

porcentualidades para el consumo escaso (36,9%) que los hombres (20,0%). Del mismo modo, para el consumo excesivo el porcentaje de mujeres (7,7%) es menor que el de los hombres (13,0%).

Tabla 3. Relación de parámetros de alcohol con el sexo de la muestra

		Sexo		p valor
		Hombre	Mujer	
Dependencia Alcohol	No dependencia	71,7% ($n=165$)	82,0% ($n=182$)	0,029*
	Baja dependencia	17,0% ($n=39$)	12,6% ($n=28$)	
	Dependencia media	9,6% ($n=22$)	3,6% ($n=8$)	
	Alta dependencia	1,7% ($n=4$)	1,8% ($n=4$)	
Cantidad y frecuencia alcohol	No consume	33,9% ($n=78$)	30,6% ($n=68$)	0,001***
	Escaso consumo	20,0% ($n=46$)	36,9% ($n=82$)	
	Consumo medio	33,0% ($n=76$)	24,8% ($n=55$)	
	Consumo excesivo	13,0% ($n=30$)	7,7% ($n=17$)	
Daño alcohol	No daño	55,7% ($n=128$)	52,7% ($n=117$)	0,884
	Daño escaso	23,0% ($n=53$)	25,7% ($n=57$)	
	A veces provoca daño	14,8% ($n=34$)	15,8% ($n=35$)	
	Siempre causa daño	6,5% ($n=15$)	5,9% ($n=13$)	

Nota: $p<0,05^*$; $p<0,001^{***}$.

Respecto a la influencia de la realización de actividad física en los aspectos analizados sobre el alcohol (Tabla 4), se establecen diferencias estadísticamente significativas en el consumo de alcohol en función del tipo de actividad física realizada ($p=0,028^*$), no encontrándose en los demás análisis dichas diferencias. En este caso, tal y como se puede observar en la Tabla 5, aquellos que no consumen alcohol o tienen un consumo escaso o medio con mayor porcentaje son los que practican deportes colectivos con un 38,4%, 42,2% y 48,9%, respectivamente, mientras que aquellos con una mayor porcentualidad en un consumo excesivo son los que no practican ningún tipo de actividad física con un 38,3%.

Tabla 4. Relación entre aspectos de actividad física y consumo, dependencia y daño de alcohol

	AF extraescolar <i>p</i> valor	Tipo de AF <i>p</i> valor	Federado/a <i>p</i> valor
Dependencia Alcohol	0,837	0,712	0,939
Consumo Alcohol	0,128	0,028*	0,095
Daño Alcohol	0,841	0,753	0,084

Nota: AF: Actividad Física; $p < 0,05^*$

Tabla 5. Relación entre el tipo de AF y el consumo de alcohol

	Consumo de alcohol				<i>p</i> valor
	No consume	Escaso consumo	Consumo medio	Consumo excesivo	
Deportes Individuales	12,3% (n=18)	10,9% (n=14)	13,7% (n=18)	23,4% (n=11)	
Deportes Colectivos	38,4% (n=56)	42,2% (n=54)	48,9% (n=64)	29,8% (n=14)	
Tipo de AF Actividades de Gimnasio	6,8% (n=10)	12,5% (n=16)	3,1% (n=4)	4,3% (n=2)	0,028*
Otros	11,6% (n=17)	11,7% (n=15)	9,9% (n=13)	4,3% (n=2)	
No práctica	30,8% (n=45)	22,7% (n=29)	24,4% (n=32)	38,3% (n=18)	

DISCUSIÓN

Este estudio, realizado sobre 452 adolescentes que residen en zonas rurales, tiene como objetivo definir las relaciones existentes entre el consumo de alcohol y la práctica de actividad física, de forma similar a otros estudios realizados a dicha etapa (Álvaro, 2015; Cazalla-Luna y Molero, 2013; Reigal, Videra, Márquez y Parra, 2013; Román, Pérez y Pinillos, 2014).

Revisando los descriptivos básicos, se estableció que la muestra practicaba actividad física en su mayoría, con una mayor predilección por los deportes colectivos, practicándose de forma no federativa. En este sentido, los datos recogidos por otros autores presentaban niveles positivos en relación a la práctica de actividad física (Lázaro, 2011), mientras que en la investigación realizada por Córdoba et al. (2014) se señala que solo un 25,4% lo hacían de forma adecuada. Del mismo modo, Folgar, Boubeta y Cristobal (2014) destacan la disminución de actividad física federativa en la etapa adolescente, siendo esta cada vez más reducida donde la motivación acoge un papel importante.

Respecto a ello, se considera que la facilidad encontrada en las zonas rurales para una realización de actividad física regular es dada por la cercanía y accesibilidad a zonas e instalaciones para su desarrollo, mientras que en zonas urbanas existe una mayor

diversidad de actividades a realizar y con completos equipamientos encontrándose una mayor motivación hacia otras tareas. En esta línea, Lazo y Barroso (2009) señalan un menor interés del consumo de ocio digital en el ámbito rural, existiendo una sustitución del ocio ofrecido por el exterior de los entornos rurales donde se da lugar la práctica de actividad física, por el ocio ofrecido por las pantallas en los entornos urbanos.

Asimismo, se determinó en este estudio que las mujeres realizaban más actividad física extraescolar que los hombres, siendo un dato relevante pues en la literatura referida a ello no es común este resultado, ya que los hombres son destacados como aquellos que llevan a cabo una práctica física más frecuente que las mujeres (Lázaro, 2011; Castro et al., 2015). En este sentido, se puede apreciar como a pesar de no establecerse diferencias significativas, las mujeres mantienen una diversidad mayor en cuanto al tipo de deporte o actividad física realizada, siendo menos aquellas que no realizan ningún tipo de tarea. No obstante, los hombres se decantan por un tipo específico de actividad, dándose una menor disposición hacia otras tareas, pues según lo comentado por Castro et al. (2015) las mujeres se orientan más al clima tarea, es decir, al realizar una actividad por la finalidad que aporta, mientras que los hombres se orientan al clima ego, donde la competitividad tiene más sentido.

En relación al consumo de alcohol, la mayoría de la muestra no presentaba una dependencia a dicha sustancia, existiendo un consumo frecuente en su ingesta. Estos datos se pueden justificar debido a la etapa en la que se encuentra la muestra de estudio, en la cual el consumo de alcohol tiene un carácter social más que de atracción personal. En los estudios realizados por Lázaro (2011) y Álvaro (2015) los resultados sobre la ingesta de alcohol son semejantes, donde los adolescentes optan por un mayor consumo en los fines de semana, de ahí que se presenten porcentajes elevados en relación al consumo de alcohol de forma eventual y por el contrario, porcentajes bajos en cuanto a dependencia se refiere.

En este sentido, se recoge que los hombres poseen una mayor dependencia hacia el alcohol que las mujeres, al igual que en la cantidad consumida de esta sustancia, dándose unos porcentajes superiores en los diferentes niveles de consumo. Los resultados hallados en este estudio concuerdan con los presentados por Villarreal, Sánchez y Musitu (2013) y Álvarez-Aguirre, Alonso-Castillo y Zanetti (2014). Por el contrario, Salamó et al. (2010) obtuvieron valores muy similares por sexo en el consumo de alcohol e inclusive las mujeres presentaron valores superiores a los hombres. Los datos presentados pueden ser atribuidos a la concepción de beber alcohol como a una actividad madurativa, realizándose a esta edad con el objetivo de impresionar a los de sexo contrario.

El consumo de alcohol se encuentra disminuido por la práctica de actividad física, por lo que se muestra que aquellos que realizan un deporte colectivo su ingesta de alcohol es escasa o media, mientras que en los que no realizan actividad física el consumo obtenido es excesivo. Estos resultados pueden atribuirse al conocimiento sobre las repercusiones del alcohol a nivel físico, así como la preocupación de los participantes a no obtener un buen rendimiento en su equipo deportivo, siendo en los deportes colectivos donde tiene más sentido dicha preocupación. Del mismo modo, Ruiz-Juan y Ruiz-Ruiseño (2011) afirman que aquellos que son activos físicamente presentan una menor predisposición al consumo de sustancias nocivas. Resulta complejo encontrar estudios que muestren que la realización de actividad física pueda favorecer al consumo de hábitos no saludables, siendo numerosos los que señalan los numerosos beneficios que aporta dicha tarea (Salazar, Feu, Vizuete y De la Cruz, 2013; Kipp, 2016; Murgui et al., 2016).

Finalmente, resulta de interés destacar las principales limitaciones que se adhieren a este estudio. En primer lugar, cabe destacar aquellas relacionadas con la realización de un estudio de tipo descriptivo y corte transversal, los cuales no permiten desarrollar relaciones causa-efecto, aunque resultan de utilidad para describir el estado de una cuestión. Asimismo, se empleó un cuestionario Ad Hoc para la evaluación de la práctica de actividad física en lugar de un instrumento previamente validado. Otra importante limitación reside en la muestra de estudio, pues hubiese sido de interés incluir adolescentes de núcleos urbanos con el fin de comparar las variables estudiadas en ambos grupos. En este sentido, se plantean como perspectivas futuras realizar un estudio longitudinal que permita describir el consumo de alcohol en la etapa adolescente, además de emplear otras variables de estudio como pueden ser factores psicosociales que se asocian al consumo de alcohol.

CONCLUSIONES

Como principales conclusiones se puede señalar que la dependencia hacia el alcohol era nula en la mayoría de la muestra, dándose un consumo del mismo en siete de cada diez estudiantes, siendo de forma excesiva en uno de cada diez de ellos. Para el daño provocado por el alcohol, en torno a cinco de cada diez participantes no señalan daño de esta sustancia nociva, mientras que los restantes sí apuntan un efecto dañino provocado por la misma. Asimismo, en cuanto a los niveles de actividad física son aceptables dado que siete de cada diez estudiantes la practican de forma asidua, siendo los deportes colectivos la opción más destacada como tipo de actividad realizada en dos quintas partes de la muestra. Del mismo modo, dos de cada diez participantes se encuentran federados.

En función del sexo, se señala que los hombres son más inactivos físicamente en cuanto a la práctica de actividad física extraescolar. No se establecieron asociaciones entre el tipo de actividad física, el nivel federativo y el sexo de los participantes. En relación a los aspectos estudiados del alcohol, siete de cada diez que mantienen una dependencia media hacia dicha sustancia nociva son hombres. Del mismo modo, tres quintos de los que consumen de forma escasa alcohol son mujeres, dato similar para los hombres que la consumen

excesivamente. Y para finalizar, atendiendo a los parámetros de actividad física estudiados, se establece en mayor medida que aquellos participantes que practican deportes colectivos tienen un consumo entre nulo y medio, mientras que para cuatro de cada diez de los que mantienen un consumo excesivo no practican ningún tipo de actividad física.

En referencia a los resultados y datos extraídos en esta investigación se plantea la importancia de intervenir con programas de implementación que establezcan pautas para la reducción de hábitos nocivos, así como el fomento de hábitos físico-deportivos que reportan numerosos beneficios a la calidad de vida de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Álvarez-Aguirre, A., Alonso-Castillo, M. M. y Zanetti, A. C. (2014). Predictive factors of alcohol and tobacco use in adolescents. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 22(6), 1056-1062.
- Álvaro, J. I. (2015). *Análisis del autoconcepto en relación con factores educativos, familiares, físico y psicosociales en adolescentes de la provincia de Granada*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.
- Bonilla, P., Romero, L. y Cabrera, J. (2015). Calidad de vida, indicadores antropométricos y satisfacción corporal en un grupo de jóvenes colegiales. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (27), 62-66.
- Castro, M., Zurita, F., Chacón, R., Martínez-Martínez, A., Espejo, T. y Álvaro, J. I. (2015). Sustancias nocivas y clima motivacional en relación a la práctica de actividad física. *Health and Addictions*, 15(2), 115-126.
- Cazalla-Luna, N. y Molero, D. (2013). Revisión teórica sobre el autoconcepto y la importancia en la adolescencia. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia*, 10, 43-64.
- Cerkez, I., Culjak, Z., Zenic, N., Sekulic, D. y Kondric, M. (2015). Harmful alcohol drinking among adolescents: The influence of sport participation, religiosity and parental factors. *Journal of Chil & Adolescent Substance Abuse*, 24(2), 94-101.
- Chacón, R., Castro, M., Caracuel, R., Padial, R., Collado, D. y Zurita, F. (2016). Perfiles de consumo de alcohol y tabaco en adolescentes andaluces de primer ciclo de educación secundaria. *Health and Addictions*, 16(2), 93-104.
- Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez-Martínez, A. y Linares, M. (2016). Estudio sobre la aplicabilidad de exergames para la mejora de los índices de obesidad y la imagen corporal en escolares. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 97-105.
- Córdoba, R., Camarellas, F., Muñoz, E., Gómez, J., Díaz, D., Ramírez, J. I., López, A. y Cabezas, C. (2014). Recomendaciones sobre el estilo de vida. *Atención Primaria*, 46(6), 16-23.
- Donath, C., Gräbel, E., Dirk, B., Pfeiffer, C., Karagülle, D., Bleich, S. y Hillemacher, T. (2011). Alcohol consumption and binge drinking in adolescents: comparison of different migration backgrounds and rural vs. urban residence – a representative study. *BMC Public Health*, 84(11), 1-13.
- Elzo, J. (2010). *¿Hay un modelo mediterráneo de consumo de alcohol? Hablemos de alcohol*. Madrid: Entinema.
- Folgar, M., Boubeta, A. y Cristobal, R. (2014). Motivaciones para la práctica deportiva en escolares federados y no federados. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (25), 80-84.
- Gatta, M., Penzo, M., Svanellini, L., Lai, J., Spoto, A. y Battistella, M. (2016). Sociodemographic characteristics, risk factors and psychobehavioral disorders associated to alcohol consumption in adolescents of Veneto. *Minerva Pediatrica*, 68(2), 103-113.
- Kipp, L. (2016). Psychosocial aspect of youth physical activity. *Pediatric Exercise Science*, 28(1), 28-31. DOI: 10.1123/pes.2016-0009
- Lázaro, C. J. (2011). *Hábito de consumo de alcohol y su relación con la condición física saludable en adolescentes de la región de Murcia*. Tesis Doctoral: Universidad de Murcia.
- Lazo, C. M. y Barroso, J. A. (2009). Diferencias en el consumo audiovisual y multimedia de los menores: entorno rural y urbano. *Anàlisi: quaderns de comunicació i cultura*, (39), 203-2016.
- Lee, C. K., Corte, C., Stein, K.F., Park, C. G., Finnegan, L. y McCreary, L. L. (2015). Prospective effects of possible selves on alcohol consumption in adolescents. *Research in Nursing & Health*, 38(1), 71-81.
- Moñino, M. (2012). *Factores sociales relacionados con el consumo de alcohol en adolescentes de la región de Murcia*. Tesis doctoral: Universidad de Murcia
- Murgui, S., García, C. y García, A. (2016). Efectos de la práctica deportiva en la relación entre las habilidades motoras, el autoconcepto físico y el autoconcepto multidimensional. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 19-25.
- Obradors-Rial, N., Ariza, C. y Muntaner, C. (2014). Consumo de riesgo de alcohol y factores asociados en adolescentes de 15 a 16 años de Cataluña Central: diferencias entre ámbito rural y urbano. *Gaceta Sanitaria*, 28(5), 381-385.
- Reigal, R., Videra, A., Márquez, V. M. y Parra, J. (2013). Autoconcepto físico multidimensional y barreras para la práctica física en la adolescencia. *Apunts de Educación Física y Deportes*, 1(111), 23-28.
- Román, P. A., Pérez, J. C. y Pinillos, F. (2014). Búsqueda de sensaciones y hábitos de tabaquismo, consumo del alcohol y práctica deportiva en estudiantes de Educación Secundaria. *Salud mental*, 37(2), 145-152.
- 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.

- Ruiz-Juan, F. y Ruiz-Ruiseño, J. (2011). Variables predictoras de consumo de alcohol entre adolescentes españoles. *Anales de Psicología*, 27(2), 350-359.
- Salamó, A., Gras, M. E. y Front-Mayolas, S. (2010). Patrones de consumo de alcohol en la adolescencia. *Psicothema*, 22(2), 189-195.
- Salazar, C., Feu, S., Vizuete, M. y De la Cruz, E. (2013). IMC y actividad física de los estudiantes de la Universidad de Colima. *International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 13(51), 569-584.
- Saunders, J., Aasland, O., Babor, T., De la Fuente, J. y Grant, M. (1993). Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT): Who collaborative Project on early detection of persons with harmful alcohol consumption-II. *Addiction*, 88, 791-804.
- Toumbourou, J., Evans-Whipp, T., Smith, R., Hemphill, S., Herrenkohl, T. y Catalano, R. (2014). Adolescent predictors and environmental correlates of young adult alcohol use problems. *Addiction*, 109(3), 417-424.
- Villarreal, M. E., Sánchez, J. C. y Musitu, G. (2013). Análisis psicosocial del consumo de alcohol en adolescentes mexicanos. *Universitas Psychologica*, 12(3), 857-873.
- Villarreal, M. E., Sánchez, 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.
- Zurita, F. y Álvaro, J. I. (2014). Repercusión del tabaco y alcohol sobre factores académicos y familiares en adolescentes. *Health and Addictions*, 14(1), 59-70.