

INFLUENCIA DEL ALCOHOL Y TABACO EN EL 5º SEMESTRE DEL BACHILLERATO; IDENTIFICADO EN TUTORÍA GRUPAL

TOBACCO AND ALCOHOL INFLUENCE IN 5º SEMESTER OF HIGH SCHOOL; IDENTIFIED ON GROUP TUTORING

Irma Ramírez Castro

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México
irma.ramirez@umich.mx

Jaqueline Pisano Báez

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México
jaqueline.pisano@umich.mx

Delia Lilia Velazco Capistrán

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México
delia.velazco@umich.mx

Recepción: 13/diciembre/2021

Aceptación: 11/febrero/2022

Resumen

La presente investigación aborda el tema del consumo de drogas, situación recurrente entre los jóvenes de bachillerato, con las consecuencias que trae consigo su consumo.

Se abordan de forma general los tipos de drogas lícitas que consumen los jóvenes en mayor medida, los factores de riesgo que pueden influir en la decisión de ingerir estas sustancias, así como datos estadísticos que brindan un panorama de cómo se encuentra hasta este momento, específicamente en una preparatoria en Morelia, la situación con respecto a este problema de salud pública.

Es un estudio descriptivo, transversal, cuyo propósito es brindar una aproximación al conocimiento de las drogas legales que son consumidas por estudiantes de la Escuela Preparatoria “José María Morelos y Pavón” de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, donde se concluye entre otras cosas, que la sustancia lícita con mayor frecuencia de consumo es el cigarro, seguido del alcohol y las consecuencias que ambas sustancias traen consigo, como son la fatiga,

resequedad de garganta, así como problemas de aprendizaje, lo cual es de gran relevancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los adolescentes.

Palabras clave: Adolescentes, alcohol, drogas, lícitas, tabaco.

Abstract

This investigation is about drugs consume, recurring situation among high school youth, with the consequences that its use brings. The types of licit drugs that young people consume to a greater extent, the risk factors that may influence the decision to ingest these substances, as well as statistical data that provide an overview of how they are doing, specifically, are addressed in a general way, specifically in a high school in Morelia, the situation regarding this public health problem.

It is a descriptive, cross-sectional study, the purpose of which is to provide an approach to the knowledge of legal drugs that are consumed by students of the Preparatory School "José María Morelos y Pavón" of the Michoacan University of San Nicolás de Hidalgo, which concludes among others things, that the legal substance with the highest frequency of consumption is the cigarette, followed by alcohol and the consequences that both substances bring with them, such as fatigue, dry throat, as well as learning problems, which is of great relevance in the Teaching-learning process of adolescents.

Keywords: Adolescents, alcohol, drugs, legal, tobacco.

1. Introducción

En la actualidad, el consumo de drogas es una problemática que afecta a la sociedad, el cual trae consigo diferentes consecuencias tanto físicas como sociales y, en algunos casos, psicológicas en los individuos. Este ha sido considerado un tema de interés por diversos autores [Villatoro et al., 2016; Uribe, Verdugo y Zacarías, 2011; Pilatti et al., 2019, etc.] debido al incremento considerable que ha alcanzado en los últimos años el consumo de estas sustancias, principalmente entre los adolescentes, los cuales recurren a la prueba de estas como un proceso de aprendizaje relacionado con la dinámica cultural y la imitación de su entorno [Uribe et al., 2011; Pilatti et al. 2019].

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el concepto de 'droga' desde dos disciplinas: en medicina "se refiere a toda sustancia con potencial para prevenir o curar una enfermedad o aumentar la salud física o mental" [1994, p. 33]; y en farmacología "como toda sustancia química que modifica los procesos fisiológicos y bioquímicos de los tejidos o los organismos". [1994, p. 33], es decir, estas definiciones se encuentran encaminadas, principalmente, hacia los medicamentos utilizados para tratar enfermedades de diversas índoles de manera legal, los cuales necesitan receta médica para su distribución; sin embargo, hay individuos que recurren a estas medicinas por los efectos que generan, pero son conseguidos por otros medios, es decir, sin una receta médica que autorice la compra, esto es, de manera ilegal; por consiguiente entendemos que la definición de 'droga' planteada por la OMS nos guía hacia una dirección que nos refiere a medicamentos; no obstante, aunque el consumo de este tipo de drogas esté en aumento, no es el único del que hablaremos, ya que podemos encontrar otros tipos de sustancias, coloquialmente, conocidas como drogas (los ejemplos podrían ser: alcohol, tabaco, marihuana, cocaína, etc.), las cuales son consumidas, cada vez en mayor medida, por la sociedad. Por tal razón, recurriremos a otra definición también dada por la OMS, 'sustancia o droga psicoactiva':

Sustancia que, cuando se ingiere, afecta a los procesos mentales, p. ej., a la cognición o la afectividad. Este término y su equivalente, sustancia psicotrópica, son las expresiones más neutras y descriptivas para referirse a todo el grupo de sustancias, legales e ilegales, de interés para la política en materia de drogas [1994, p. 58].

Ambos términos son de relevancia, debido al incremento considerable que se ha tenido en el consumo de drogas, tanto médicas como psicoactivas. Sin embargo, aquellas sustancias que sobresalen por causa del alto número de individuos que las ingieren son: el alcohol, el tabaco, la marihuana, y son precisamente los jóvenes los principales en recurrir a ellas [Gómez, Landeros, Noa y Patricio, 2017; Villatoro et al., 2014; Villatoro et al., 2016].

Según Villatoro et al., [2016] en una investigación realizada en México, donde se abarcan diversos estados del país, señalan que la edad promedio en el inicio del

consumo de alcohol es de 12.6 años; mientras que, del tabaco, aproximadamente, es de 13 años. Esto nos dice que es en la adolescencia donde comienza este grave problema, siendo esta una etapa vulnerable en el desarrollo de los jóvenes. Los factores que desencadenan esta problemática son diversos: ya sea por influencia familiar, integración social, observar a sus pares, etc. [Sánchez et al., 2014; Pilatti et al., 2019], y son razones por las cuales los adolescentes toman la decisión de ingerir bebidas alcohólicas y cigarrillos por primera vez en su vida, lo que provoca, generalmente, el uso regular de estas sustancias.

En los resultados de la Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) llevada a cabo en 2011, nos señalan que la población de 12 a 65 años alguna vez en su vida ha ingerido bebidas alcohólicas con un 71.3%; mientras que en la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco [ENCODAT 2016-2017], los resultados son del 71%, lo cual nos indica que el consumo de alcohol se ha mantenido estable en los últimos años, y, a pesar de que se puede observar con optimismo el hecho de que no haya aumentado el porcentaje de consumo, no significa que tengamos que restar importancia al elevado número de individuos que han ingerido bebidas alcohólicas, aunque, claro, el rango de edad es muy amplio.

Por otro lado, en el tabaco hemos encontrado diferencias significativas: en los resultados de la ENA [2011] observamos que el 21.7% de la población eran fumadores activos (17.3 millones); mientras que, en ENCODAT [2016-2017] la cifra se redujo considerablemente con un 17.6% (14.9 millones), esto es un gran avance con respecto al consumo de tabaco donde más del 4% de individuos ha logrado apartar este vicio. Otro resultado de relevancia es el de las drogas, donde también se encuentran diferencias importantes, pero con respecto al aumento en el consumo de estas: en la ENA (2011) encontramos que, en la población total, el consumo de cualquier droga era de 7.8%, las drogas ilegales del 7.2% y en la marihuana del 6%; pero en ENCODAT [2016-2017] las diferencias son significativas, el consumo de cualquier droga es de 10.3%, de drogas ilegales un 9.9%, mientras que la marihuana alcanzó un 8.6%.

Con lo anterior podemos observar que, con respecto al alcohol, no ha ocurrido una diferencia remarcable entre los años 2011 y 2016, y, a pesar de que el número es

bastante elevado, es significativo que durante cinco años no haya aumentado, y sí descendido un 0.3%; sin embargo, debemos mencionar el cambio notable, tanto en el consumo de tabaco como de las drogas: el primero con una evolución positiva con respecto a la disminución en su consumo, con al menos un 4% de la población; mientras que el porcentaje correspondiente a drogas aumenta de manera continua, al ingerirse por lo menos un 2% más, porcentaje en el que, si no se toman medidas, puede ir aumentando gradualmente.

Sin embargo, centrándonos en los adolescentes de entre 12 y 17 años, según ENCODAT [2016-2017] con respecto al alcohol, el consumo de esta sustancia es de un 39.8%; mientras que del cigarro, el 4.9% de jóvenes fuma tabaco actualmente, es decir, 684 mil adolescentes mexicanos; y, finalmente, con respecto a las drogas, el consumo (alguna vez en que hayan sido ingeridas) aumentó casi el doble desde el 2011 al 2016, de 3.3% al 6.4% en cualquier droga, de 2.9% a 6.2% en drogas ilegales y de 2.4% a 5.3% en marihuana. Ante esto, entendemos que el alcohol sigue siendo la principal sustancia ingerida, sin embargo, el consumo de drogas supera al del tabaco en la actualidad, donde según el ENCODAT, la marihuana es la principal droga a la que se recurre. Ahora bien, aunque son diversos los factores que han influido en la decisión del adolescente de consumir drogas, un elemento a tomar en cuenta es la percepción de riesgo que se tiene de estas.

Con respecto a las tres principales sustancias, antes mencionadas, tanto el alcohol como el tabaco son consumidos en gran medida por su status de "legalidad", esto es, aquellos que tienen permitidos su comercialización [OMS, 1994; Barreto, Pérez, Roa, López y Rubiano, 2015] por lo tanto, son más fáciles de conseguir, especialmente para reuniones donde las bebidas van, generalmente, acompañadas de cigarros, y, de igual manera, al ser legales estas sustancias son percibidas como un menor riesgo para la salud, lo cual genera un incremento en el uso de estas [Uribe et al., 2011; Méndez-Ruiz, de Jesús Alonso-Castillo, Alonso-Castillo, Uribe-Alvarado y Armendáriz-García, 2015]; en cambio, la marihuana aún se encuentra en proceso de legalización, sin embargo, su consumo influye, al igual que con el alcohol y el tabaco, con la concepción de peligrosidad de esta droga, entre menor idea de peligro mayor consumo.

Con lo anterior, nos referimos a que la percepción de riesgo del adolescente influye de determinada manera en la decisión de los jóvenes de ingerir cualquier tipo de sustancias. Uribe et al., [2011], señalan que el consumo del alcohol, tabaco y otras drogas es proporcional con la percepción de peligro que se tiene al ingerir cualquiera de estas. Es decir, el consumo de alcohol y de tabaco ha aumentado en los últimos años debido a que la sensación de peligrosidad que generan es cada vez menor debido al uso recurrente de estas sustancias.

Méndez-Ruiz et al., [2015] en su investigación concuerdan con Uribe et al., esto es, ellos también indican que aquellos adolescentes que no han ingerido alcohol tienen una mayor percepción de riesgo con respecto a este, lo cual nos dice que, de cierta manera, al no haber ingerido bebidas alcohólicas se encuentran protegidos por su creencia acerca de lo peligroso que es el alcohol, así como sus efectos.

Mientras que las drogas, si bien ha aumentado su demanda, no alcanzan al alcohol y al tabaco porque su factor de riesgo aún es considerable para los adolescentes [Uribe et al., 2011]. Sin embargo, y como ya observamos un par de párrafos antes, el consumo de drogas ha aumentado en gran medida, superando (aunque por poco) al tabaco, lo cual nos dice que entre más se ingieran cualquier tipo de drogas (centrándonos en marihuana, cocaína, inhalantes, etc.), su percepción de riesgo irá disminuyendo.

De igual modo, en el reporte de la encuesta correspondiente a las drogas de ENCODAT, mencionan que la percepción de riesgo del adolescente juega un papel fundamental con respecto al consumo de estas, donde aquellos que no han probado aún ningún tipo de drogas encuentran su consumo bastante arriesgado: el ingerir cocaína se considera muy peligroso con un 71.3%, los inhalables con un 70.7% y la marihuana con un 39.9%; mientras que al cuestionárseles a aquellos que ya han probado estas sustancias, se encuentra que 62.8% considera arriesgado el consumo de cocaína, el de inhalables se reduce a un 66.9%, sin embargo, el resultado más drástico ocurre con la marihuana, siendo este de un 18.7% [2017, p. 78], es decir, al probar la marihuana se genera una reducción notable en la percepción que tiene el adolescente acerca del riesgo que provoca esta droga, y lo cual genera, como ya se mencionó, un aumento considerable en su consumo.

Entendemos de esta manera que la percepción de riesgo es un factor de relevancia en la decisión de ingerir cualquier tipo de droga, aunque cabe resaltar que no es el único; anteriormente se han mencionado diversos factores que pueden ser determinantes en los adolescentes para comenzar con esta práctica, entre ellos que los jóvenes recurren a este consumo como parte de su manera de relacionarse con otros [Uribe et al., 2011; Pilatti et al. 2019].

En la investigación de Sánchez, Villareal, Ávila, Vera y Musito [2014] mencionan que hay diferentes componentes que influyen en la voluntad de recurrir a estas sustancias: como lo serían los factores contextuales de familia, escuela y comunidad; así como los factores personales como autoestima, sintomatología depresiva y expectativas académicas. Algunos de estos elementos los clasifican como factores de riesgo y otros de protección: la autoestima social, en esta investigación, fue considerada como factor de riesgo debido al aumento en el consumo de drogas por parte de los adolescentes para poder sentirse parte de un determinado grupo de amigos e integrarse de una manera más sencilla; mientras que el autoestima escolar la relacionan como un factor de protección donde el adolescente al considerarse como un buen alumno, obtener buenas calificaciones y ser estimado por sus maestros, tiende a tener una menor dependencia hacia el consumo de sustancias.

Sin embargo, hay algo que no podemos perder de vista: el contexto familiar es de suma importancia para el desarrollo de los jóvenes, tal y como lo expresan Sánchez et al., “las características del funcionamiento familiar se relacionan, en gran parte, con el consumo de drogas de los hijos/as adolescentes porque influyen en el desarrollo de su autoestima, tanto de protección (autoestima escolar) como la de riesgo (autoestima social)” [Sánchez et al., 2014, p. 75].

Por su parte, Pilatti et al., [2019], mencionan que, y concordando con lo ya dicho, la percepción de riesgo influye para una orientación hacia el consumo de sustancias, pero agregan otros elementos: la impulsividad y las normas sociales. La primera está relacionada con la personalidad del adolescente, que puede influir en otros aspectos de su vida y no únicamente en el hecho de ingerir cualquier droga, no obstante, la impulsividad la relacionan con la toma de decisiones apresuradas y no

planificadas, lo cual explica cómo es que esta puede relacionarse con el consumo de alcohol por parte de los jóvenes, ya que estos beben o fuman por imitación de pares y sin tomarse un momento para analizar las consecuencias de sus actos.

Por otro lado, a las normas sociales las dividen en *descriptivas*, la percepción del consumo de sustancias en sus iguales; y *prescriptivas*, la percepción en la *aprobación* del consumo de sustancias por sus iguales. El resultado de esta investigación nos presenta que entre los jóvenes universitarios las normas sociales prescriptivas determinan en gran medida el consumo de alcohol y marihuana, es decir, se asocia la aprobación de otros universitarios con un mayor índice de ingerir estas sustancias [Pilatti et al., 2019].

Con lo antes dicho podemos afirmar que una de las razones principales del consumo de drogas es la inclusión a determinado grupo social, esto es, los adolescentes recurren al uso de estas sustancias para, de alguna manera, lograr la aprobación de sus pares y, por ende, la pertenencia a este colectivo.

Como ya se observó, hemos realizado un acercamiento a los porcentajes de consumo de drogas en México, las principales sustancias ingeridas por los jóvenes, así como ciertos factores que influyen en la decisión que estos toman para inmiscuirse en este mundo y concordamos que esta problemática afecta de manera directa a los adolescentes y sus vidas. No obstante, aunque son tres las principales sustancias que mencionamos de manera recurrente con anterioridad: alcohol, cigarro y marihuana.

Debido a la influencia que tienen en los jóvenes, únicamente nos centraremos en las primeras dos, ya que la marihuana aún se encuentra en proceso de legalización, pero no puede considerarse una droga legal aún, por ende, es más difícil su comercialización y distribución. Mientras que, el alcohol y el tabaco, al estar legalizados son sustancias de fácil acceso a las que los adolescentes recurren ya sea para desestresarse, su disfrute, o para convivir, por lo tanto, el objetivo de esta investigación fue realizar una aproximación al consumo de drogas legales, así como sus efectos; durante sesiones de tutoría grupal de los estudiantes de 5° semestre, en la escuela preparatoria “José María Morelos y Pavón”, perteneciente a la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo.

2. Métodos

Participantes

Esta investigación fue llevada a cabo desde el paradigma cuantitativo, con un enfoque descriptivo transversal. Los participantes que inicialmente se consideraron fueron 245 alumnos, inscritos en el último año de bachillerato, cuyas edades fluctúan entre los 17 y 18 años; de estos, 150 son de sexo femenino y 95 de sexo masculino. Sin embargo, del total mencionado de estudiantes, solamente participaron 190, de ellos 124 mujeres y 66 hombres. Las encuestas se realizaron en las diez secciones de quinto semestre, turno matutino y vespertino, esto es, de los bachilleratos Químico-Biológicas secciones 01, 02 y 21; Histórico-Social secciones 01,02 y 21; Económico-Administrativo secciones 01 y 21; e Ingeniería-Arquitectura secciones 01 y 21, de la preparatoria “José María Morelos y Pavón” perteneciente a la UMSNH en Morelia Michoacán.

Instrumento

Se realizó una encuesta mixta para conocer el alcance del conocimiento que tienen los alumnos acerca de las drogas y sus efectos, donde únicamente se consideraron seis reactivos:

- ¿Sabes que el cigarro y las bebidas alcohólicas se consideran drogas legales?
- ¿Has consumido cigarro y/o alcohol?
- ¿Cuál de las anteriores es la que consumes con mayor frecuencia?
- ¿Cuántos cigarros consumes al día?
- ¿Cuántas bebidas alcohólicas consumes a la semana?
- ¿Qué efectos se presentan en tu persona al consumir esta(s) droga(s)?

La encuesta fue aplicada en los últimos 15 minutos durante la clase de tutoría grupal, por medio de Google Meet, de esta forma se explicó en qué consistía la encuesta. De igual manera, se notificó que su participación no era obligatoria y que esta sería anónima. Se recurrió al programa Microsoft Excel para la elaboración de las gráficas.

3. Resultados

A partir de las encuestas realizadas, encontramos que casi la totalidad de adolescente sabe que existe una clasificación de drogas, con un 97% confirman que el alcohol y el tabaco se encuentran catalogadas como drogas legales, razón por la cual tienen una mejor recepción, tanto cultural como social, a pesar del daño a la salud que estas pueden generar en los individuos que las consumen (Figura 1).

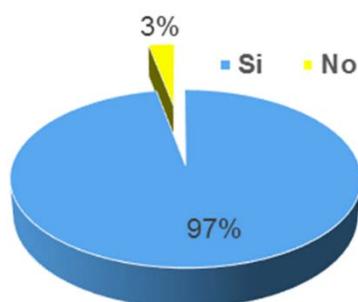


Figura 1 Conocimiento sobre legalidad del cigarro y las bebidas alcohólicas.

Otro resultado de relevancia es que el 94% de los encuestados ha consumido alguna sustancia legal, es decir que la mayoría de los jóvenes que se encuentran estudiando el quinto semestre han probado alguna vez en su vida alcohol o tabaco, lo cual genera un estado de alarma con respecto al consumo de drogas (Figura 2).

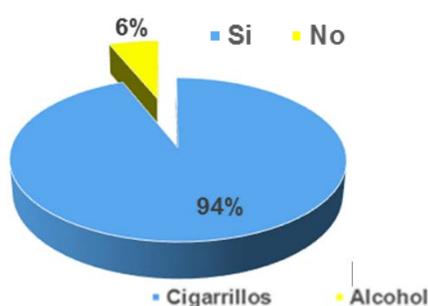


Figura 2 Consumo alguna vez de cigarrillos y/o alcohol.

Con respecto a las sustancias legales más consumidas, podemos observar que el tabaco con un 94% se ingiere de manera más significativa que el alcohol con un 6% por los jóvenes de esta preparatoria (Figura 3).

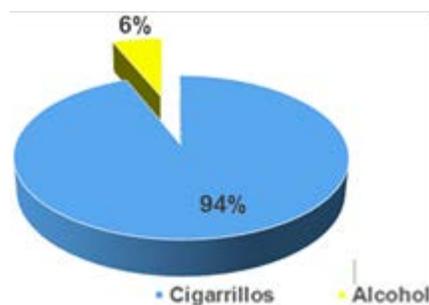


Figura 3 Mayor consumo de cigarrillo y/o alcohol

En cuanto al número de cigarrillos que se ingieren en el día, se encontró que 64% de los estudiantes fuman por lo menos cuatro cigarrillos, 23% fuman dos y el 13% recurre de uno a dos (Figura 4).

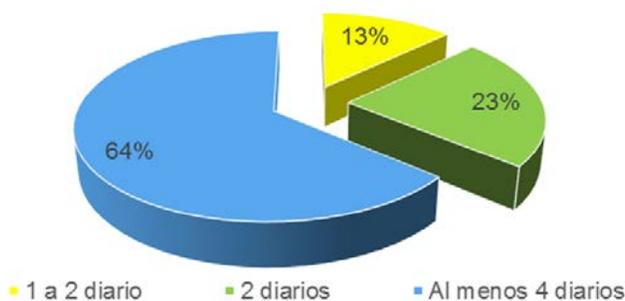


Figura 4 Cantidad de cigarrillos consumidos al día.

Referente al alcohol, se encontró que 36% de los estudiantes ingiere de 4 a 6 bebidas en la semana, sin embargo, el 64% consume solamente de 1 a 2, pero estas las consumen en fiestas o reuniones (Figura 5).

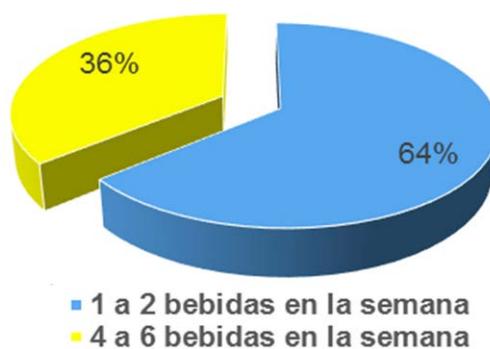


Figura 5 Cantidad de bebidas alcohólicas consumidas a la semana

Con relación a los efectos percibidos por los adolescentes con el consumo de este tipo sustancias, casi la mitad de los encuestados (49%), manifiestan que al ingerir, tanto cigarro como alcohol, tienen falta de retención con respecto a lo visto en clases, por ende, se ve afectado su proceso de enseñanza-aprendizaje; mientras que el 26% señaló que un efecto que se presenta es la fatiga al hacer ejercicio; y el 25% restante menciona que la resequeadad de garganta es otra consecuencia del consumo de estas sustancias (Figura 6).

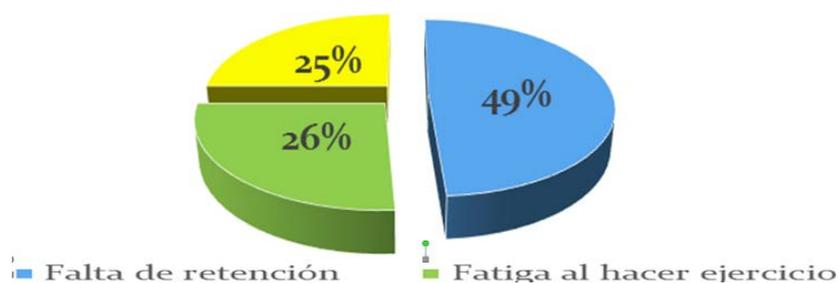


Figura 6 Efectos percibidos al consumir esta(s) droga(s)

4. Discusión

El alcohol y el tabaco, al ser consideradas drogas legales, su venta es más sencilla, a pesar de que esta sigue siendo limitada, es decir, únicamente aquellos jóvenes que sean mayores de edad pueden comprar estas sustancias sin ningún impedimento para ello, pero de acuerdo de al ENCODAT [2016-2017] el consumo de ambas comienza incluso antes de que tengan 15 años, lo que podríamos describir como ilegal, ya que el uso de estas no es autorizado sino hasta los 18.

Si bien hemos dicho que el alcohol es la sustancia más consumida por adolescentes con un 39.8% [ENCODAT], reporte de consumo de alcohol, [2017, p. 50], encontramos un cambio significativo en los jóvenes de esta preparatoria, ya que la principal droga legal que se ingiere con mayor frecuencia aquí es el tabaco, superando con un 94% al alcohol.

Lo cual nos sugiere que los adolescentes recurren a los cigarrillos por la nicotina, tal y como dicen Barreto et al., basándose en *Goldfrank's Manual of toxicologic emergencies*, ellos afirman que "el poder adictivo de la nicotina, el alcaloide que contiene, ha servido para asegurar su fuerza y permanencia en el mercado mundial.

La nicotina es el principal ingrediente psicoactivo que buscan los consumidores de tabaco” [2015, p. 38] debido a los efectos que esta puede producir, ya sea para estimular o relajar.

Este alcaloide, según la OMS, produce un efecto de alerta, lo que en algunas personas llevaría la capacidad de concentración; mientras que en otras reduce la irritabilidad, así como la ansiedad [1994, p. 45], esto explica perfectamente el uso recurrente de tabaco que tienen los adolescentes que cursan el quinto semestre de bachillerato, esto es, ellos ingieren los cigarrillos como una manera de disminuir su ansiedad, la cual puede generarse por diversos factores, como lo serían las clases, exámenes, trabajos finales o el hecho de ser su último año antes de ingresar a una universidad, sin embargo, y como ya se mencionó antes, puede ser también otra forma a la que recurren para concentrarse, que es otro de los efectos que puede provocar la nicotina.

En cuanto al alcohol, si bien es cierto, que su recurrencia es significativamente menor al del tabaco, no significa que sea menos importante. Observamos que de aquellos que ingieren bebidas alcohólicas, el 36% llega a tomar de cuatro a seis bebidas en una semana, ante lo cual se encienden las alarmas, debido a que el uso constante de esta sustancia puede derivar en problemáticas más profundas, entre ellas la dependencia del alcohol, lo cual genera una adicción que podría, incluso, llegar a ser mortal.

No obstante, el 64 % de los adolescentes recurre a una o dos copas a la semana, y esto sucede, generalmente, en fin de semana social, esto es, en reuniones o fiestas que tienen con sus amigos, colegas, parejas o familiares, lo cual provoca que se ingiera alcohol para sociabilizar con los otros. Con esto regresamos a lo antes dicho por diversos autores: Pillatti et al., [2019]; Uribe et al., [2011]; así como Sánchez et al., [2014], los cuales mencionan que un factor importante para el consumo del alcohol es la integración, es decir, sentirnos pertenecientes a determinado grupo imitando su comportamiento, que en este caso sería ingerir bebidas embriagantes. Otra de las preguntas realizadas en la encuesta fue: ¿Qué efectos se presentan en tu persona al ingerir esta(s) droga(s)? Ante la cual, respondieron que 26% sentía fatiga al hacer ejercicio, lo cual puede provocar a largo plazo otra de las graves

problemáticas en México, la obesidad, debido a que al consumir tabaco, principalmente, cuesta más trabajo el respirar mientras se está realizando alguna actividad física, y como la necesidad de nicotina es bastante importante para los individuos, se prefiere dejar a un lado la condición física.

Otro efecto presentando por los jóvenes es, con un 25%, resequedad de garganta, tomando en cuenta que el cigarro es la principal sustancia ingerida, lo cual puede provocar esta reacción, sin embargo, aunque parece la consecuencia menos grave, esta puede ser muy engañosa, ya que a largo plazo, y si el consumo de cigarros sigue de al menos cuatro al día, esta resequedad puede evolucionar y pasar a ser un tipo de cáncer relacionado con el consumo de cigarros.

Ahora bien, la respuesta con más individuos que la secundan es la falta de retención con un 49%. Esto es una problemática a la que no se le debe restar importancia, ya que entendemos que al consumir este tipo de sustancias, incluso siendo drogas legales, afecta de manera significativa su proceso de enseñanza-aprendizaje, lo cual en términos más amplios, afecta por completo el futuro de estos jóvenes. Esta última consecuencia es un factor que se debe tomar en cuenta, ya que al consumir estas sustancias e incluso las drogas ilegales afectan de manera directa el desarrollo escolar de los adolescentes, evitando la retención de información y, por ende, su vida.

A pesar de que los tres efectos mencionados pueden parecer inofensivos a simple vista, entendemos que a largo plazo pueden traer consecuencias irremediables en los adolescentes, lo cuales, entre mayor sea su consumo, más difícil será apartarse de ingerir estas sustancias.

5. Conclusiones

Los datos aquí recopilados nos señalan que las drogas legales son bastante consumidas en la preparatoria “José María Morelos y Pavón” por lo alumnos de quinto semestre, con un 94% de individuos que han probado el alcohol y/o cigarros, por lo que se propone que se busquen medidas para tratar de detener o, en su defecto, frenar gradualmente el consumo de estas sustancias, las cuales, como ya

mencionamos, conforme pase el tiempo las consecuencias podrían ser irreversibles para los adolescentes.

Este es solo un pequeño vistazo a la situación del consumo de drogas legales, que desde el inicio de esta investigación hemos ido tratando de guiar para saber el alcance que tienen en el país el alcohol y el cigarro, el cual, hasta el momento, se ha mantenido estable, e incluso, ha disminuido un poco con respecto al tabaco. Sin embargo, la prevención del consumo de estas sustancias es un trabajo conjunto el cual no se debe dejar de lado bajo ninguna circunstancia, y más al tomar en cuenta las consecuencias que a largo plazo puede traer a los jóvenes.

6. Bibliografía y Referencias

- [1] Barreto, P., Pérez, M., Roa, M., López, A. & Rubiano, G. (2015). Consumo de sustancias psicoactivas legales e ilegales, factores de protección y riesgo: estado actual. *Revista de Investigación de Salud. Universidad de Boyacá*. 2(1). Pp. 31-50. Recuperado de:
- [2] <http://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/rs/article/view/128>.
- [3] Gómez Cruz, Z., Landeros Ramírez, P., Noa Pérez, M. & Patricio Martínez, S. (2017). Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas en jóvenes universitarios. *Revista de Salud Pública y Nutrición*. 16(4). Pp.1-9: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=76938>.
- [4] Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz; Instituto Nacional de Salud Pública, Comisión Nacional Contra las Adicciones, Secretaría de Salud. (2017). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (2016-2017): Reporte de Alcohol. Villatoro-Velázquez, J. A., Reséndiz Escobar, E., Mújica Salazar, A., Bretón-Cirett, M., Cañas Martínez, V., Soto-Hernández, I., Fregoso-Ito, D., Fleiz-Bautista, C., Medina Mora, M. E. Gutiérrez-Reyes, J., Franco-Nuñez, A., Romero-Martínez, M. & Mendoza-Alvarado, L. Ciudad de México: INPRFM.
- [5] Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz; Instituto Nacional de Salud Pública, Comisión Nacional Contra las Adicciones, Secretaría de Salud. (2017). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco

- (2016-2017): Reporte de Drogas. Villatoro-Velázquez, J. A., Reséndiz Escobar, E., Mújica Salazar, A., Bretón-Cirett, M., Cañas-Martínez, V., Soto-Hernández, I., Fregoso-Ito, D., Fleiz-Bautista, C., Medina-Mora, M. E. Gutiérrez-Reyes, J., Franco-Núñez, A., Romero-Martínez, M. & Mendoza-Alvarado, L. Ciudad de México: INPRFM.
- [6] Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz; Instituto Nacional de Salud Pública, Comisión Nacional Contra las Adicciones, Secretaría de Salud. (2017). Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (2016-2017): Reporte de Tabaco. Reynales-Shigematsu, L. M., Zavala-Arciniega, L., Paz-Ballesteros, W. C., Gutiérrez-Torres, D. C., García-Buendía, J. C., Rodríguez-Andrade, M. A., Gutiérrez-Reyes, J., Franco-Núñez, A., Romero-Martínez, M. & Mendoza-Alvarado, L. Ciudad de México: INPRFM.
- [7] Méndez-Ruiz, M. D., de Jesús Alonso-Castillo, M. T., Alonso-Castillo, M. M., Uribe-Alvarado, J. I. & Armendáriz-García, N. A. (2015). Relación de percepción de riesgo y consumo de alcohol en adolescentes. *SMAD. Revista Electrónica en Salud Mental, Alcohol y Drogas.* 11(3). Pp. 161-167: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762015000300007&lng=pt&nrm=iso&tlng=es.
- [8] Organización Mundial de la Salud (1994). Glosario de términos de alcohol y drogas. Gobierno de España. Ministerio de Sanidad y Consumo: https://www.who.int/substance_abuse/terminology/lexicon_alcohol_drugs_spanish.pdf.
- [9] Pilatti, A., Michelini, Y., Rivarola, G., Berberian, M., Carrizo, M. & Putassi, R. (2019) Consumo de Alcohol y marihuana en universitarios y no universitarios: relación con factores de vulnerabilidad. *Quaderns de Psicologia.* 21(2). Pp. 1-21: <https://www.quadernsdepsicologia.cat/article/view/v21-n2-pilatti-michelini-rivarola-et-al>.
- [10] Uribe Alvarado, J. I., Verdugo Lucero, J. C. & Zacarías Salinas, X. (2011) Relación entre percepción de riesgo y consumo de drogas en estudiantes de bachillerato. *Psicología y Salud.* 21(1). Pp. 47-55: <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/586>.

- [11] Sánchez Sosa, J. C., Villareal González, M. E., Ávila Guerrero, M. E., Vera Jiménez, A. & Musitu, G. (2014). Contextos de socialización y consumo de drogas ilegales en adolescentes escolarizados. *Psychosocial Intervention*. 23(1). Pp. 69-78: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-05592014000100008.
- [12] Villatoro Velázquez, J. A., Mendoza Meléndez, M. A., Moreno López, M., Oliva Robles, N., Fregoso Ito, D., Bustos Gamiño, M., Fleiz Bautista, C., Mújica Salazar, R., López Brambila, M. A. & Medina-Mora Icaza, M. E. (2014). Tendencias del uso de drogas en la Ciudad de México: Encuesta de estudiantes, octubre 2012. *Salud Mental*. 37(5). Pp. 423-435e: <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=57060>.
- [13] Villatoro Velázquez, J. A., Medina-Mora Icaza, M. E., del Campo Sánchez, R. M., Fregoso Ito, D. A., Bustos Gamiño, M. N., Reséndiz Escobar, E., Mújica Salazar, R., Bretón Cirett, M., Soto Hernández, I. S. & Cañas Martínez, V. (2016). El consumo de drogas en estudiantes de México: tendencias y magnitud del problema. *Salud Mental*. 31 (4). Pp. 193-203: <http://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=67799>.