



Impacto de las adicciones en la salud mental en estudiantes Universitario en el año 2024

Impact of addictions on the mental health of university students in 2024

Impacto dos vícios na saúde mental de estudantes universitários em 2024

Deyaneira Dayana Cevallos Arteaga ^I
deyaneir.cevallos@upec.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-3661-0022>

Nangely Zulay Perero Bernabé ^{II}
nangely20perero@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6554-8355>

Kevin Alberto Perero Bernabé ^{III}
perero-kevin4418@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0006-1219-0798>

Jonathan Alexander Moreira Baque ^{IV}
moreira-jonathan9716@unesum.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0005-5465-1815>

Correspondencia: deyaneir.cevallos@upec.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de enero de 2025 * **Aceptado:** 24 de febrero de 2025 * **Publicado:** 28 de marzo de 2025

- I. MSc. Docente de la Carrera de Laboratorio Clínico, Universidad Politécnica Estatal del Carchi, Carchi, Ecuador.
- II. Licenciada en Enfermería, Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Estatal Península de Santa Elena, Santa Elena, Ecuador.
- III. Carrera de Laboratorio Clínico, Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Estatal Del Sur de Manabí, Jipijapa, Manabí, Ecuador.
- IV. Carrera de Laboratorio clínico, Facultad Ciencias de la Salud, Universidad Estatal Del Sur de Manabí, Jipijapa, Manabí, Ecuador.

Resumen

Este artículo presenta una revisión bibliográfica enfocada en las adicciones entre estudiantes universitarios, analizando los factores que afectan su estilo de vida y su salud mental. El propósito es caracterizar e identificar las necesidades de estos jóvenes y ayudar a reducir el impacto en su bienestar. Se llevó a cabo una revisión documental y descriptiva de artículos científicos publicados entre 2020 y 2025, utilizando bases de datos como Scopus y PubMed. Los hallazgos revelan que las adicciones más frecuentes entre los universitarios son el alcohol (35%), las drogas (26%) y la marihuana (17%). El uso de estas sustancias tiene un efecto perjudicial en la salud mental, provocando estrés, ansiedad y depresión, lo que también repercute en el rendimiento académico y en las relaciones interpersonales. Además, se proponen estrategias preventivas como el fomento de actividades familiares y la participación activa de los padres, así como la implementación de actividades constructivas que mantengan ocupada la mente de los estudiantes. En conclusión, se resalta la importancia de crear un entorno saludable en las universidades y de fortalecer las estrategias de prevención y tratamiento para reducir los efectos de las adicciones en los estudiantes.

Palabras clave: Adicciones; estudiantes universitarios; alcohol; drogas; marihuana; estrategias preventivas; relaciones interpersonales.

Abstract

This article presents a literature review focused on addictions among university students, analyzing the factors that affect their lifestyle and mental health. The purpose is to characterize and identify the needs of these young people and help reduce the impact on their well-being. A documentary and descriptive review of scientific articles published between 2020 and 2025 was conducted, using databases such as Scopus and PubMed. The findings reveal that the most common addictions among university students are alcohol (35%), drugs (26%), and marijuana (17%). The use of these substances has a detrimental effect on mental health, causing stress, anxiety, and depression, which also impacts academic performance and interpersonal relationships. In addition, preventive strategies are proposed, such as promoting family activities and the active participation of parents, as well as implementing constructive activities that keep students' minds occupied. In conclusion, the importance of creating a healthy environment in universities and strengthening prevention and treatment strategies to reduce the effects of addiction on students is highlighted.

Keywords: Addictions; university students; alcohol; drugs; marijuana; preventive strategies; interpersonal relationships.

Resumo

Este artigo apresenta uma revisão bibliográfica focada nas dependências entre estudantes universitários, analisando os fatores que afetam seu estilo de vida e saúde mental. O objetivo é caracterizar e identificar as necessidades destes jovens e ajudar a reduzir o impacto no seu bem-estar. Foi realizada uma revisão documental e descritiva de artigos científicos publicados entre 2020 e 2025, utilizando bases de dados como Scopus e PubMed. Os resultados revelam que os vícios mais frequentes entre os universitários são o álcool (35%), as drogas (26%) e a maconha (17%). O uso dessas substâncias prejudica a saúde mental, causando estresse, ansiedade e depressão, o que também afeta o desempenho acadêmico e as relações interpessoais. Além disso, são propostas estratégias preventivas como a promoção de atividades familiares e a participação ativa dos pais, bem como a implementação de atividades construtivas que mantenham a mente dos alunos ocupada. Concluindo, destaca-se a importância de criar um ambiente saudável nas universidades e de fortalecer estratégias de prevenção e tratamento para reduzir os efeitos das dependências nos estudantes.

Palavras-chave: Dependências; estudantes universitários; álcool; drogas; droga; estratégias preventivas; relacionamentos interpessoais.

Introducción

El presente artículo tiene como objetivo realizar una revisión bibliográfica enfocada en explorar las publicaciones fundamentales relacionadas con pacientes que enfrentan adicciones, examinando de cerca los factores que influyen en su estilo de vida. Esto permite profundizar en el conocimiento sobre el tema, con el propósito de caracterizar e identificar las necesidades específicas de estos pacientes, además de contribuir a la disminución de las tasas de afectaciones en su salud mental. Asimismo, se resalta la importancia de abordar aspectos teóricos sobre las adicciones y su interacción con la salud mental a través de un análisis exhaustivo de la literatura disponible.

Los estudiantes universitarios se vuelven adictos a sustancias nocivas, lo que provoca enfermedades físicas y mentales potencialmente mortales asociadas con el consumo de drogas,

generando síntomas como la depresión, ansiedad y estrés. Se ha demostrado que los estudiantes de medicina y las personas con trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH) tienen más probabilidades de volverse adictos. Por otro lado, los países con más investigaciones sobre este tema son Estados Unidos, Reino Unido y Colombia (1).

Las adicciones representan un problema importante entre los estudiantes universitarios, ya que impactan negativamente su salud mental y física, disminuye su desempeño académico y a su bienestar en general. Para abordar esta situación de manera integral, se sugiere implementar programas de prevención y tratamiento para todos los estudiantes a nivel nacional (1).

La adicción es considerada “una enfermedad física y psicoemocional que produce dependencia o necesidad de una sustancia, actividad o relación”. Por lo anterior, los temas de salud mental y adicciones deben convertirse en una prioridad de las políticas públicas, por lo que se deben desarrollar estrategias de atención acordes a lo establecido en la legislación mexicana y en los tratados internacionales de derechos humanos (2).

Cabe señalar que los estudiantes universitarios son los tomadores de decisiones del futuro, por lo que la gestión de la universidad junto con los estudiantes debe velar por un ambiente saludable y contribuir a crear un estilo de vida más saludable. Este involucramiento de los administradores universitarios debe verse no sólo como el cumplimiento de los indicadores que las instituciones necesitan para evaluar la calidad de su educación, sino también como una responsabilidad social y ética (2).

El crecimiento y desarrollo saludable de los jóvenes es una etapa clave para la formación de individuos capaces de contribuir positivamente en la sociedad. La frecuencia del uso de sustancias nocivas puede variar según el género, etnia, estatus social, al igual que las razones que motivan dicho consumo. Un porcentaje indica que un 80% de los casos están relacionados con problemas familiares, antecedentes de conducta inadecuada y síntomas de depresión. Entre los factores de riesgo asociados al uso de sustancias dañinas se encuentran la ansiedad y la depresión (3).

El uso y la dependencia de sustancias psicoactivas tienen un impacto significativo en la carga general de morbilidad en todo el mundo. El Informe sobre la Salud Mundial (OMS) determinó que el 8,9% de la morbilidad total está relacionada con el uso de sustancias psicoactivas, el 4,0% con el tabaco, el 4,1% con el alcohol y el 0,8% con drogas ilegales. En muchos países, las consecuencias del uso y la dependencia de sustancias psicoactivas están asociadas con una amplia gama de problemas de salud y exclusión social que aumentan la carga de morbilidad, incluido el creciente

uso de VIH/SIDA como resultado del uso de drogas intravenosas (Organización Mundial de la Salud, 2021).

Las drogas psicoactivas son sustancias que, cuando se toman, pueden alterar la conciencia, el estado de ánimo o los procesos de pensamiento de una persona. Los avances en la neurociencia nos permiten comprender mejor los procesos físicos a través de los cuales funcionan estas sustancias. Las sustancias psicoactivas actúan en el cerebro a través de mecanismos que normalmente existen para regular el estado de ánimo, el pensamiento y las funciones motivacionales. En este informe, destacaremos el alcohol y otros hipnóticos y sedantes, nicotina, opioides, marihuana, cocaína, anfetaminas y otros estimulantes, psicodélicos e inhalantes psicoactivos (Organización Mundial de la Salud, 2021).

La adicción se entiende como cualquier actividad que una persona no puede controlar, lo que resulta en comportamientos compulsivos que perjudican su calidad de vida. Este estudio se enfoca en las conductas adictivas entre los adolescentes, señalando un incremento en estas debido a su susceptibilidad al uso de sustancias tanto legales como ilegales, así como a las nuevas tecnologías. Es fundamental tener en cuenta los factores que afectan esta vulnerabilidad y la importancia de establecer estrategias preventivas para mitigar estos comportamientos adictivos (5).

Metodología

Se llevó a cabo una investigación de revisión bibliográfica mediante un diseño documental. El propósito de esta indagación es descriptivo; para investigar el tema en detalle, se realizó un estudio de los datos de los últimos siete años de fuentes como Scielo Ecuador, Scopus, Pubmed, Latindex y Redalyc, utilizando el gestor Mendeley para manejar la información. También se definieron palabras clave que abarcan Adolescentes, adicciones y sustancias psicoactivas.

Criterios de inclusión

Para realizar este estudio, se tomaron en cuenta artículos científicos, libros y otras fuentes de información con una base científica original que fueron publicadas entre 2020 y 2025, en inglés y español.

Criterios de exclusión

Se apartaron de la revisión aquellos artículos que no estaban accesibles en su totalidad, informes sin autores identificables, entrevistas, opiniones anónimas, guías sin un método de investigación,

así como materiales presentados en congresos y simposios. Esto se llevó a cabo con el objetivo de seleccionar información que sea fidedigna y pertinente según el diseño aplicado.

Criterio ético

Se aseguró el respeto hacia la veracidad y la autoría de los investigadores de cada uno de los documentos examinados, siguiendo las Normas de Vancouver en este proceso.

Desarrollo

Alcohólico y alcohólica son aquellas personas que no tiene control a la hora de consumir alcohol y lo hace hasta donde se caracteriza por la imposibilidad de controlar su ingesta, se tiene en cuenta los episodios frecuentes de envenenamiento y comprender las consecuencias del consumo excesivo de alcohol (6). De esta manera poder mencionar consejos o métodos para poder prevenir estas situaciones, ya que no solo afecta a su propia vida, sino también hace daño a las personas de su ambiente de una manera negativa.

El consumo de drogas ha aumentado y en los últimos años se ha informado que hasta el 70% de los estudiantes universitarios han usado alcohol en sus vidas (7). El consumo de sustancias psicoactivas hoy en día se ha convertido en uno de los mayores problemas, dado que no es solo un impacto directo en el consumidor, sino que también excede al individuo y a la sociedad en su conjunto (8). Los estudios epidemiológicos responden esta pregunta e informan sobre la expansión del consumo, las diferencias en diferentes grupos y en las regiones del país y con el tiempo (Villatoro Velazquez, y otros, 2021).

El consumo de drogas es un problema social grave que afecta la calidad de vida para aquellos que generalmente los consumen. Determinar los criterios de prevención en la educación superior requiere el conocimiento de los agentes que aumentan la probabilidad de consumo (10). Los estudiantes universitarios consumen drogas legítimas como el alcohol y el tabaco, y que el consumo ilegal de drogas es poco o no es en absoluto, pero hubo más estudiantes en sus vidas que consumen alcohol en comparación con lo que informan otros autores (7).

Los estimulantes de la anfetamina son la mayoría de las drogas consumidas en todo el mundo. Para 2020, había más de 30 millones de consumidores de metanfetaminas en el mundo. Las metanfetaminas funcionan en el sistema nervioso central y se convierten en un estimulante altamente adictivo. La vía de las metanfetaminas es muy diversa, y la guía (oral, ahumada,

agrietada, inyección) es el tiempo y el efecto en el cuerpo: al fumar o administrarse, ocurre rápidamente entre el torrente sanguíneo y el cerebro que causa "prisa o escalada" (11).

Causas

La edad para comenzar el consumo de drogas está directamente relacionada con los riesgos. El inicio más temprano se debe al daño cerebral significativo en el proceso de maduración, que excede el mayor riesgo de desarrollar abuso/dependencia de drogas. El estudio del primer consumo de tabaco, alcohol y seda orantes hipnóticos se ha lanzado en el estudio desde 14 años, mientras que el consumo de cannabis comienza en promedio antes de los 15 años (12). La importancia mencionada anteriormente del uso de drogas entre los jóvenes se tiene en cuenta el daño potencial que este hábito puede causar a este grupo (13).

- Otras personas: Ven a los padres y a otros adultos que comen alcohol, fuman y, a veces, abusan de otras drogas.
- Escape y automedicación: Cuando los adolescentes se sienten descontentos e incapaces de encontrar una salida saludable de su insatisfacción o su confianza en el hombre
- Aburrimiento: Los adolescentes que no pueden tolerar solos con dificultad para sostener o anhelar sentimientos fuertes son los candidatos más importantes para el consumo de drogas.
- Rebeldía: Diferentes jóvenes desagradables eligen usar diferentes drogas según sus personalidades.
- Falta de Confianza: Muchos adolescentes tímidos que carecen de confianza indican que incluso si están bajo la influencia de las drogas o el alcohol, hacen las cosas de lo contrario.

Bajo la influencia de la medicina se encuentran diferentes tipos de daño. Hasta lo que puede ser:

1. Influencia crónica en salud como deterioro de ciertos órganos o la aparición de enfermedades;
2. Influencia física (enfermedades de la piel, daño ocular, etc.);
3. Consecuencias sociales resultantes del consumo, como el daño interpersonal, la pérdida del trabajo, la resolución familiar (14).

Además, algunas sustancias ilegales, como la marihuana y la cocaína, alteran las condiciones físicas o químicas del cuerpo en el nivel del sistema nervioso central con graves cambios en la conciencia del individuo y el efecto del comportamiento. De hecho, el consumo de marihuana se considera un factor de riesgo más prevenible de la enfermedad mental (14).

Prevenir

Es de suma importancia desarrollar campañas basadas en evidencia, centrarse en este problema, cuyo objetivo es a los padres y madres para crear conciencia sobre las posibles consecuencias de su consumo de la familia y mostrarles una variedad de oportunidades o alternativas saludables a la coexistencia familiar y social que es posible sin alcohol (Villatoro Velazquez, y otros, 2021). El problema de la adicción sigue siendo permanente en nuestra sociedad y agregando adicción en nuevas formas. El aspecto de Internet ha significado uno de los principales cambios en el nivel social que afecta nuestra relación y estilo de vida (15).

También se debe desarrollar programas de prevención universales que sean selectivos y listados en el contexto de la escuela, dado que el entorno educativo es ideal para los programas de prevención, ya que es un lugar donde los jóvenes están diseñados para determinar circunstancias interpersonales y desarrollar habilidades socioemocionales. Aunque actualmente no hay programas específicos para prevenir el uso de adicciones múltiples y se prueban empíricamente, existe evidencia de la efectividad de algunas actividades profilácticas en el contexto de la educación sobre consumo de alcohol (16).

El discurso no está relacionado con la estigmatización del consumo, sino en proporcionar una respuesta que mejore las relaciones en su familia y entorno social, reduciendo la aceptación social del consumo de alcohol en las familias.

Tratamiento

Debemos mencionar que, en el año 2020, la pandemia de Covid-19, Redujo el nivel de consumo de alcohol en América del sur, 81.4% (2019) A 73.8% (2020); así como el consumo exagerado de alcohol episódico, que cayó del 50.7% (2019) al 37.7% (2020); que refleja la importancia de las restricciones estrictas para la venta y el consumo de bebidas alcohólicas (17).

El enfoque integrado para los estudiantes universitarios se basa en su estado funcional como el primer problema durante la evaluación de los problemas; Los pacientes con trastornos del alcohol generalmente tienen cambios en su condición funcional (18). Dadas las importantes consecuencias del desarrollo de la salud de la adicción del alcohol y la mayor dificultad para dejar de tomar cuando comienza a una edad temprana un momento para influir será en el colegio (19).

Los estudios clínicos en adolescentes han encontrado que los trastornos de los medicamentos a menudo existen con otros trastornos mentales, como depresión, déficit de atención con hiperactividad, superando los trastornos negativos y los trastornos conductuales (20).

Independientemente de las características sociales y de comportamiento del consumo actual de alcohol, y a lo largo de la vida está positivamente relacionado con la obesidad general y central para las mujeres y los hombres (21).

Resultados

Tabla 1: Tipos de adicciones más comunes en los jóvenes

<i>AUTORES</i>	<i>AÑO</i>	<i>PAIS</i>	<i>METODOLOGIA</i>	<i>REVISTA</i>	<i>TIPOS DE ADICCIONES</i>
César Sandoval. Et. al (22)	2021	Perú	Es un estudio transversal analítico	Revista Educación Médica	<ul style="list-style-type: none"> • Internet • Alcohol • Drogas • Videojuego
Danna Sugeidy Vera Zamora. Et al (23)	2024	Ecuador	Es un estudio transversal de tipo exploratorio con enfoque cuantitativo	Tejedora. Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y Trabajo Social	<ul style="list-style-type: none"> • Alcohol • Tabaco • Drogas legales
Eduardo, Morales Torres. Et al (24)	2024	Colombia	Es un estudio de tipo revisión de literatura	Informe de universidad Cooperativa de Colombia	<ul style="list-style-type: none"> • Marihuana • Cocaína • Anfetamina • Éxtasis • Heroína
Juana Rosalba García Ramírez. Et. al (7)	2024	México	Es un estudio cualitativo de corte transversal	Revista Verano de la Ciencia XXI	<ul style="list-style-type: none"> • Alcohol • Tabaco • Cocaína

Andrés Santiago Galarza Schoenfeld. Et al (25)	2024	Ecuador	Es una investigación descriptiva y transversal	Revista MedMilitar	• • • na	Tabaco Alcohol Marihuana
Francisco Matheus Azevedo de Sousa Et. al (26)	2023	Brasil	Es un estudio con enfoque cuantitativo	Revista Cogitare Enfermagem	• cos • • na	Analgésicos Alcohol Marihuana
Ana Congo Cobos Et al (27)	2021	Ecuador	Es un estudio mixto transversal	Revista de estudios y experiencias en educación	• • na •	Drogas Marihuana Cocaína
Darwin R. Noroña Salcedo Et al (10)	2022	Ecuador	Es un estudio con enfoque cuantitativo con diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional.	Revista de Investigación en Psicología	• •	Tabaco Alcohol
Willie B. Thomas	2023	Estados Unidos	Es un estudio cuantitativo	National Institute on Drug Abuse	• • • s	Alcohol Vape de nicotina Cannabis
María del Rosario López Saucedo Et al (28)	2024	México	Es un estudio cuantitativo transversal/causal	Revista Psicumex	•	Alcohol

Resultados e interpretación

En la primera tabla se estableció cuáles eran las principales adicciones en los estudiantes universitarios en los últimos cinco años, en donde hemos demostrado lo siguiente datos: alcohol

con un 35%; marihuana con un 17%; drogas con un 26%; internet con un 9%; otros con un 13%. Toda esta información fue extraída netamente de artículos científicos de varios países para poder tener variedades de adicciones y de la misma manera tener ciertas similitudes para poder relacionar en nuestro análisis.

Como nos hemos dado cuenta las adicciones más comunes es el alcohol, después le sigue las drogas y como tercer punto tenemos la marihuana, todas estas sustancias nocivas genera un daño tanto físico como mentales en los estudiantes universitarios, no solo se afecta negativamente a su rendimiento académico, también puede generar problemas de salud mental y a su vez dañar sus relaciones interpersonales tanto con los docentes e compañeros de curso.

Tabla 2: Consecuencias en consumir sustancias nocivas

AUTORES	AÑO	PAIS	METODOLOGIA	REVISTA	CONSECUENCIAS
Victoria Estefanía Armas García Et al (29)	2024	Ecuador	Es un estudio con enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo-correlacional y corte transversal	Revista Científica de Salud BIOSANA	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Violencia • Estrés
Jonathan Martínez Líbano Et al (30)	2022	Chile	Es un estudio de revisión sistemática	ReiDoCrea: Revista electrónica de investigación y docencia creativa	<ul style="list-style-type: none"> • Depresión • Ansiedad • Estrés • Adicción a internet
Alexander Darío Castro Jalca Et al (31)	2023	Ecuador	Es un estudio narrativo documental de tipo descriptivo	Revista Multidisciplinaria Arbitrada de Investigación Científica	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés • Depresión • Ideación suicida • Agresión • Déficit de atención

Organización mundial de la Salud (32)	2024	Estados Unidos	Es un estudio documental	Organización mundial de la Salud	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Estrés • Trastorno por déficit de atención con hiperactividad
Delia Isa Silva Becerrill Et al (33)	2024	México	Es un estudio cuantitativo, no experimental, correlacional, muestra no probabilística de tipo transversal.	Revista: Enseñanza e Investigación en Psicología Nueva Época	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Estrés • Depresión
Jorge Alcocer Varela (34)	2024	México	Es un estudio documental	Conasama	<ul style="list-style-type: none"> • Violencia • Dependencia del consumo
Giovana del Pilar Bardales Encinas Et al (35)	2024	Perú	Es un estudio cuantitativo, descriptivo correlacional y transversal.	Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Depresión
M. Martínez Lorca Et al (36)	2023	España	Es un estudio transversal	Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Estrés • Emociones desadaptativas
Deisy Mariuxi Lamiña Enríquez (37)	2024	Ecuador	Es un estudio con un enfoque cualitativo	Universidad politécnica salesiana	<ul style="list-style-type: none"> • Ansiedad • Estrés
Yoder Rivadeneira Díaz (Rivadeneira Díaz, Torres)	2021	Ecuador	Es un estudio con un enfoque sociocrítico y ecosistémico, de tipo descriptivo y corte transversal	Revista científica Dominio de la Ciencia	<ul style="list-style-type: none"> • Estrés • Depresión

**Valdivieso,
&
Collaguazo
Vega, 2021)** con una muestra
no probabilística.

Resultado e interpretación

En la segunda tabla nos hemos enfocados en las consecuencias de las adicciones en los universitarios, en donde hemos hallado demasiada información referente a nuestro objetivo cada consecuencia descrita en la tabla va a depender demasiado con el tipo de sustancia y con su propio suministro, es decir si la persona consume muy poco no va a tener consecuencias similares con las personas que llegaran a consumir en altas dosis refiriéndonos en el alcohol

Unas de las consecuencias más semejantes es el estrés, la ansiedad, la depresión y la violencia, estos se deben porque al ingerir bebidas alcohólicas o consumir sustancias nocivas, todo esto terminando alterando significativamente el cuerpo y el cerebro de las personas consumidoras. Estas reacciones dependen del tipo de drogas, de la cantidad que ingiere, de la frecuencia con la que lo ingiere y de sus características del individuo.

Tabla 3: Métodos para prevenir adicciones

AUTOR	AÑO	PAIS	METODOLOGIA	REVISTA	PREVENIR
Zuleima Cogollo Milanés Et al (39)	2022	Colombia	Es un estudio cuasiexperimental	Revista Facultad Nacional de Salud Publica	<ul style="list-style-type: none">• Programa psicoeducativo• Reforzamiento familiar

Montserrat Juan Et al (Montserrat, Nobre Sandoval, & Mariàngels, 2020)	2022	España	Es un estudio bibliográfico	Informe del Gobierno Español	<ul style="list-style-type: none"> • Dar charla para evitar las adicciones
D. Rodrigo Bonilla Toribio (41)	2021	España	Es un estudio bibliográfico	Es una tesis de la universidad de Valladolid	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar hábitos saludables
Morales Portela Betsy (42)	2021	Ecuador	Es un estudio descriptivo	Es un libro	<ul style="list-style-type: none"> • Promover estilos de vida saludables
Yaima Miranda Veití Et al (43)	2021	Cuba	Es un estudio con enfoque cualitativa y descriptiva	Es una tesis de la universidad de Ciencias Médicas de Matanzas	<ul style="list-style-type: none"> • Juegos didácticos • Charlas educativas
Raquel Ruth Rojas (44)	2022	Argentina	Es un estudio cualitativo	Es una tesis de la universidad del siglo XXI	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitación para los padres • Actividades blandas
Aquiles Eduardo Barros Mercado (45)	2021	Colombia	Es un estudio con un enfoque descriptivo	Revista Biografía	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategia didáctica • Actividades familiares

Javier Arrontes González (46)	2023	España	Es un estudio de revisión bibliográfica	Es una tesis de la Universidad Pontificia Comillas	<ul style="list-style-type: none">• Estrategias de captación• Reforzamiento familiar
Ana Burgos Et al (47)	2024	Ecuador	Es un estudio bibliográfico	Es un libro	<ul style="list-style-type: none">• Charlas educativas• Actividades des estresantes

Resultado e interpretación

En nuestra tercera tabla hemos intentado buscar estrategias preventivas para evitar las adicciones tanto para los adolescentes como en los universitarios, ya que algunas estrategias se deben implementar desde el colegio para que en su futuro no se hagan adictos o vayan a depender demasiado de ciertas bebidas alcohólicas o ciertas drogas. Unas de las más mencionada son en el ambiente familiar, debemos incrementar actividades familiares, los padres deben estar más atento de sus propios hijos ya que algunos estudiantes consumidores han afirmado entrar a esa vida por descuido de sus padres, aunque no es una buena excusa debemos aceptar que los padres siempre será la influencia más importante para un adolescente. Como segunda opción sería implementar actividades blandas para poder tener ocupado la mente de los adolescentes actividades positivas para su propio futuro, así obteniendo resultados como los siguientes, estas acciones no solamente encumbran los vínculos, sino que fomentan la empatía, la creatividad, el aprendizaje en formato grupal y una tolerancia al factor estresante.

Discusión

Hemos llegado a conclusiones donde hemos determinado las adiciones más relevantes entre los jóvenes desde su educación hasta su inicio en la vida universitaria. Asimismo, se mencionaron los síntomas más comunes tras comenzar una adicción. Por último, sugerimos estrategias para prevenir y asistir a todos los jóvenes para superar las adicciones. Donde la familia juega un papel crucial en la rehabilitación y, simultáneamente, en la superación de cualquier añadido entre los jóvenes.

En el año 2022, la estudiante Brithney Olaya Calero junto a su compañera Mishell Lata Sánchez de la Universidad Regional Autónoma de los Andes, finalizaron un estudio en Ecuador. Los alumnos de nivel universitario, particularmente aquellos de 17 años en adelante, suelen consumir más alcohol que la media de los adultos (48). Como es evidente, hemos concluido con los mismos hallazgos de nuestra investigación al estudiar a estas jóvenes, donde se indicó que el alcohol es una de las adicciones más comunes en los estudiantes universitarios.

"Esto es resultado del paso hacia la universidad, un periodo marcado por la búsqueda de nuevas vivencias, culturas y contextos, frecuentemente alejados de la vigilancia de los progenitores. Esta circunstancia puede conducir a un desconocimiento de la libertad y promover conductas desviadas" (48). Estos fueron los hallazgos de la señorita Brithney y la señorita Mishell, ambas pertenecientes a la universidad situada en Ambato.

En la nación vecina, en Lima, también se publicó hace poco en 2023 un artículo por Miguel Ángel Basauri Delgado, estudiante de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón, en el que propuso un análisis completamente distinto al de las autoras previamente citadas. Ángel indicó que durante la pandemia de Covid-19, la adicción a las redes sociales se ha intensificado, particularmente en contextos universitarios, dado que los individuos siguen utilizando estas plataformas para comunicarse, divertirse, aprender y laborar. (49).

Conclusión

En esta investigación, se notó que la ingesta excesiva de alcohol entre los estudiantes universitarios de Manabí ejerce un impacto significativo en su bienestar mental. Los hallazgos indican que numerosos alumnos forman hábitos de adicción, lo que podría derivar en problemas como ansiedad, depresión y una disminución general de su salud emocional. Estos descubrimientos señalan la importancia de tratar el problema del consumo de alcohol en este grupo, dado que afecta no solo su salud mental, sino también su desempeño escolar y calidad de vida.

Sin embargo, es crucial considerar que este estudio tiene restricciones, tales como la ausencia de información longitudinal y la exigencia de una muestra más extensa para poder generalizar los hallazgos. De esta manera, se recomienda realizar futuras investigaciones que examinen a fondo los elementos que favorecen la adicción al alcohol entre los alumnos.

Para abordar este problema, resultaría beneficioso poner en marcha programas de prevención que contemplen talleres didácticos, campañas de sensibilización y asistencia psicológica. Estas

acciones pueden asistir a los jóvenes en la toma de decisiones más fundamentadas y saludables, guiando a la nueva generación hacia un modo de vida exento de adicciones.

Referencias

1. Santiago Lorenzana E, Pedroza Martínez DL, Tovar Martínez M, Amado Ramírez NI, PavónCastro C. Las adicciones en los jóvenes universitarios y sus consecuencias en la salud. *Vitalia revista científica y académica*. 2024; 5(4): p. 510 - 526.
2. Castillejos López B. La salud mental y la prevención de adicciones en la educación superior de México. *Revista de investigación educativa de la Rediech*. 2024; 14(1): p. 1 - 14.
3. Ponce Pinay RA, Santana Toala F, Soriano del Pezo A. Impacto del consumo de drogas en la salud mental de adolescentes: revisión sistemática. *Journal Scientific MQRInvestigar*. 2024; 18(1): p. 5616 - 5635.
4. Organización Mundial de la Salud. Neurociencia del consumo y dependencia de sustancias psicoactivas. *Investigativo*. Ginebra.1.
5. Lino Villacreses W, Guerra Pincay , Delgado Tigua. Conductas adictivas y su impacto en los adolescentes. *Polo de conocimiento*. 2023; 8(10): p. 72 - 94.
6. Daza Cazana. PREVENCIÓN DEL ALCOHOLISMO Y CONSUMO DE OTRAS DROGAS. *Revista de Salud Publica en acción*. 2022; 3(2).
7. García Ramirez , Arriaga Lugo , Cornejo Herrera N, Herrera Reyes. Consumo De Drogas En Estudiantes Universitarios Del Área De La Salud. *Researchgate*. 2024; 1(1).
8. Suárez Villa , Lastre Amell , Alejandra Orostegui , González Ramírez I, Tarriba Niebles , Martinez Montañez. Factores de riesgo influyentes en consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes universitarios en tiempos de covid-19. *Enfermería Global*. 2023; 22(70).
9. Villatoro Velazquez , Mora Icaza , del Campo Sánchez , Fregoso Ito , Bustos Gamiño M, Resendiz Escobar , et al. El consumo de drogas en estudiantes de México: tendencias y magnitud del problema. *Salud mental*. 2021; 39(4).
10. Noroña Salcedo DR, Mosquera Hernández VC, Laica Hernández VG. Análisis del consumo de drogas en estudiantes universitarios en Quito (Ecuador). *Revista de Investigación en Psicología*. 2022; 25(1).

11. Marín Navarrete , Sánchez Domínguez , Fernández Cáceres. Incremento del consumo de metanfetaminas: un desafío para los servicios de tratamiento. *Revista Internacional de Investigadores en Adicciones*. 2023; 10(2).
12. Terán Prieto. Adolescentes y consumo de drogas. *Actualización en Pediatr* 2022. 2022; 3(0).
13. Rodrigues da Silva , Timóteo Costa , de Araújo Rocha , Brandão Neto , Rodrigues Veríssimo , Maria de Aquino. Factores asociados al consumo de drogas por adolescentes escolares. *Index de Enfermería*. 2022; 30(1).
14. González Flores , Salazar Ascencio , León Herrera. Consumo de drogas en estudiantes de pedagogía de una. *Revista Española de Drogodependencias*. 2022; 48(3).
15. Tomás Benloch CM. Adicción a las criptomonedas: una nueva forma de ludopatía. *Revista Española de Drogodependencias*. 2023; 48(1).
16. Carballo JL, Pascual Pastor. Sobre la prevención del uso de Cigarrillos Electrónicos en adolescentes. *ADICCIONES*. 2024; 36(4).
17. Pineda P, Rangel L, Celis. PREVENIR EL ALCOHOLISMO DESDE LOS COLEGIOS: COMPONENTES Y EVIDENCIA DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN. *Revista latinoamericana de estudios educativo*. 2020; 16(1).
18. Eduardo Sandí L, Solano Sandí A, Merenstein Hoffmanb. Alcoholismo en adultos mayores en Costa Rica. *REV HISP CIENC SALUD*. 2020; 6(1).
19. Sánchez Aragón , Pastor Gosálbez , Valls-Fonayet , Anleu Hernández M, Belzune gui Eraso. Motivaciones para el consumo de tabaco en adolescentes. *Revista Española de Drogodependencia*. 2024; 49(3).
20. Díaz R, Goti J, Magallón Neri , Mateus Gómez , Ilzarbe , Castro Fornieles. Tratamiento integrado vs. tratamiento paralelo en adolescentes con consumo de sustancias y trastornos comórbidos: Un ensayo aleatorizado. *ADICCIONES*. 2024; 36(4).
21. Luengo Martín J, Peramato Martín , García Ramón , Peramato Cascón , Fernández Corral E, García Granja. Interacción del alcohol y la obesidad en la aparición y progresión de la enfermedad hepática crónica. Una revisión sistemática. *Dialnet*. 2024; 13(5).

22. Sandoval A, Ugarte GF, Zeñada Ríos M, Pacsi Inga , Robertson AV, Mejía R. Control de impulsos y adicciones en estudiantes de medicina de la Universidad Ricardo Palma, Lima-Perú. *Educación Médica*. 2021; 22(55): p. 384 - 389.
23. Vera Zamora , Collantes Zavala J, Espinoza Arias , Villacreses Álvarez. LAS SUSTANCIAS PSICOACTIVAS Y EL DESARROLLO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y Trabajo Social: Tejedora*. 2024; 7(14): p. 120 - 131.
24. Morales Torres E, Vargas Ramírez DM, Pardo Sáenz K, Mora Ardila LM. Tipos de sustancias psicoactivas ilegales que consumen los estudiantes universitarios. *Investigativo*. Bucaramanga (Colombia) : Universidad Cooperativa de Colombia, Facultad de Ciencias de la Salud.1.
25. Galarza Schoenfeld , López Mero , Pibaque Tigua , Collantes Zavala. Percepción de riesgo sobre el consumo de drogas en estudiantes universitarios. *MedMilitar*. 2024; 3(12): p. 10 - 17.
26. Azevedo de Sousa , Dantas de Sousa , Nunes Aragão M, Nazaré Oliveira E, César de Almeida , Nunes Bezerra M, et al. CONSUMO DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS Y RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL ÁREA DE LA SALUD. *Cogitare Enfermagem*. 2023; 28(1): p. 50 - 74.
27. Cango Cobos , Suárez Monzón. Consumo de droga en estudiantes ecuatorianos. Una alternativa de prevención y desarrollo resiliente del alumnado desde la escuela. *Revista de estudios y experiencias en educación*. 2021; 20(44): p. 103 - 129.
28. López Saucedo dR, Norzagaray Benítez , Arreola Romero , Corral Frías. Factores predictores del consumo de drogas en estudiantes de secundaria. *Psicumex*. 2024; 13(1): p. 15 - 27.
29. Armas García E, Ponce Delgado dR. DEPENDENCIA EMOCIONAL Y CONSUMO DE SUSTANCIAS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Revista Científica de Salud BIOSANA*. 2024; 4(5): p. 285 - 296.
30. Martínez Líbano , González Campusano , Pereira Castillo I. Las Redes Sociales y su Influencia en la Salud Mental de los Estudiantes. *ReiDoCrea: Revista electrónica de investigación y docencia creativa*. 2022; 11(4): p. 44 - 57.

31. Castro Jalca , Jaya Campos , Párraga Cedeño A. Consecuencias Físicas y Psicológicas por Consumo de Drogas en Adolescentes. Revista Multidisciplinaria Arbitrada de Investigación Científica. 2023; 7(4): p. 388 – 418.
32. Organización mundial de la Salud. La salud mental de los adolescentes. Investigativo. Estados Unidos : Organización mundial de la Salud.
33. Silva Becerrill , Rodríguez Hernández , Álvarez Bermúde. Hábitos de salud y su relación con los síntomas emocionales en jóvenes universitarios. Enseñanza e Investigación en Psicología Nueva Época. 2024; 6(1): p. 1 - 15.
34. Alcocer Varela. Desafíos y Esperanzas: Abordando la salud mental y las Adicciones en la actualidad. Investigativo. Ciudad de México : /conasama.
35. Bardales Encinas GDP, Ramos García , Morón Cabrera , Terrones Marreros. Salud mental en el rendimiento académico de escolares adolescentes. Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía. 2024; 8(2): p. 25 - 29.
36. Martínez Lorca , Morales Calvo , Zabala Baños , Aguado Romo. Salud mental, afecto y emociones en estudiantes universitarios españoles de Ciencias de la Salud y Ciencias Sociales. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física. 2023; 2(1): p. 163 - 173.
37. LAMIÑA ENRÍQUEZ. CONSUMO DE DROGAS Y RELACIÓN CON EL RENDIMIENTO ACADÉMICO ESTUDIO DE CASO EN ESTUDIANTES DE DÉCIMO DE EDUCACIÓN GENERAL BÁSICO. Investigativo. Quito (Ecuador): UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA, CARRERA DE EDUCACIÓN BÁSICA.
38. Rivadeneira Díaz , Torres Valdivieso , Collaguazo Vega. Consumo de sustancias psicoactivas que provocan adicciones en la población inanto juvenil del cantón Olmedo de la provincia de Loja. Dominio de la Ciencia. 2021; 7(2): p. 286 - 300.
39. Cogollo Milanés , Gómez Bustamante , Campo Arias. Efectividad de un programa para la prevención de consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes universitarios. Revista Facultad Nacional de Salud Publica. 2022; 41(3): p. 15 - 23.
40. Montserrat J, Nobre Sandoval LdA, Mariàngels D. LA PREVENCIÓN FAMILIAR DE LAS ADICCIONES DESAFÍOS Y OPORTUNIDADES DE LAS ESTRATEGIAS DE

- CALIDAD. Investigativo. Madrid : INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EN PREVENCIÓN, Area de la Salud.
41. Bonilla Toribio R. PROYECTO DE INTERVENCIÓN EN ADICCIÓN A SUSTANCIAS ESTUPEFACIENTES, JUEGO Y TECNOLOGÍA. Investigativo. Valladolid: universidad de valladolid, Departamento de idiomas.
 42. Morales Portela B. Libro de Resúmenes del 2do Congreso Internacional de Tecnología Educativa, Diseño y Sociedad 2021. Segunda Edición ed. Leiva YP, Companioni OL, editores. Cuenca : Nexmy; 2021.
 43. Miranda Veitía Y, Ramos Pérez D, Castillo Morejón I, Robles Mirabal V. JUEGO DIDÁCTICO PARA PREVENIR LAS ADICCIONES EN ADOLESCENTES. Investigativo. Matanzas : Universidad de Ciencias Médicas de Matanzas, Departamento de Ingreso.
 44. Ruth Rojas. “Prevención de adicciones y consumo de drogas en el ciclo básico”. Investigativo. Buenos Aires: UNIVERSIDAD SIGLO 21, Departamento de Educación.
 45. Barros Mercado. Aplicación del Método de Casos en la prevención de las adicciones en educación básica secundaria. Revista Bio-grafía. 2021; 5(1): p. 25 - 32.
 46. Arrontes González. Publicidad y procesos psicológicos como predictores de la vulnerabilidad al juego patológico y su marco legal. Investigativo. Madrid: Universidad Pontificia Comillas, FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES.
 47. Burgos , Enríquez , Giménez , Grijalva , Hernández , Hynes. Drogas: del estigma a las buenas prácticas. Primera edicion ed. Bravo BR, editor. Cuenca: EdiPuce; 2024.
 48. Olaya Calero , Lata Sánchez K. Efectos del alcohol en jóvenes universitarios. Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud. 2022; 6(3): p. 138 - 147.
 49. Basauri Delgado. Factores asociados a la adicción a redes sociales en universitarios: una revisión sistemática y metaanálisis. Revista de la Facultad de Psicología. 2023; 26(1): p. 11 - 56.