

Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes

Harmful substances and physical activity in adolescents

¹Manuel Castro-Sánchez; ²Félix Zurita-Ortega; ¹Ramón Chacón-Cuberos; ¹Tamara Espejo-Garcés; ³Asunción Martínez-Martínez; ²Antonio José Pérez-Cortés

¹Investigador Grupo HUM-238 de la Universidad de Granada.

²Profesor Doctor del Área de Corporal de la Universidad de Granada.

³Profesora Doctora del Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación de la Universidad de Granada.

Contacto: manuel_cs87@hotmail.com

Cronograma editorial: Artículo recibido: 01/07/2016 Aceptado: 01/10/2016 Publicado: 01/05/2017

DOI: <http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

Resumen

La adolescencia es un periodo clave en el inicio del consumo de sustancias nocivas y la adquisición de conductas dañinas, como el consumo de alcohol y tabaco, por ello el presente estudio tiene como objetivo analizar el consumo de estas sustancias en relación con la práctica de actividad física de los adolescentes y establecer las relaciones existentes entre las variables. Participaron 2.134 estudiantes de edades comprendidas entre los 15 y los 18 años (M=15,93 años), que permitió el registro y evaluación de las variables Consumo de Tabaco “Fagerström Test for Nicotine Dependence (FTND)”, Consumo de Alcohol “Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT)” y Actividad física. Los resultados mostraron que nueve de cada diez adolescentes no son fumadores y tres de cada diez bebían alcohol; las chicas predominan en el consumo de alcohol de forma moderada, frente a los chicos, que lo hacen en forma excesiva. Casi siete de cada diez adolescentes practica actividad física de forma extraescolar, frente a un tercio que no practica. Ser físicamente activo está relacionado con no ser fumador o serlo en menos cantidad, pero no hay relación entre consumir alcohol y ser físicamente activo.

Palabras Clave

Actividad física; tabaco; alcohol; adolescencia.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Chacón-Cuberos, R; Espejo-Garcés, T.; Martínez-Martínez, A.; Pérez-Cortés, A.J. (2017). Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes. *Sportis Sci J*, 3 (2), 223-240.

DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

<http://revistas.udc.es/>

Abstract

Adolescence is a key period in the first use of harmful substances and harmful behaviors acquisition, so this study is to analyze the consumption of alcohol and snuff in connection with the physical activity of adolescents and establish relationships between variables. They involved 2,134 students aged between 15 and 18 years ($M = 15.93$ years), which allowed the registration and evaluation of variables Snuff consumption (FTND), alcohol consumption (AUDIT) and physical activity. The results showed that nine out of ten teenagers are nonsmokers and three in ten drank alcohol; girls predominate in alcohol moderately compared to boys, who do excessively. Almost seven out of ten adolescents practice physical activity on a formal, compared to a third who does not practice. Being physically active is related to smoking or not be in fewer, but there is no relationship between drinking alcohol and being physically active.

Keywords

Physical activity; snuff; alcohol; adolescence.

Introducción

En la actualidad, uno de los principales problemas a nivel mundial de los países desarrollados es el aumento de las conductas sedentarias, al sustituir el tiempo libre dedicado a la práctica de actividad física por un estilo de vida sedentario, el cual lleva aparejado una serie de conductas dañinas, como pueden ser el consumo de sustancias nocivas, como alcohol, tabaco y demás drogas, legales o ilegales, representando una de las principales problemáticas en la etapa adolescente (Chacón, Castro, Caracuel, Padial, Collado y Zurita, 2016).

Según la OMS, el tabaco y el alcohol son las drogas más extendidas (Álvaro, Zurita, Castro, Martínez y García, 2016) en nuestra sociedad, consideradas entre los principales problemas de salud en España por ser dos de las sustancias más perjudiciales para el organismo (Chacón, Castro, Caracuel, Padial, Collado y Zurita, 2016). Atendiendo al Plan Nacional sobre Drogas elaborado en el año 2011 se comprueba la alta prevalencia de consumo de dichas sustancias, encontrando que un 76,6% de la población en España ha consumido alcohol en alguna ocasión y un 40,2% ha fumado. Estas cifras se tornan más alarmantes al prestar atención al periodo adolescente, por ser la etapa en la que los jóvenes se inician en el consumo de ambas sustancias (15-17 años), existiendo un 62,2% de adolescentes

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Chacón-Cuberos, R.; Espejo-Garcés, T.; Martínez-Martínez, A.; Pérez-Cortés, A.J. (2017). Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes. *Sportis Sci J*, 3 (2), 223-240.

DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

<http://revistas.udc.es/>

que ha bebido alcohol en alguna ocasión a lo largo de su vida y un 26,6% ha fumado. Debido a las repercusiones negativas y que tiene el consumo de dichas sustancias en la etapa adolescente, y al problema de salud pública que representa, que ello acarrea, los expertos en salud se centran en el análisis de esta situación (Villarreal-González, Sánchez-Sosa, Musitu y Varela, 2012).

La adolescencia representa una etapa esencial en el desarrollo del ser humano, por ser la fase previa a la adultez, caracterizada por no tener configurada y afianzada la personalidad completamente, por lo tanto la persona es fácilmente influenciable en esta etapa vital. Por lo tanto, es necesario transmitir hábitos positivos y saludables desde edades tempranas, con el fin de sentar las bases de las conductas saludables que perduren durante la adultez (Ruiz-Juan, De la Cruz, Ruiz-Ruisueño y García, 2008), ya que si durante la niñez y la adolescencia no se adquieren hábitos saludables, diversos aspectos sociales y comportamentales se verán afectados en la etapa adulta (Carballo et al, 2013 y Villarreal-González, Sánchez-Sosa y Musitu, 2013). Es imprescindible controlar los factores de riesgo que pueden influir en esta etapa, como la familia, el grupo de iguales o los docentes, entre otros (Ruiz-Juan, y Ruiz-Ruisueño, 2011).

Por éste y otros motivos, queda patente que la etapa adolescente representa un periodo crítico en la aparición de hábitos sociales como el consumo de tabaco o la ingesta de alcohol (Cerkez, Culjak, Zenic, Sekulic y Kondric, 2015). Investigaciones como la de Villarreal-González, Sánchez-Sosa, Musitu y Varela (2010) estudian el consumo de sustancias nocivas en la adolescencia, prestando especial atención a la importancia de entender los motivos que desencadenan el consumo de drogas legales en esta etapa para entender los procesos que influyen, y así transmitir hábitos saludables que favorezcan conductas relacionadas con la práctica deportiva, en detrimento de conductas sedentarias y dañinas, las cuales tienen repercusiones a nivel físico y psíquico (Ruiz-Juan, et al, 2008). Estas drogas legales tienen repercusiones a diferentes niveles, las cuales no se limitan a los daños físicos y psicológicos, sino que pueden derivar en problemas conductuales relacionados con un aumento de las conductas violentas (Kose et al, 2015; Krahe et al, 2015), o la disminución del rendimiento

académico, entre otros.

Como alternativa al consumo de sustancias nocivas como alcohol y tabaco, diversos autores plantean la adquisición de hábitos saludables asociados a un estilo de vida saludable relacionado con la práctica de actividad física (Cerkez et al., 2015). Multitud de investigaciones han demostrado los beneficios derivados de la práctica deportiva, tanto a nivel físico, psicológico y social que lleva aparejada la práctica de actividad física regular (Pieron, Ruíz y García, 2009). Estudios como el de Whitehead y Biddle (2008) muestran un abandono de la práctica de actividad física y un descenso de la motivación hacia el deporte de los adolescentes, siendo en esta etapa adolescente (Gómez, Ruiz, García Montes, Flores y Barbero, 2008) y en la universitaria, en las que se produce un mayor abandono en la práctica (Revuelta, Esnaola y Goñi, 2013). Este fenómeno tiene relación con la inclusión en la vida en sociedad y la interpretación de roles de los adolescente, adoptando el papel de adulto. En la mayoría de los estudios similares se ha encontrado una mayor implicación hacia el deporte por parte de los hombres, siendo las mujeres las que obtienen cifras más altas de abandono (Silva, Matías, Viana y Andrade, 2012).

Por ello, desde el ámbito docente y educativo es de vital importancia encaminar a los adolescentes hacia la práctica de actividad física desde edades tempranas, con el fin de afianzar conductas que se repetirán en la adultez repercutiendo positivamente en el estado de salud del individuo adulto, adquiriendo hábitos saludables (Revuelta, Esnaola y Goñi, 2013).

La práctica de actividad física influye positivamente sobre la salud, el rendimiento académico, el autoconcepto, la motivación (González y Portolés, 2014), y la disminución del consumo de alcohol, tabaco y demás drogas; indicando Esnaola et al., (2011) que la práctica de actividad física produce en el adolescente un rechazo hacia el consumo de sustancias perjudiciales para el organismo.

Por estos motivos, inculcar hábitos de vida saludables que favorezcan la práctica de actividad física en detrimento del consumo de drogas, es misión fundamental de la familia,

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Chacón-Cuberos, R.; Espejo-Garcés, T.; Martínez-Martínez, A.; Pérez-Cortés, A.J. (2017). Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes. *Sportis Sci J*, 3 (2), 223-240.

DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

<http://revistas.udc.es/>

pero los docentes, primordialmente desde la asignatura de Educación Física pueden inculcar valores y conductas que favorezcan la adhesión de los adolescentes a una vida saludable (Williams y Mummery, 2015).

Debido a la importancia que tiene la práctica de actividad física en la adolescencia, con el fin de crear hábitos saludables en detrimento del aumento de las conductas dañinas como el consumo de alcohol y tabaco, se plantean los siguientes objetivos para la presente investigación:

- Determinar el nivel de práctica de actividad física de los adolescentes de Granada.
- Conocer los niveles de consumo de sustancias nocivas (alcohol y tabaco) en los adolescentes de la provincia de Granada.
- Analizar las relaciones existentes entre el consumo de sustancias nocivas y la práctica de actividad física en los adolescentes de la provincia de Granada que cursan Educación Secundaria Obligatoria.

Material y Métodos

Diseño

En la presente investigación se utilizó un diseño cuantitativo de carácter descriptivo corte transversal. El análisis de la dependencia entre las variables estudiadas se realizó mediante un estudio relacional.

Participantes

En este estudio han participado un total de 2.134 adolescentes españoles provenientes de 20 centros educativos de la provincia de Granada, con edades comprendidas entre los 15 y los 18 años (M=15,93 años; DT= 0,853), de los cuales 1062 eran chicos (49,8%) y 1072 eran chicas (50,2%), Todos los participantes se encontraban matriculados en el Segundo Ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria (ESO). Para determinar la correcta selección de los participantes se estableció un muestreo aleatorio por conglomerados, siguiendo las

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Chacón-Cuberos, R; Espejo-Garcés, T.; Martínez-Martínez, A.; Pérez-Cortés, A.J. (2017). Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes. *Sportis Sci J*, 3 (2), 223-240.

DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

<http://revistas.udc.es/>

indicaciones de Santos, Muñoz, Juez y Cortiñas (2003). Los centros educativos y estudiantes colaboraron voluntariamente en el desarrollo de la investigación.

Variables e instrumentos

La investigación tomó como referencia las siguientes variables e instrumentos:

- **Género**, según masculino o femenino.
- **Práctica de actividad física**, mediante una hoja de registro se planteaba la opción dicotómica de si practica o no actividad física, en la cual se instaba a marcar la opción de **Sí**, siempre y cuando el adolescente realizase Actividad Física fuera del Centro Escolar con una frecuencia igual o superior a tres horas semanales y **No**, si la frecuencia era inferior a 3 horas semanales.
- **Escala de Consumo de Tabaco**, se recoge del cuestionario original “Fagerström Test for Nicotine Dependence (FTND)” de Heatherton, Kozlowski, Frecker y Fagerström (1991), y traducido al castellano por Villareal-González (2009), establece el número o cantidad de cigarrillos, el impulso por fumar y la dependencia de nicotina que se tiene. Este test consta de 6 preguntas, de las cuales las 4 primeras son de tipo dicotómico (0=No y 1=Sí), y los dos ítems restantes se valoran con una escala Likert de cuatro opciones, donde el 0 es Nunca y el 3 es Siempre; se establece la suma que oscila entre el 0 y el 10, y se establecen cuatro categorías (0= No fumador, de 1 a 4= Dependencia Baja, 5 a 6= Dependencia Moderada y >6= Dependencia Alta). Se determinó una fiabilidad de $\alpha=.956$ en el presente trabajo.
- **Escala del Consumo de Alcohol**, procede del cuestionario original “Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT)” de Saunders, Aasland, Babor, De la Fuente y Grant (1993), y adaptado al español por Rubio (1998), consta de 10 preguntas, donde las 8 primeras cuestiones tienen cinco posibles respuestas donde el 0 es Nunca y el 4 es a Diario o Más, y los dos ítems restantes se valoran con tres posibles opciones que puntúan 0-2 y 4; se establece la suma que variará entre el 0 y el 40, y señalar que las

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Chacón-Cuberos, R; Espejo-Garcés, T.; Martínez-Martínez, A.; Pérez-Cortés, A.J. (2017). Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes. *Sportis Sci J*, 3 (2), 223-240.

DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

<http://revistas.udc.es/>

tres primeras preguntas hablan de la cantidad y frecuencia de consumo de alcohol, las preguntas 4-5 y 6 determinan la dependencia de consumo de alcohol y los ítems del 7 al 10 reportan consumo dañino o perjudicial, en éste estudio se utilizaron los ítems referidos a cantidad y frecuencia de consumo, por su relación con la práctica de actividad física. En el presente estudio, la consistencia interna (alfa de Cronbach) determinó una fiabilidad de $\alpha=.842$. y de $\alpha=.639$ para la categoría cantidad y frecuencia de consumo.

Procedimiento

Para la recogida de datos, desde la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada, el grupo de investigadores contactó con la Delegación de Educación de la Junta de Andalucía para solicitar la colaboración de los Centros Educativos de Educación Secundaria de la Provincia de Granada, a los cuales se informó de la naturaleza de la investigación, pidiendo su colaboración y la del alumnado. Los encuestadores estuvieron presentes durante la recogida de los datos, informando sobre la manera correcta de cumplimentar los cuestionarios y garantizando el anonimato de las respuestas, e insistiendo en que su utilización sería sólo con fines científicos.

Análisis de los Datos

Para el análisis estadístico se usó el paquete estadístico SPSS 22.0. Mediante la utilización de medias y frecuencias se calcularon los descriptivos básicos, empleando tablas de contingencia, y correlaciones bivariadas mediante anova, para la realización del estudio relacional.

Resultados

En el presente estudio se contó con una muestra homogénea en cuanto al género (49,8%; n=1062 varones y 50,2%; n=1072 féminas). Respecto al consumo de sustancias nocivas se encontró que la mayoría de la muestra (90,9%; n=1939) no son fumadores, frente a

un 0,8% (n=18) que manifiestan tener una alta dependencia del tabaco; en cuanto al consumo de alcohol, casi la mitad de los adolescentes no consumen alcohol (44,9%), percibiendo un consumo medio en el 23,1% y un consumo excesivo en el 6,6% de la muestra.

Respecto a la práctica de actividad física, se encontró que el 67,1% (n=1431) realizaban actividad física fuera del Centro Escolar con una frecuencia igual o superior a tres horas semanales, frente al 32,9% (n=703) en el que la frecuencia era inferior a 3 horas semanales.

Tabla 1. Descriptivos de la muestra.

Género	Masculino	49,8% (n=1062)
	Femenino	50,2% (n=1072)
Tabaco	No fumador	90,9% (n=1939)
	Dependencia baja	7,4% (n=158)
	Dependencia moderada	0,9% (n=19)
	Dependencia alta	0,8% (n=18)
Alcohol	No consume	44,9% (n=958)
	Escaso consumo	25,4% (n=541)
	Consumo medio	23,1% (n=494)
	Consumo excesivo	6,6% (n=141)
Actividad física	Si	67,1% (n=1431)
	No	32,9% (n=703)

Al remitirse a la tabla 2, cuando se relaciona el consumo de tabaco con el género, se ha comprobado que no existe asociación estadística ($p=.159$), encontrando cifras similares entre chicos y chicas. Sin embargo, en el caso del consumo de alcohol, se aprecian diferencias estadísticamente significativas por género ($p=.000$), obteniendo las chicas mayores puntuaciones que los chicos en la categoría “**consumo escaso**”, e invirtiéndose estas cifras en

la categoría “**consumo excesivo**”, en la que predominan los varones. Las cifras son similares en las categorías “**no consumen**” y “**consumo medio**”.

En cuanto a la práctica de actividad física en relación con el género, no se ha encontrado asociación estadística ($p=.916$), siendo las cifras similares entre varones y féminas.

Tabla 2. Práctica de actividad física, consumo de tabaco y de alcohol según género.

	Género			
		Masculino	Femenino	Sig.
Tabaco	No fumador	91,1% (n=968)	90,6% (n=971)	.159
	Dependencia baja	6,7% (n=71)	8,1% (n=87)	
	Dependencia moderada	0,9% (n=10)	0,8% (n=9)	
	Dependencia alta	1,2% (n=13)	0,5% (n=5)	
Alcohol	No consume	45,6% (n=484)	44,2% (n=474)	.000
	Escaso consumo	22,5% (n=239)	28,2% (n=302)	
	Consumo medio	23,2% (n=246)	23,1% (n=248)	
	Consumo excesivo	8,8% (n=93)	4,5% (n=48)	
Actividad física	Si	66,9% (n=711)	67,2% (n=720)	.916
	No	33,1% (n=351)	32,8% (n=352)	

Cuando se analiza la relación entre el consumo de sustancias nocivas (alcohol y tabaco) con la práctica de actividad física, en el caso del consumo de alcohol no se ha encontrado asociación estadística ($p=.113$). Sin embargo, existe relación entre el consumo de tabaco y la práctica de actividad física extraescolar ($p=.035$), encontrando que de los adolescentes que practican actividad física, la mayoría no son fumadores (92,0%; n=1316), el 6,8% (n=97) tienen una dependencia baja hacia el tabaco, y únicamente el 1,2% restante (n=18) tienen una dependencia moderada o alta hacia dicha sustancia; en el caso de los que no practican actividad física extraescolar tres o más horas semanales las cifras muestran porcentajes mayores en cuanto al consumo de tabaco, siendo un 8,7% (n=61) los que tienen

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Chacón-Cuberos, R.; Espejo-Garcés, T.; Martínez-Martínez, A.;

Pérez-Cortés, A.J. (2017). Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes. *Sportis Sci J*, 3 (2), 223-240.

DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

<http://revistas.udc.es/>

una dependencia baja, el 1,4% (n=10) los jóvenes tienen una dependencia moderada y el restante 1,3% (n=9) una dependencia alta.

Tabla 3. Consumo de tabaco y de alcohol según práctica de actividad física.

		Actividad física		
		Si	No	Sig.
Tabaco	No fumador	92,0% (n=1316)	88,6% (n=623)	.035
	Dependencia baja	6,8% (n=97)	8,7% (n=61)	
	Dependencia moderada	0,6% (n=9)	1,4% (n=10)	
	Dependencia alta	0,6% (n=9)	1,3% (n=9)	
Alcohol	No consume	44,4% (n=636)	45,4% (n=322)	.113
	Escaso consumo	25,9% (n=370)	24,3% (n=171)	
	Consumo medio	23,9% (n=342)	21,6% (n=152)	
	Consumo excesivo	5,8% (n=83)	8,3% (n=58)	

Tomando como referencia la tabla 4, en la que se relaciona en consumo de alcohol con el consumo de tabaco se comprueba que existe asociación estadística ($p=.000$), encontrando que de los adolescentes no fumadores, el 48,6% no consume alcohol, el 20,1% tiene un consumo medio y el 4,5% un consumo excesivo. De los fumadores con dependencia baja, más de la mitad (57%) realizan un consumo medio de alcohol y el 24,1% un consumo excesivo. Casi la mitad de los adolescentes con una dependencia moderada respecto al tabaco (47,4%) tienen un consumo medio de alcohol, el 31% un consumo excesivo, y de los adolescentes con una dependencia alta al tabaco, la mitad (50%) manifiestan consumir alcohol de forma excesiva, frente al 33,3% que tiene un consumo medio.

Tabla 4. Consumo de alcohol según consumo de tabaco.

		Tabaco				
Alcohol					Sig.	
	No fumador	Dep. Baja	Dep. Moderada	Dep. Alta		
No consume	48,6% (n=943)	7,6% (n=12)	5,3% (n=1)	11,1% (n=2)	.000	

Escaso consumo	26,8% (n=519)	11,4% (n=18)	15,8% (n=3)	5,6% (n=1)
Consumo medio	20,1% (n=389)	57% (n=90)	47,4% (n=9)	33,3% (n=6)
Consumo excesivo	4,5% (n=88)	24,1% (n=38)	31,6% (n=6)	50% (n=9)

Discusión

En esta investigación, en la que se analizó a 2.134 adolescentes de la provincia de Granada, se encontró que el 67,1% (n=1431) practican actividad física extraescolar, frente al 32,9% que no lo hacen, datos que concuerdan con estudios de similares características, como el de Ponce de León-Elizondo, Sanz-Arazuri, y Valdemoros San Emeterio (2015). Sin embargo, estos datos difieren de los encontrados en los estudios de Ruíz-Risueño y Zamaripa (2012) o Abad y Ruíz-Juan (2015), en los cuales los porcentajes de práctica de actividad física son menores que los obtenidos en este estudio. No se han encontrado diferencias por género, aunque en la mayoría de estudios consultados se encuentra que los varones practican más actividad física que las féminas (Grao-Cruces, Nuviala, Fernández-Martínez y Martínez-López, 2015)

El consumo de alcohol de los adolescentes de la muestra no es elevado, datos que coinciden con estudios previos como el de Carballo et al., (2013). Las bajas cifras de consumo se deben a que la adolescencia es la etapa en la que se inicia el consumo de alcohol (Gómez, Fernández, Romero y Luengo, 2008), coincidiendo con el inicio en las salidas nocturnas de fin de semana. Ruiz-Risueño, Ruiz-Juan y Zamarripa (2011) indican en que el fenómeno del “botellón” es el contexto idóneo para el inicio en el consumo de alcohol, tabaco y demás drogas. En esta investigación se encuentran diferencias por género atendiendo a la frecuencia de consumo de dicha bebida (Carballo, et al, 2013; Cortés, Giménez, Motos y Cadaveira, 2014) predominando en las chicas un consumo de alcohol escaso, frente a los chicos que realizan un consumo excesivo de alcohol en cortos periodos de tiempo que llevan a la embriaguez en mayor medida que las chicas (Meneses, et al, 2013), este tipo de consumo intensivo representa un problema prioritario, ya que el anteriormente mencionado fenómeno “botellón” favorece este tipo de consumo intensivo.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Castro-Sánchez, M.; Zurita-Ortega, F.; Chacón-Cuberos, R; Espejo-Garcés, T.; Martínez-Martínez, A.; Pérez-Cortés, A.J. (2017). Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes. *Sportis Sci J*, 3 (2), 223-240.

DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.2.1748>

<http://revistas.udc.es/>

Nueve de cada diez adolescentes estudiados no son fumadores, datos que coinciden con estudios similares realizados con anterioridad (Ariza, et al, 2014). Estas cifras bajas de fumadores adolescentes se pueden atribuir a la efectividad de las nuevas políticas contra el tabaco llevadas a cabo por el Estado de las últimas dos décadas, tras representar dicha sustancia un problema de salud pública prioritario a nivel mundial por las enfermedades asociadas a su consumo (Potjer, et al, 2015; Freitas-Rosa, Concalves, y Antunes, 2015). No se han encontrado diferencias de consumo por género, estos datos coinciden con la mayoría de estudios consultados en contextos similares (Baltasar et al., 2014; Rodríguez, López, López-Miñarro y García, 2014). El consumo de tabaco hace tres o cuatro décadas era más propio del hombre por motivos sociales, pero en la actualidad, debido a que la sociedad ha progresado en la igualdad de género, la mujer ha aumentado el consumo de dicha sustancia hasta igualarse las cifras en ambos sexos (Salamó, Gras y Font-Mayolas, 2010).

Respecto a la relación existente entre el consumo de tabaco y alcohol, se aprecia como la mitad de los adolescentes con una dependencia alta al tabaco, consume alcohol de forma excesiva, datos confirmados por el estudio de Gómez, et al. (2012), en el que se obtienen cifras similares. Multitud de estudios confirman esta asociación, por ser sustancias consumidas en un contexto informal, relacionadas con factores sociales que unen el consumo de ambas sustancias en contextos de salida nocturna (Grao-Cruces, et al., 2015).

Cuando se relaciona el consumo de tabaco con la práctica de actividad física extraescolar no se ha encontrado relación, siendo similares los porcentajes de consumo de alcohol en los adolescentes que practican actividad física extraescolar y los que no lo hacen. Estos datos concuerdan con los estudios de Gómez, Daher, Vacirca y Ciairano (2012) o Castañeda y Romero (2014), resultados motivados por ser la etapa de inicio de consumo de alcohol en el que se realiza un consumo esporádico de fin de semana. Sin embargo, en adolescentes de mayor edad se ha encontrado que existe relación entre el consumo de alcohol y ser físicamente activo (Latorre, Cámara, y García, 2014).

Los adolescentes que practican actividad física de forma extraescolar más de tres horas semanales son menos fumadores que los que no realizan actividad física, datos que coinciden con estudios de similares características, como los de Rodríguez, López, López y García, (2014) o Grao-Cruces, et al. (2015), que muestran la necesidad de inculcar hábitos saludables en los adolescentes para frenar el consumo de tabaco, ya que ser físicamente activo está directamente relacionado con ser no fumador o fumar en menos cantidad. Sin embargo, estos datos difieren de los encontrados en el estudio de García, Villalba, Miñarro y Cantó (2013). Estos autores justifican los datos obtenidos por ser la adolescencia el momento en el que se inicia el consumo de tabaco y los jóvenes aún no manifiestan los problemas asociados al consumo de esta sustancia.

Conclusiones

Como principales conclusiones de esta investigación se puede señalar que nueve de cada diez adolescentes de la provincia de Granada son no fumadores y un tercio de ellos consume alcohol; no se ha encontrado asociación entre la ingesta de tabaco y el género de los adolescentes, sin embargo en el caso de las bebidas alcohólicas, se encontró que las chicas predominan al realizar un consumo moderado de alcohol, mientras que los chicos lo hacen en el consumo excesivo. Se han encontrado cifras similares en cuanto a la práctica de actividad física de los adolescentes, sin apreciar diferencias de género.

El consumo de ambas sustancias nocivas (alcohol y tabaco) está íntimamente relacionado, existiendo una relación directamente proporcional entre ellas, al aumentar el consumo de una de ellas, aumenta el de la segunda. La práctica de actividad física está directamente relacionada con no fumar o un descenso en el consumo de dicha sustancia, mientras que no se ha encontrado relación entre ser físicamente activo y consumir bebidas alcohólicas.

Los hallazgos obtenidos en el presente estudio muestran la necesidad de continuar investigando la relación entre práctica de actividad física y consumo de sustancias nocivas en la etapa adolescente, por ser una etapa en la que los jóvenes son especialmente vulnerables e

influenciables; con el fin de inculcar patrones de vida saludable que se repitan durante la adultez, evitando así las conductas dañinas.

Referencias bibliográficas

1. Abad, J. y Ruiz-Juan, F. (2015). Actividad físico-deportiva y contexto familiar: variables predictoras de consumo de tabaco entre adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(1), 121-131.
2. Álvaro, J. I., Zurita, F., Castro, M., Martínez, A. y García, S. (2016). Relación entre consumo de tabaco y alcohol y el autoconcepto en adolescentes españoles. *Revista Complutense de Educación*, 27(2), 533-550.
3. Ariza, C., García-Continente, X., Villalbí, J. R., Sánchez-Martínez, F., Pérez, A., y Nebot, M. (2014). Consumo de tabaco de los adolescentes en Barcelona y tendencias a lo largo de 20 años. *Gaceta Sanitaria*, 28(1), 25-33.
4. Baltasar, A., Gras, M. E., Font, S., García, E. M., Patiño, J., Raurell, M., y Cunill, M. (2014). Creencias de los adolescentes respecto al consumo de drogas. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y psiquiatría de enlace*, 112(1), 11-21.
5. Carballo, J. L., Marín, M., Jáuregui, V., García, G., Espada, J., Orgilés, M. y Piqueras, J. A. (2013). Consumo excesivo de alcohol y rendimiento cognitivo en estudiantes de secundaria de la provincia de Alicante. *Health and Addictions: Salud y drogas*, 13(2), 157-163.
6. Castañeda, C. y Romero, S. (2014). Alimentación y consumo de sustancias (alcohol, tabaco y drogas) del alumnado universitario. Análisis en función del género y la práctica de actividad físico-deportiva. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 9(26), 95-105.
7. 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 Child & Adolescent Substance Abuse*, 24(2), 94-101.
8. 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.

9. Cortés, M. T., Giménez, J. A., Motos, P. y Cadaveira, F. (2014). Importancia de las expectativas en la relación entre impulsividad y consumo intensivo de alcohol en universitarios. *Adicciones*, 26(2), 134-145.
10. Esnaola, I., Rodríguez, A., y Goñi, E. (2011). Propiedades psicométricas del cuestionario de Autoconcepto AF5. *Anales de Psicología*, 27(1), 109-117.
11. Freitas-Rosa, M., Concalves, S., y Antunes, H. (2015). Prevalence and predictors of alcohol and tobacco consumption in adolescence: The role of weight status, clinical status and psychosocial dimensions. *Anales de Psicología*, 31(1), 217-225.
12. Gómez, J.A., Fernández, N., Romero, E. y Luengo, A. (2008). El botellón y el consumo de alcohol y otras drogas en la juventud. *Psicothema*, 20(2), 211-217.
13. Gómez, M., Ruiz, F., García-Montes, M. E., Flores, G. y Barbero, G. (2008). Razones que influyen en la inactividad físico-deportiva en la educación secundaria postobligatoria. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 14, 80-85.
14. Gómez, M., Simich, L., Strike, L., Brands, B., Gierbrecht, N., y Khenti, A. (2012). Medio social y uso simultáneo de alcohol y tabaco en estudiantes universitarios de pregrado de carreras de ciencias de la salud de una universidad, Cundinamarca-Colombia. *Texto & Contexto Enfermagem*, 21(1), 41-48.
15. Gómez, N., Daher, S., Vacirca, F., y Ciairano, S. (2012). Relación de la Actividad Deportiva, el Estrés, la Depresión, la importancia a la Salud y el uso de Alcohol en los Adolescentes Bolivianos. *Revista de Investigacion Psicologica*, 7(1), 85-92.
16. González, J. y Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(1), 51-65.
17. Grao-Cruces, A., Nuviala, A., Fernández-Martínez, A. y Martínez-López, E. J. (2015). Relationship of physical activity and sedentarism with tobacco and alcohol consumption, and Mediterranean diet in Spanish teenagers. *Nutrición Hospitalaria*, 31(4), 1693-1700.

18. Heatherton, T., Kozlowski, L., Frecker R. y Fagerström, K.O. (1991). The Fagerström Test of Nicotine Dependence: a revision of the Fagerström Tolerance Questionnaire. *British Journal of Addiction*, 86(9), 1119-1127.
19. Kose, S., Steinberg, J., Moeller, F., Gowin, J., Zuniga, E., Kamdar, Z., et al. (2015). Neural correlates of impulsive aggressive behavior in subjects with a history of alcohol dependence. *Behavioral Neuroscience*, 129(2), 183-196.
20. Latorre, P. Á., Cámara, J. C., y García, F. (2014). Búsqueda de sensaciones y hábitos de tabaquismo, consumo de alcohol y práctica deportiva en estudiantes de Educación Secundaria. *Salud mental*, 37(2), 145-152.
21. Martínez, G. y Villar, M. (2004). Estudio descriptivo del uso de drogas en adolescentes de educación media superior de Cd. de Monterrey N.L. *Revista Latinoamericana Enfermagem*, 12, 391 -397.
22. Meneses, C., Markez, I., Romo, N., Uroz, J., Rua, A. y Laespada, T. (2013). Diferencias de género en el consumo diario de tabaco e intensivo de alcohol en adolescentes latinoamericanos en tres áreas españolas (Andalucía, Madrid y País Vasco). *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 33(119), 525-535.
23. Piéron, M., Ruíz, J., y García, M. A. (2009). *Actividad física y estilos de vida saludables*. Wanceulen: Sevilla.
24. Ponce de León-Elizondo, A., Sanz-Arazuri, E., y Valdemoros San-Emeterio, M. (2015). Ocio familiar y actividad física en estudiantes de bachillerato ¿alianza, rivalidad o independencia? *Pedagogía Social*, 25(1), 51-68.
25. Potjer, T. P., Kranenburg, H. E., Bergman, W., Cappel, W., Monsjou, H. S., Barge-Schaapveld, D., y Vasen, H. (2015). Prospective risk of cáncer and the influence of tobacco use in carriers of the p16-Leiden germline variant. *European Journal of Human Genetics*, 23(5), 711-714.
26. Revuelta, L., Esnaola, I., y Goñi, A. (2013). El autoconcepto físico como determinante de la actividad físico-deportiva durante la adolescencia. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 21(3), 581-601.

27. Rodríguez, P. L., López, F. J., López, P. Á., y García, E. (2014). Actividad físico-deportiva, gasto calórico y consumo de tabaco en adolescentes de Murcia (España). *Archivos argentinos de pediatría*, 112(1), 12-18.
28. Rodríguez, P., López, F., López-Miñarro, P., y García, E. (2014). Actividad físico-deportiva, gasto calórico y consumo de tabaco en adolescentes de Murcia (España). *Archivos Argentinos de Pediatría*, 112(1), 12-19.
29. 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.
30. Ruiz-Juan, F., De la Cruz, E. y Ruiz-Risueño, J., García, M. (2008). Youth smoking patterns and leisure-time physical activity. *Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 14, 75–79.
31. Ruiz-Ruiseño, J., Ruiz-Juan, F. y Zamarripa J.I. (2011). Alcohol y tabaco en adolescentes españoles y mexicanos y su relación con la actividad físico-deportiva y la familia. *Revista Panamericana Salud Publica*, 31(3), 211–220.
32. Salamó, A., Grás, M. A. y Font-Mayolas, S. (2010). Patrones de consumo de alcohol en la adolescencia. *Psicothema*, 22(2), 189-195.
33. Santos, J., Muñoz, P. Juez, J. y Cortiñas, A. (2003). *Diseño de Encuestas para estudios de mercado. Técnicas de muestreo y análisis multivariante*. Madrid: Editorial Ramón Areces.
34. 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.
35. Silva, R.B., Matías, T.S., Viana, M.S. y Andrade, A. (2012). Relação da prática de exercícios físicos e fatores asociados às regulações motivacionais de adolescentes brasileiros. *Motricidade*, 8(2), 8-21.
36. Villareal-González, M.E. (2009). *Un modelo estructural del consumo de drogas y conducta violenta en adolescentes escolarizados*. Tesis doctoral: Universidad Autónoma de Nuevo León (México).

37. Villarreal-González, M. E., Sánchez-Sosa, J. C., Musitu, G. y Varela, R. (2010). El consumo de alcohol en adolescentes escolarizados: propuesta de un modelo sociocomunitario. *Intervención Psicosocial*, 19(3), 253-264.
38. Villarreal-González, M., Sánchez-Sosa, J.C. y Musitu, G. (2013). Análisis psicosocial del consumo de alcohol en adolescentes mexicanos. *Revista Universitas Psychologica*, 12(3), 15-31.
39. Whitehead, S. y Biddle, S. (2008) Adolescent girls' perceptions of physical activity: A focus group study. *European Physical Education Review*, 14(2) 243-262.
40. Williams, S. y Mummery, W. (2015). We can do that! Collaborative assessment of school environments to promote healthy adolescent nutrition and physical activity behaviors. *Health Education Research*, 30(2), 272-284.