



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS
CARRERA EDUCACIÓN INICIAL**

**CONSUMO DE ALCOHOL Y SU RELACIÓN CON LA PARTE
COGNITIVA EN LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y
TECNOLOGÍAS**

**LICENCIADO/A EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
INICIAL**

Autora:

Real Freire Anahi Alexandra

Tutor:

PhD. Juan Illicachi Guzñay

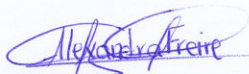
Riobamba, Ecuador, 2026

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, **Anahi Alexandra Real Freire**, con cédula de ciudadanía **1804535712**, autora del trabajo de investigación titulado: **Consumo de alcohol y su relación con la parte cognitiva en los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías**, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autora de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, a los 01 días del mes de junio de 2026.



Anahi Alexandra Real Freire

C.I: 1804535712

DECLARATORIA SOBRE EL USO DE HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL

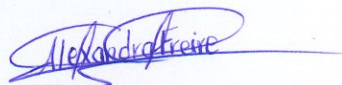
Yo, Anahi Alexandra Real Freire, con cédula de identidad 1804535712, autora del presente trabajo de titulación, declaro de manera expresa que se ha hecho uso de herramientas de inteligencia artificial como apoyo técnico y complementario, exclusivamente en los apartados de introducción, marco teórico y marco metodológico.

El uso de dichas herramientas se limitó a actividades de apoyo en la organización de ideas, mejora de redacción, corrección de estilo y claridad expositiva, sin que ello implique la generación autónoma de contenidos académicos, análisis, interpretaciones, resultados, conclusiones o aportes originales que constituyen la esencia del trabajo investigativo.

Se deja constancia de que todas las decisiones académicas, el desarrollo conceptual, el enfoque metodológico, la selección y análisis de fuentes, así como la interpretación de los resultados, son de exclusiva responsabilidad de la autora, en concordancia con los principios de originalidad, honestidad académica, ética investigativa y responsabilidad intelectual establecidos por la Universidad Nacional de Chimborazo y la normativa vigente aplicable a los trabajos de titulación.

Asimismo, declaro que el uso de herramientas de inteligencia artificial no sustituyó en ningún caso el criterio académico propio, ni vulneró las disposiciones institucionales sobre plagio, propiedad intelectual y autoría, manteniéndose el cumplimiento de las normas de citación y referenciación correspondientes.

La presente declaratoria se incorpora con el propósito de garantizar la transparencia académica y el uso ético y responsable de tecnologías emergentes en el proceso de elaboración del trabajo de titulación.



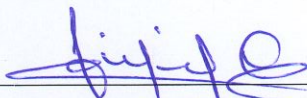
Anahi Alexandra Real Freire

C.I:1804535712

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, **PhD. Juan Illicachi Guzñay** catedrático adscrito a la **Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías**, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: **Consumo de alcohol y su relación con la parte cognitiva en los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías**, bajo la autoría de **Anahi Alexandra Real Freire**; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 01 días del mes de junio de 2026.



PhD. Juan Illicachi Guzñay

C.I: 0602996308

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

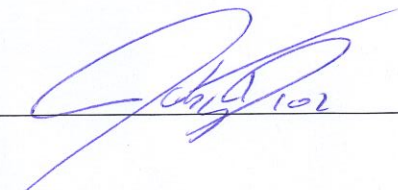
Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación **Consumo de alcohol y su relación con la parte cognitiva en los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías**, presentado por **Anahí Alexandra Real Freire**, con cédula de identidad número **1804535712**, bajo la tutoría de PhD, **Juan Illicachi Guzñay**; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba a los 01 días del mes de junio del 2026.


Mgs. Angélica María Jácome Vera
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. Edison Fabian Tigse Diaz
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO



Mgs. Virginia Barragán Erazo
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO





CERTIFICACIÓN

Que, **REAL FREIRE ANAHI ALEXANDRA** con CC: **1804535712**, estudiante de la Carrera **EDUCACIÓN INICIAL**, Facultad de **CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado "**CONSUMO DE ALCOHOL Y SU RELACIÓN CON LA PARTE COGNITIVA EN LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN, HUMANAS Y TECNOLOGÍAS**", cumple con el **8 %**, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **COMPILATIO**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 19 de febrero de 2026

PhD. Juan Illicachi Guzmán

TUTOR

DEDICATORIA

A mis padres

A ustedes, mis dos grandes pilares, que se han convertido en la prueba viviente de que el amor no conoce de imposibles. Recuerdo lo doloroso que fue dejar a su hija sola en una ciudad extraña para que pudiera estudiar. La distancia entre nosotros me hizo sentir nostalgia, angustia y soledad, pero eso no impidió que me brindaran el apoyo que necesitaba a través de una pantalla, me dieran el aliento necesario y me recordaran que yo podía. Cada una de sus acciones fue un sacrificio desinteresado, una inversión en mis sueños y mi futuro. Hoy, esta tesis es la materialización de sus esfuerzos, sus desvelos y sacrificios. Gracias por darme las alas para volar y la fuerza para convertirme en la persona y maestra que soy.

Mi amado hermano, mi primer y mejor alumno me demostraste paciencia, imaginación y alegría en cada trabajo y cada broma; estas son las características que ahora introduciré en mi salón de clases. Eres siempre mi motivación. Estoy agradecida por ser mi mejor amigo, por cada muestra de apoyo, cada risa que compartimos y por creer en mí, incluso en momentos de incertidumbre. Tu constante apoyo me ha dado la motivación necesaria para seguir creciendo y lograr este objetivo.

A mi abuelito, quien es un ángel en el cielo. Siento que me falta tu presencia, pero a lo largo de cada paso del camino te siento conmigo. Agradezco que me hayas enseñado la sabiduría y el amor que ahora deseo compartir con mis futuros alumnos. No importa dónde te encuentres, ya que sé que me cuidas y me guías desde allí. Esta tesis es la forma en que te digo que no he olvidado tus enseñanzas.

A mi adorada prima, mi amiga de confianza y mi primera maestra. Te agradezco por haber estado conmigo sin condiciones durante mi crecimiento, además por guiarme con paciencia y sabiduría en mi proceso de aprendizaje. Tu rol fue fundamental en esta aventura y hoy reconozco que, desde lo alto, también te unes a la celebración de este logro.

A mi compañero de vida, gracias por ser mi refugio y el apoyo incondicional en las noches de desvelo y en los días de mayor presión. Gracias por entender mis ausencias, por sostener mi mano cuando el cansancio parecía ganarme y por ser el pilar sobre el cual construí la calma para culminar este sueño. Y a nuestro bebé, la bendición más grande de mi vida: tu llegada transformó mi mundo y le dio un nuevo propósito a mi vocación. Eres mi motor y mi mayor inspiración; cada página de esta tesis lleva el deseo de construir para ti un futuro lleno de posibilidades. Ustedes son mi hogar, mi paz y la razón por la cual hoy celebro no solo un título, sino la hermosa familia que somos.

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Nacional de Chimborazo, donde realicé mis estudios, deseo expresar mi más sincero y profundo agradecimiento por haber sido una guía en mi desarrollo profesional. No solo me brindaron la posibilidad de acceder al conocimiento, sino que también me proporcionaron el ambiente y los recursos necesarios para construir un espacio académico exigente que mejoró mi capacidad de investigación. Asimismo, quiero manifestar mi agradecimiento a la Facultad de Ciencias de la Educación por ofrecerme las herramientas teóricas y metodológicas que fueron cruciales para completar esta tesis con éxito.

Me gustaría también ofrecer un agradecimiento especial a todo el grupo de docentes de la Facultad. Su compromiso constante con la calidad educativa, su entusiasmo por transmitir su conocimiento y su destreza pedagógica han sido clave para mi desarrollo. Valoro mucho las enseñanzas que me impartieron, así como las expectativas que crearon y, sobre todo, su valiosa aportación para estimular mi pensamiento crítico, que es la base de este estudio.

Por otro lado, el PhD. Juan Illicachi Guzñay recibe un reconocimiento especial y la mayor gratitud, mi respetable asesor de tesis. Su liderazgo inestimable, su experiencia y su dirección metodológica fueron un faro durante las partes más difíciles de la investigación. Aprecio, además de su paciencia infinita, su compromiso inquebrantable con la calidad científica de la obra y su perspectiva crítica, que hicieron que cada análisis y capítulo se volviera mucho más riguroso. Es indudable que su respaldo humano y profesional fue la brújula indispensable que guio este proceso a un puerto seguro.

Finalmente, quiero expresar mi gratitud a mis amigas por acompañarme en este periodo complicado. La conexión que forjamos a lo largo de tantas horas de estudio, su apoyo constante y su presencia en los momentos más difíciles fueron esenciales. De este modo, no solo ayudaron a que esta experiencia fuera más llevadera, sino que también me hicieron pensar en el valor de la amistad y el cuidado emocional, más allá de lo académico.

ÍNDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTORIA

DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

CERTIFICACIÓN ANTI-PLAGIO

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE DE CONTENIDO

ÍNDICE DE TABLAS

RESUMEN

ABSTRACT

CAPÍTULO I	15
1. INTRODUCCIÓN.....	15
1.1 Planteamiento del Problema.....	17
1.2 Justificación.....	18
1.3 Objetivos	19
1.3.1 General.....	19
1.3.2 Específicos.....	19
CAPÍTULO II.....	21
2. MARCO TEÓRICO	21
2.1 ¿Qué es el alcohol?	21
2.2 ¿Qué es el alcoholismo?.....	21
2.3 Consumo de Alcohol en el Contexto Universitario	22
2.3.1 <i>Definición y Clasificación del Consumo de Alcohol</i>	23
2.4 Función Cognitiva	24
2.5 Desarrollo Cognitivo en la Etapa Universitaria.....	25
2.5.1 <i>Efectos del Consumo de Alcohol en el Desarrollo Cognitivo</i>	26
2.6 Consumo de Alcohol y Rendimiento Académico	26

2.7	Contexto Internacional y Nacional del Consumo de Alcohol.....	27
2.8	Elementos relacionados con el Consumo de Alcohol en Alumnos	28
2.8.1	<i>Efectos del Alcohol en la Atención, la Memoria y las Funciones Ejecutivas</i>	29
CAPÍTULO III		30
3.	METODOLOGÍA.....	30
CAPÍTULO IV		31
4.	RESULTADOS y DISCUSIÓN.....	31
4.1	DISCUSIÓN.....	40
	Trabajo Etnográfico	41
CAPÍTULO V.....		53
5.	CONCLUSIONES.....	53
5.1	RECOMENDACIONES	53
CAPÍTULO VI		55
6.	PROPUESTA.....	55
7.	BIBLIOGRAFÍA.....	58
8.	ANEXOS	61
	Anexo 1. Link de Formulario	61
	Anexo 2. Entrevista a docente de la Facultad.....	61

ÍNDICE DE FIGURAS

Índice De Figuras

<i>Figura 1. Edad de los Estudiantes Encuestados</i> -----	31
<i>Figura 2. Distribución según sexo</i> -----	31
<i>Figura 3. Frecuencia del Consumo</i> -----	31
<i>Figura 4. Consumo normal de bebidas alcohólicas en un día</i> -----	33
<i>Figura 5. Consumo de seis o más bebidas en una sola ocasión</i> -----	33
<i>Figura 6. Tipo de bebida más consumida</i> -----	34
<i>Figura 7. Situaciones de Consumo</i> -----	35
<i>Figura 8. Grupo social con el que consume mayormente</i> -----	36
<i>Figura 9. Lugar habitual de consumo</i> -----	37
<i>Figura 10. Consumo de Alcohol y Afectación en la Concentración</i> -----	38
<i>Figura 11. Ausentismo Académico</i> -----	39
<i>Figura 12. Influencia del Alcohol en el Rendimiento Académico</i> -----	40

RESUMEN

La investigación en curso, titulada “El uso del alcohol y su impacto en el desarrollo cognitivo de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías”, tiene como objetivo principal analizar el consumo de alcohol y su relación con el rendimiento cognitivo en los estudiantes, usando un enfoque híbrido. Este enfoque combina información cuantitativa sobre memoria y atención con datos cualitativos necesarios para entender este fenómeno de forma más completa. La parte cualitativa incluyó entrevistas semiestructuradas a un docente experimentado y dos estudiantes representativos; Su evidencia nos permite explorar más a fondo el contexto social que rodea el consumo y la cognición individual. Los resultados muestran que el consumo de sustancias, aunque rara vez se inicia, a menudo conduce a conductas de riesgo y situaciones violentas que pueden afectar la salud emocional y el desarrollo cognitivo. Al alinearse con advertencias de investigaciones anteriores sobre las repercusiones cognitivas en los jóvenes, se deduce que el consumo de alcohol no es solo una actividad de ocio, sino un elemento que disminuye progresivamente el perfil del graduado, lo que hace esencial que las instituciones de educación superior implementen medidas de prevención y ofrezcan recursos de apoyo psicológico especializados.

Palabras claves: Alcoholismo, cognición, estudiantes, metodología mixta, prevención.

ABSTRACT

The ongoing research, titled "Alcohol Use and Its Impact on the Cognitive Development of Students in the Faculty of Education, Human Sciences, and Technologies," primarily aims to analyze alcohol consumption and its relationship with cognitive performance in students using a hybrid approach. This methodology combines quantitative data on memory and attention with qualitative insights necessary for a more comprehensive understanding of the phenomenon. The qualitative component included semi-structured interviews with an experienced faculty member and two representative students; their evidence allows for a deeper exploration of the social context surrounding consumption and individual cognition.

The results indicate that substance use, although rarely initiated within the academic environment itself, often leads to risky behaviors and violent situations that can impair emotional health and cognitive development. Aligning with warnings from previous research regarding cognitive repercussions in youth, it is concluded that alcohol consumption is not merely a leisure activity, but an element that progressively diminishes the graduate profile. Consequently, it is essential for higher education institutions to implement prevention measures and provide specialized psychological support.

Keywords: Alcoholism, cognition, students, mixed methods, prevention.



Reviewed by:
Ms.C. Ana Maldonado León
ENGLISH PROFESSOR
C.I.0601975980

CAPÍTULO I

1. INTRODUCCIÓN

A nivel global, el consumo de alcohol en la población universitaria ha sido identificado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como uno de los principales factores de riesgo para la salud física y el desarrollo neuropsicológico en jóvenes. Diversas investigaciones internacionales han demostrado que el inicio temprano y la persistencia en el consumo de bebidas alcohólicas durante la etapa académica no solo afectan el bienestar orgánico, sino que alteran procesos cognitivos superiores como la memoria de trabajo y las funciones ejecutivas. En el contexto latinoamericano, esta problemática se ha agudizado debido a la alta aceptación cultural del consumo social, lo que invisibiliza las repercusiones a largo plazo en el rendimiento intelectual de los futuros profesionales.

En el caso particular de Ecuador, el fenómeno presenta matices preocupantes. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2023), la prevalencia del consumo en jóvenes universitarios se mantiene en niveles significativos, siendo Riobamba un punto de interés debido a su alta densidad estudiantil. La ciudad, al consolidarse como un eje estratégico de formación profesional con instituciones estatales y particulares, presenta dinámicas sociales donde la ingesta de alcohol aparece frecuentemente como un elemento de interacción y pertenencia juvenil. Sin embargo, a pesar de la existencia de datos generales sobre la frecuencia de consumo, existe un vacío de información local que vincule directamente estos hábitos con el deterioro de capacidades cognitivas específicas dentro del aula.

Esta carencia de evidencia local agrava el problema central el cual se encuentra en la aceptación del consumo de alcohol entre los jóvenes, cuyos cerebros aún están en proceso de maduración lo que puede afectar su habilidad para procesar información, y estos efectos no siempre son visibles. Esto es relevante en la actualidad, especialmente con el regreso a la presencialidad, lo que ha cambiado los hábitos de consumo y genera un riesgo considerable para el bienestar mental y el desempeño académico de los estudiantes de la universidad.

En este contexto, el objetivo principal es analizar el consumo de alcohol y su relación con la parte cognitiva en los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías mediante el paradigma mixto. Es fundamental tener en cuenta que el consumo de alcohol, aunque se puede dar de manera moderada influye en la concentración y la memoria, lo que resulta en un bajo rendimiento académico a largo plazo.

Esta investigación es importante porque la obtención de información precisa permitirá a los docentes diseñar estrategias de prevención basándose en las experiencias de los estudiantes. Esto es crucial, ya que los futuros educadores necesitan tener una comprensión clara y profunda sobre este tema.

La metodología utilizada en esta investigación es un enfoque mixto que combina técnicas correlaciones y teóricas para examinar el fenómeno y establecer vínculos entre las variables. Se aplicó la triangulación de datos para aumentar la confiabilidad de los resultados mediante una encuesta digital que incluye elementos cuantitativos. Mientras que el componente cualitativo incluye elementos cualitativos, el mismo que se desarrolló a través de entrevistas semiestructuradas a dos estudiantes y un docente de la facultad. Adicional, el estudio facilitó un análisis más profundo de las percepciones subjetivas y la integración de datos numéricos para comprender la experiencia directa en el contexto educativo.

La investigación adquiere una base de datos sólida a través de su fase cuantitativa, la cual se desarrolló con la participación de 142 estudiantes matriculados en las distintas carreras de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías de la Universidad Nacional de Chimborazo. Al abarcar áreas como Educación Inicial, Informática, Historia y Pedagogía de las Ciencias Experimentales, y tratarse de un grupo plenamente accesible, se trabajó mediante un censo que incluyó a la totalidad de estos 142 alumnos. Este enfoque permitió recopilar información estadística precisa y representativa, asegurando que el análisis sobre el impacto del consumo de alcohol en la cognición cuente con el rigor necesario para sustentar las estrategias de prevención propuestas para el ámbito universitario.

Este estudio está compuesto por seis capítulos para facilitar su comprensión total. En el Capítulo I se expone la formulación del problema, así como sus bases y metas. En el Capítulo II se analiza el marco teórico, incluyendo las bases neuropsicológicas del consumo de alcohol y cómo este afecta la memoria y la atención. El Capítulo III, por otra parte, esboza el marco metodológico, especificando el enfoque, los instrumentos y la recopilación de datos. El Capítulo IV presenta el análisis y problematización de los resultados, de los cuales se extraen conclusiones que se detallan en el Capítulo V. El Capítulo VI propone un enfoque continuo, basado en la investigación y delinea estrategias de intervención y prevención en el ámbito universitario. Finalmente, se proporciona una bibliografía de fuentes de alta calidad y apéndices sobre la recopilación de datos.

1.1 Planteamiento del Problema

El consumo de alcohol entre los estudiantes universitarios constituye una problemática de salud pública y bienestar estudiantil, cuya prevalencia impacta directamente en el entorno académico y social. Un número significativo de jóvenes entre 18 y 24 años ha experimentado el abuso de alcohol, lo que ha resultado en efectos dañinos para su bienestar físico y mental, incluyendo el deterioro cognitivo, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2022) diversas investigaciones realizadas en países desarrollados han demostrado que el uso problemático de alcohol puede afectar de manera desfavorable la plasticidad cerebral y el desarrollo de las funciones ejecutivas en jóvenes y adolescentes (Temis, 2022). Sin embargo, a pesar de estos hallazgos generales, la investigación sobre la manera en que los patrones de consumo específicos (frecuencia, volumen y clase de bebidas) influyen en funciones cognitivas determinadas (como la memoria, la rapidez de procesamiento o la toma de decisiones) en estudiantes de diferentes áreas académicas sigue siendo un ámbito que necesita más indagación a nivel internacional.

El consumo de alcohol es una realidad social que se conoce ampliamente en Ecuador, y los jóvenes no son la excepción. Según el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC, 2023), el consumo de alcohol empieza en la infancia y se mantiene durante la etapa universitaria. A pesar de los intentos de poner en marcha programas preventivos, la información precisa acerca del impacto concreto que tiene el consumo en las funciones cognitivas de los alumnos ecuatorianos continúa siendo escasa. Hay estudios que analizan la prevalencia del consumo y sus peligros generales para la salud, pero no hay suficientes investigaciones que establezcan una relación profunda y directa entre los patrones de consumo y las transformaciones cognitivas en este grupo de personas (Linden, 2023). Esta falta de conocimiento subraya la importancia de una investigación enfocada para brindar datos concretos acerca del contexto ecuatoriano.

En Riobamba, capital de la provincia de Chimborazo, los hábitos de ingesta de alcohol entre los estudiantes no mostraron diferencias notables en comparación con la tendencia a nivel nacional. La ciudad alberga importantes instituciones de educación superior, tanto de carácter público como particular, lo que concentra una alta densidad de población juvenil, esta alta densidad genera dinámicas sociales donde el consumo de alcohol suele ser un factor recurrente en los procesos de interacción estudiantil. Ubicada en la región, la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de Chimborazo se caracteriza por una comunidad estudiantil diversa que enfrenta desafíos académicos y

sociales y cuyo consumo de alcohol puede afectar su rendimiento académico. Sin embargo, la información estadística local disponible hasta el momento ha sido insuficiente para establecer un vínculo específico entre los hábitos de ingesta y las funciones cognitivas de los estudiantes, dejando un vacío de conocimiento que esta investigación busca cubrir. En este sentido, este estudio pretende profundizar en cómo el consumo de alcohol afecta al rendimiento cognitivo de los estudiantes universitarios, teniendo en cuenta la especial vulnerabilidad de los procedentes de otros lugares. Se cree que la necesidad de integrarse a nuevos entornos sociales, combinada con el riesgo de experimentar aislamiento y síntomas depresivos, puede actuar como factor motivador del consumo como mecanismo adaptativo. Sin embargo, tal comportamiento no sólo afecta la salud mental, sino que también puede debilitar significativamente las capacidades intelectuales y el rendimiento académico de los estudiantes.

En este trabajo de investigación, se planteó las siguientes preguntas:

¿Cómo se relacionan los patrones de consumo de alcohol con la función cognitiva (memoria, atención y función ejecutiva) de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías?

¿Cuál es la prevalencia y patrón de consumo de alcohol entre los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías?

¿Cuál es el nivel de desempeño cognitivo (memoria, atención y función ejecutiva) de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías?

¿Qué recomendaciones son importantes para autoridades, docentes y estudiantes para minimizar el impacto del consumo de alcohol en el rendimiento académico?

1.2 Justificación

La presente investigación se fundamenta en la necesidad de evidenciar el impacto del consumo de alcohol en el entorno universitario, desde la perspectiva neuropsicológica, este estudio se justifica al profundizar en la vulnerabilidad del cerebro joven ante el alcohol, centrándose en el deterioro de las funciones ejecutivas y la memoria de trabajo. La investigación aporta valor científico al analizar el consumo "social" o episódico frecuentemente normalizado como un factor disruptor del procesamiento de información.

Esto hace posible cubrir una brecha de conocimiento local acerca de cómo la neurotoxicidad del etanol impacta en particular a los alumnos de la Facultad; los cuales tienen competencias profesionales que se apoyan en una integridad cognitiva más elevada.

Los resultados proporcionarán, a nivel institucional, información veraz y actualizada a la Facultad. Esto posibilitará que las autoridades y el departamento de bienestar puedan diseñar programas de prevención y planes de apoyo efectivos, en vez de solo imponer sanciones o prohibiciones. La Facultad podrá crear guías y talleres para ayudar a los estudiantes a mejorar sus hábitos de estudio y proteger su capacidad de aprendizaje, garantizando que el consumo no interrumpa su formación académica cuando conozcan cómo el alcohol afecta la memoria y la atención de los alumnos. Cuando se reconoce la conexión entre los patrones de consumo y las deficiencias en la memoria o atención, es más sencillo tomar decisiones para que los departamentos y autoridades de bienestar modifiquen las técnicas del aprendizaje y la enseñanza de acuerdo con la realidad neurocognitiva presente en los estudiantes. De este modo, se mejoran los indicadores del rendimiento académico.

La investigación es imperativa dado que los estudiantes de esta facultad son los futuros formadores y gestores sociales. Un profesional de la educación con capacidades cognitivas comprometidas condiciona directamente la calidad del sistema educativo y el desarrollo humano de sus futuros alumnos. Por tanto, promover la integridad cognitiva y la conciencia sobre hábitos saludables no es solo una meta académica, sino una responsabilidad ética de la universidad para garantizar profesionales competentes, resilientes y aptos para los desafíos del país.

1.3 Objetivos

1.3.1 General

- Analizar el consumo de alcohol y su relación con la parte cognitiva en los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación Humanas y Tecnologías, mediante el paradigma mixto.

1.3.2 Específicos

- Caracterizar los patrones de consumo de alcohol en los estudiantes de las diversas carreras de la Facultad de Ciencias de la Educación, Humanas y Tecnologías, mediante la identificación de variables como frecuencia, cantidad, tipos de bebidas, motivaciones y contextos de interacción social predominantes.
- Determinar la incidencia de los hábitos de consumo en los procesos cognitivos de los estudiantes, examinando cómo variables sociodemográficas y

académicas intervienen en la relación entre la ingesta de alcohol y el desempeño intelectual.

- Diseñar lineamientos estratégicos y recomendaciones preventivas dirigidas a las autoridades institucionales, personal docente y al cuerpo estudiantil de la Facultad, con el fin de mitigar los riesgos asociados a la ingesta de alcohol y promover el bienestar integral en el entorno universitario.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1 ¿Qué es el alcohol?

Desde un punto de vista farmacológico y químico, el alcohol (especialmente el etanol o el alcohol etílico) es un psicoestimulante que tiene un efecto depresor sobre el sistema nervioso central (SNC). Aunque en ocasiones la sociedad lo considera un estimulante debido a la desinhibición inicial que provoca, su principal mecanismo de acción es la inhibición de la actividad neuronal.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022), el alcohol es una sustancia tóxica, estimulante de los nervios y tiene propiedades adictivas. Después de la ingestión, se absorberá rápidamente en la sangre, lo que afectará la función de los neurotransmisores, especialmente el sistema del ácido gamma-aminobutírico (GABA), lo que ralentizará el proceso de comunicación entre las células nerviosas.

Becoña y Cortés (2011) argumentan, en cambio, que el alcohol es una "droga aceptada socialmente" cuyos efectos en el cuerpo dependen de aspectos como la cantidad de alcohol ingerido, lo habitual de su consumo y la sensibilidad biológica del individuo que lo consume. En niveles altos, afecta las funciones esenciales y los procesos cognitivos más complejos, como el juicio y la atención; en niveles moderados, puede afectar la coordinación motora.

Más allá de su composición química y efectos biológicos, es importante pensar en cuán profundamente arraigado está el alcohol en la cultura universitaria, hasta el punto de que se ha convertido en una presencia invisible pero constante. Como depresor del sistema nervioso, su consumo no sólo altera las respuestas motoras, sino que también amenaza los recursos más valiosos de los estudiantes, como la capacidad de pensar, conectar ideas y acumular conocimientos. Entender el alcohol no sólo como una molécula sino como un factor que puede limitar el potencial intelectual de una generación nos obliga a cuestionar la normalización del consumo de alcohol y priorizar la salud cognitiva como base fundamental para el éxito profesional.

2.2 ¿Qué es el alcoholismo?

El alcoholismo, actualmente definido en las guías clínicas como trastorno por consumo de alcohol, es un trastorno crónico y recurrente caracterizado por la incapacidad

de controlar o dejar de beber a pesar de las consecuencias sociales, laborales y médicas adversas.

Jellinek (1960), pionero en la investigación científica sobre la adicción, sugirió que el alcoholismo es una enfermedad que avanza y que impacta tanto a la conducta como a la estructura del cerebro mediante un enfoque biopsicosocial. Esta perspectiva es respaldada por Valenzuela (1997), el cual destaca que el consumo crónico produce alteraciones neuroadaptativas en el largo plazo, particularmente en áreas cerebrales relacionadas con la recompensa y la toma de decisiones. Esto hace que sea complicado para un individuo renunciar de manera voluntaria a la adicción. La Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11), por último, define la enfermedad como una alteración en la dependencia a sustancias, donde lo más característico para el diagnóstico es el deseo intenso y la tendencia para consumir en lugar de realizar otras actividades cotidianas.

Desde esta perspectiva, entender el alcoholismo como un trastorno que se adapta y avanza nos brinda la oportunidad de dejar de considerarlo solo como un problema de falta de determinación y verlo en cambio como una interrupción en los procesos mentales. Esta distinción es importante en el ámbito académico. Lo que comienza como una actividad social puede resultar en cambios en los sistemas de recompensas y en la toma de decisiones, lo que afecta la capacidad de los estudiantes para enfocar su atención en su formación educativa. El hecho de que el alcoholismo tenga un impacto directo en la integridad del cerebro no solo legitima la necesidad de implementar políticas preventivas, sino que además nos motiva a observar con más compasión y rigor científico la susceptibilidad de los jóvenes hacia una sustancia que, lejos de ser inofensiva, puede comprometer su integridad profesional para toda la vida.

2.3 Consumo de Alcohol en el Contexto Universitario

El consumo de alcohol se ha convertido en un hábito común en la sociedad moderna y tiene un impacto decisivo en la sociedad joven, en la educación estas cualidades van más allá de lo biológico. Como menciona Guzmán et al. (2021), al comenzar la vida universitaria los estudiantes a menudo adoptan una cultura consumista, facilitando la integración en nuevos grupos sociales y la participación en actividades de recreación. No obstante, a pesar de esta aceptación, el abuso de consumo de alcohol representa un, pero problema de salud por sus efectos negativos en la salud mental, el bienestar físico y las habilidades cognitivas.

Varios estudios a nivel global afirman que las consecuencias del alcohol no solo afectan la salud física, sino que también tienen un impacto en los procesos mentales requeridos para aprender. El trabajo de Mota et al. (2013) y el estudio efectuado por la Organización Mundial de la Salud (2018) mostraron que el abuso de alcohol causa déficits medibles en la atención sostenida, el razonamiento y la memoria de trabajo; estos son elementos fundamentales para triunfar en carreras relacionadas con educación y artes liberales.

En la vida universitaria, esta condición se normaliza bajo el concepto de “consumo de entretenimiento”, que ignora los datos científicos sobre sus consecuencias a largo plazo. La literatura sugiere que, para muchos estudiantes universitarios, especialmente aquellos de otras provincias que tienen que viajar, el alcohol sirve como mecanismo para afrontar el aislamiento y el estrés académico (Lazarus & Folkman, 1984). Sin embargo, cabe destacar que este enfoque viola las reservas cognitivas de los estudiantes. Promover una profunda conciencia de estos peligros no es sólo una medida preventiva sino también esencial para garantizar que las capacidades intelectuales de los futuros profesionales no se vean disminuidas por hábitos impuestos socialmente.

En esta situación, queda claro que el consumo de alcohol no debe entenderse como un hecho aislado o una simple elección individual, sino como una respuesta sistemática a las presiones del entorno universitario. La ironía es que en un espacio diseñado para ejercitar la mente y desarrollar las capacidades humanas, los hábitos normalizados amenazan directamente la integridad neuropsicológica de los estudiantes. La transición a la vida universitaria, cargada por la necesidad de estudiar y pertenecer, anima a los jóvenes a utilizar el alcohol como "puente social" o liberación mental instantánea, sin darse cuenta de que esto destruirá las herramientas (atención, memoria y pensamiento) que les ayudan a triunfar profesionalmente.

2.3.1 Definición y Clasificación del Consumo de Alcohol

El consumo de alcohol se define como el consumo de bebidas cuyo ingrediente activo es el etanol, un psicoestimulante con propiedades depresoras del sistema nervioso central (SNC). El etanol actúa alterando la neurotransmisión química, especialmente en los receptores del ácido gamma-aminobutírico (GABA) y del glutamato, afectando directamente el rendimiento cognitivo y el control motor (Koob & Volkow, 2016).

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024), el alcohol es un elemento que se consume a nivel social, pero también es una variable de riesgo en psiquiatría que favorece la aparición de más de 200 trastornos y enfermedades. Crowley et al. (2020) sostienen que el alcohol tiene una farmacodinámica bifásica: inicialmente, produce un ligero efecto estimulante, con desinhibición y euforia, gracias a la liberación de dopamina; posteriormente, este efecto es sustituido por uno depresor, en donde se deteriora la función ejecutiva y se presenta una sedación profunda.

Clasificados por estructura de consumo

Para comprender técnicamente este fenómeno en la población estudiantil universitaria es necesario clasificar la ingesta según los criterios del DSM-5 (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales) y las recomendaciones de la OPS:

- **Ingesta de riesgo moderado o bajo:** dentro de límites que no supongan un riesgo inmediato para la salud. Sin embargo, en estudiantes jóvenes, cualquier nivel de absorción puede afectar la neuroplasticidad (Bava & Tapert, 2010).
- **Consumo nocivo (uso nocivo):** Definido como una forma de consumo que ha afectado la salud física o mental pero que no genera adicción (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, 2023).
- **Trastorno por consumo de alcohol (adicción):** Una condición crónica en la que hay pérdida de control sobre el consumo de alcohol, tolerancia y síntomas de abstinencia, causando importantes impactos sociales, académicos y profesionales (American Psychiatric Association, 2013).

Desde un punto de vista crítico, el consumo perjudicial frecuentemente es subestimado en el ámbito académico debido a que se lo considera un ritual social. No obstante, la evidencia científica muestra que este patrón desmedido es uno de los factores más importantes en la atrofia funcional de la corteza prefrontal, zona encargada del razonamiento lógico y la toma de decisiones. Así pues, la transición de un consumo ocasional a uno dañino no es simplemente una variación en el comportamiento, sino también un cambio a nivel neuroquímico que pone en riesgo los perfiles profesionales de los alumnos.

2.4 Función Cognitiva

Los procesos mentales que permiten a los seres humanos adquirir, procesar, almacenar y utilizar información son conocidas como funciones cognitivas. La atención, la memoria, el lenguaje, la percepción, la función ejecutiva y la solución de problemas son

parte de estos procesos. Para aprender, tomar decisiones e interactuar con el entorno, las funciones cognitivas son fundamentales (Rodríguez, 2024).

La función cognitiva es fundamental para la vida cotidiana y, en un entorno universitario, desarrollar las habilidades necesarias para aprender, concentrarse y resolver problemas se vuelve cada vez más importante. Creo que procesos como la atención, la memoria y la función ejecutiva son necesarios para un buen rendimiento académico porque afectan directamente la capacidad de comprender contenidos, recordar información y tomar buenas decisiones. Por lo tanto, cualquier factor que altere estas funciones puede tener consecuencias importantes para el rendimiento y el desarrollo general de los jóvenes.

2.5 Desarrollo Cognitivo en la Etapa Universitaria

El desarrollo cognitivo se refiere al conjunto de procesos mentales que permiten al ser humano adquirir conocimientos, procesar información, resolver problemas y adaptarse a su entorno. Según Piaget (1972), el pensamiento lógico formal se desarrolla durante la adolescencia y la edad adulta temprana, que es la etapa en la que se encuentran la mayoría de los estudiantes universitarios. Sin embargo, este desarrollo no es estático; Según Sinnott (1998), el pensamiento posformal surge en la universidad, en una etapa en la que los estudiantes aprenden a lidiar con la incertidumbre, el conflicto y el compromiso integrando la lógica con la experiencia emocional.

A esta complejidad se le añade el punto de vista de Arnett (2000), que considera a este lapso como la edad adulta, un tiempo crucial para el descubrimiento en el que el cerebro, sobre todo la corteza prefrontal, todavía está madurando. En esta línea, Papalia y Martorell (2017) argumentan que la madurez neurológica, que puede ser afectada por elementos externos, es el factor determinante de la habilidad para razonar críticamente y emitir juicios complejos. Para finalizar, la contribución de Diamond (2013) al área de la función ejecutiva es significativa, ya que revela que el control inhibitorio, la memoria de trabajo y la atención son elementos fundamentales en términos cognitivos para que los alumnos universitarios administren su aprendizaje y alcancen el éxito académico.

En la universidad, el desarrollo cognitivo se manifiesta en habilidades como el pensamiento crítico, la capacidad analítica, la memoria integral y la toma de decisiones. Estas funciones cognitivas son fundamentales para el aprendizaje significativo y el rendimiento académico. El desarrollo cognitivo en la universidad es un proceso importante

porque durante estos años los estudiantes desarrollan las habilidades necesarias para la preparación personal y profesional. Creo que aprender no se trata sólo de adquirir conocimientos teóricos sino también de desarrollar un pensamiento más crítico, reflexivo y autónomo. Por tanto, cualquier situación que limite o altere este desarrollo puede tener graves consecuencias.

2.5.1 Efectos del Consumo de Alcohol en el Desarrollo Cognitivo

El consumo de alcohol durante este tiempo puede obstaculizar la maduración del cerebro, lo que tiene un impacto negativo en el funcionamiento de las conexiones sinápticas y en la plasticidad neuronal. Según la investigación de Squeglia et al. (2014), los jóvenes adultos que consumen alcohol con frecuencia sufren alteraciones en la atención sostenida, la velocidad de procesamiento y la memoria de trabajo. En la misma línea, Silveri (2017) indicó que el alcohol interfiere con la consolidación de la memoria, lo cual tiene un impacto directo sobre el aprendizaje escolar, ya que a los alumnos les es más complicado recordar y memorizar la información adquirida.

Lo preocupante es que beber alcohol es muy común mientras el cerebro aún se está desarrollando. Muchos estudiantes no son del todo conscientes de que esta sustancia puede afectar directamente a procesos básicos como la memoria, la atención y el aprendizaje. Si el alcohol altera la maduración cerebral y la función ejecutiva, entonces beber con frecuencia puede tener consecuencias no sólo a corto plazo para el rendimiento académico sino también a largo plazo para el desarrollo cognitivo y profesional de los estudiantes.

2.6 Consumo de Alcohol y Rendimiento Académico

El rendimiento académico es uno de los aspectos más afectados por el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Diversos estudios han demostrado que existe una relación inversa entre el consumo excesivo de alcohol y el rendimiento académico. King y Chassen (2008) sostienen que los estudiantes con altos niveles de consumo tienen más probabilidades de faltar a la escuela, aprender menos y tener más probabilidades de fracasar.

El impacto del consumo de alcohol en el rendimiento académico es una cuestión que no se puede ignorar. Cuando un estudiante abusa del alcohol no sólo se ve afectada su salud, sino también su sentido de responsabilidad y determinación en el aprendizaje. Esto puede evidenciarse por ausencias de clase, dificultades para completar las tareas o un uso ineficaz del proceso de aprendizaje. Para quienes se preparan para ser futuros docentes, estas consecuencias son aún más preocupantes porque su preparación profesional requiere

compromiso, disciplina y un desarrollo cognitivo adecuado para desempeñar un papel esencial en la sociedad.

2.7 Contexto Internacional y Nacional del Consumo de Alcohol

A nivel internacional, un estudio reciente de (Santiago Lorenzana, 2025) titulado “*Causas y consecuencias del alcoholismo en jóvenes universitarios*”, encontró que el alcohol es la sustancia psicoactiva más consumida en el mundo, afectando a millones de personas. De igual forma, se ha observado que en países como México el inicio en el consumo de alcohol ocurre típicamente entre los 15 y 17 años. Los elementos fundamentales que afectan el consumo de alcohol en la población estudiantil incluyen la presión social, el estrés académico, problemas emocionales como ansiedad y depresión, antecedentes familiares, predisposición genética y acceso a bebidas alcohólicas cerca de las instalaciones educativas.

Por su parte, un estudio nacional realizado por (Chalco, 2024) “*Autopercepción de la juventud ecuatoriana en el contexto del impacto del consumo de alcohol en su rendimiento académico*”, analizó cómo los jóvenes perciben el impacto del alcohol en su rendimiento académico. Los resultados muestran que la mayoría de los adolescentes son conscientes de que el consumo de alcohol tiene un impacto negativo en el rendimiento académico, expresado en buenas o malas notas. Aunque una gran proporción de estudiantes no bebe alcohol, una proporción significativa reporta consumo ocasional y excesivo de alcohol, así como dificultad para controlar el consumo de alcohol y sentimientos de culpa. En conclusión, el autor destaca la importancia de implementar programas educativos y de prevención en el ámbito escolar, con el fin de limitar los efectos del consumo de alcohol y promover un mejor desarrollo académico.

Finalmente, un estudio nacional realizado por (Ponce, 2018) “*Consumo de Alcohol de Estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo*”, analizó los patrones de consumo de alcohol de estudiantes de ciencias de la salud, ciencias políticas e ingeniería en el año 2017. Los resultados mostraron un alto consumo ya que el 70.2% de los participantes indicaron que habían tomado alcohol por lo menos una vez. Aunque la mayoría presentaba un consumo normal, los resultados más alarmantes los observó el departamento de ingeniería en los casos de consumo nocivo y adicción. Además, se descubrió que los hombres y los estudiantes de secundaria tenían más probabilidades de consumir alimentos peligrosos. En

conclusión, el autor destaca la importancia de las actividades continuas en el ámbito universitario para promover la salud y prevenir el alcoholismo.

El consumo de alcohol ha crecido en años recientes, sobre todo entre los estudiantes universitarios, según indican también las estadísticas del INEC, lo que representa un peligro para el desarrollo integral de los alumnos.

Pérez y Solórzano (2019) de la Universidad Técnica de Ambato demostraron que los estudiantes que beben alcohol en cantidades excesivas obtienen puntuaciones más bajas en pruebas cognitivas relacionadas con la atención y la memoria.

El consumo de alcohol entre los jóvenes es un tema de especial preocupación porque afecta a una población que se encuentra en una etapa crítica de su desarrollo académico y personal. Creo que el hecho de que un número importante de estudiantes beba alcohol habitualmente demuestra que esta costumbre se ha generalizado y en muchos casos se ha convertido en la norma en el ámbito universitario. Sin embargo, detrás de ese comportamiento puede haber factores como el estrés, la presión social o necesidades adaptativas a las que muchas veces no se les presta la suficiente atención. Por tanto, es necesario concienciar sobre los peligros del consumo y promover una cultura universitaria más saludable que priorice la salud emocional y el desarrollo cognitivo de los estudiantes.

2.8 Elementos relacionados con el Consumo de Alcohol en Alumnos

Los elementos clave vinculados con la ingesta de alcohol en los alumnos universitarios incluyen factores sociales, psicológicos y académicos. La presión del grupo de pares, la búsqueda de aceptación social y la cultura de consumo influyen significativamente en tales comportamientos (Peralta, 2016). De igual forma, desde una perspectiva psicológica, se cree que el consumo muchas veces sirve como mecanismo de afrontamiento de estados emocionales negativos como la ansiedad y los síntomas depresivos (Becoña, 2016).

En el entorno académico, la presión de trabajo y las exigencias en cuanto a calificaciones se relacionan con un aumento en la frecuencia del consumo de bebidas alcohólicas; este fenómeno se intensifica cuando los alumnos sienten que no reciben apoyo por parte de la institución (Villatoro et al., 2021). Por último, es relevante tener en cuenta los factores de transición, ya que la nueva independencia y la separación de la familia cercana incrementan el riesgo de que los alumnos sigan patrones de consumo peligrosos (Guzmán et al., 2018).

Estos elementos exhiben una situación muy habitual en la vida universitaria una gran cantidad de alumnos se encuentran permanentemente presionados a nivel social y académico. En ocasiones, el anhelo de encajar o ser aceptado puede hacer que se normalice la ingesta de alcohol sin considerar las consecuencias. Asimismo, el estrés y la ansiedad en este periodo pueden llevar a algunos jóvenes a recurrir al alcohol como un modo de evasión o alivio temporal.

2.8.1 Efectos del Alcohol en la Atención, la Memoria y las Funciones Ejecutivas

El alcohol puede disminuir tu habilidad para concentrarte, lo cual obstaculiza la concentración en tus estudios y aumenta las probabilidades de que pierdas la concentración. En cuanto a la memoria, el consumo agudo de alcohol puede ocasionar "lagunas" o pérdida de memoria provocada por el alcohol; por su parte, el consumo crónico tiene el potencial de deteriorar más permanentemente la memoria a corto y largo plazo, lo que afecta la habilidad para aprender y retener información (Jiménez, 2024).

El alcohol también impacta con facilidad la función ejecutiva. Esto podría reflejarse en una capacidad disminuida para planear, decisiones impulsivas y limitada flexibilidad mental. Esto podría causar problemas a los alumnos para planificar el estudio, manejar su tiempo y adaptarse a nuevas circunstancias de aprendizaje (Muriel, 2024).

CAPÍTULO III

3. METODOLOGÍA

La presente investigación se desarrolla bajo un enfoque mixto, el cual integra las fortalezas de los métodos cuantitativos y cualitativos para proporcionar una visión integral sobre el fenómeno del consumo de alcohol. Según lo señalado por Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), este enfoque permite validar los hallazgos mediante datos estadísticos y, simultáneamente, profundizar en las percepciones subjetivas y el contexto social de los actores involucrados. En cuanto a su nivel, el estudio es de alcance descriptivo y posee un diseño no experimental de corte transversal, puesto que la recolección de información se realizó en un momento único y en un ambiente auténtico, prescindiendo de la manipulación intencional de las variables (Arias, 2016).

La población de estudio estuvo conformada por 142 estudiantes matriculados en las carreras de Educación Inicial, Pedagogía de las Ciencias Experimentales, Informática, Historia y Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Chimborazo. Debido a que la población fue finita y plenamente accesible, se trabajó mediante un censo, incluyendo a la totalidad de los alumnos en la fase cuantitativa para asegurar la representatividad de los datos estadísticos. No obstante, el acceso a este grupo se facilitó a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando a los participantes por su cercanía y disposición dentro del ámbito académico. Para complementar este análisis, la fase cualitativa empleó un muestreo intencional, seleccionando estratégicamente a un docente y dos estudiantes como informantes clave para aportar experiencias profundas a través de la entrevista.

En cuanto al procedimiento de recolección y tratamiento de la información, se utilizó la plataforma Google Forms para la fase cuantitativa, herramienta que garantizó la integridad de los datos mediante la tabulación y codificación automatizada en tablas de frecuencia y gráficos estadísticos. Por otro lado, la información cualitativa obtenida de las entrevistas semiestructuradas fue transcrita y sometida a un análisis de contenido, permitiendo la identificación de patrones y categorías temáticas. Finalmente, la validez del estudio se fundamentó en la triangulación de datos, proceso mediante el cual se contrastaron los resultados numéricos con los hallazgos cualitativos y el sustento teórico, asegurando así el rigor académico y la profundidad de las conclusiones alcanzadas.

CAPÍTULO IV

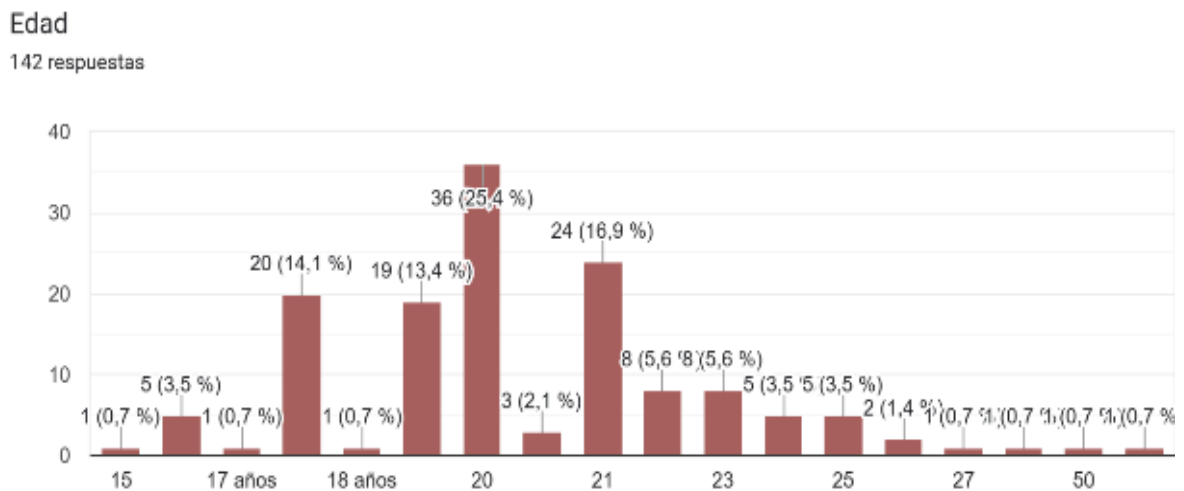
4. RESULTADOS y DISCUSIÓN

En este apartado se presentan los resultados más importantes obtenidos tras utilizar la encuesta sobre el consumo de alcohol y su impacto en las capacidades cognitivas de los estudiantes de la Facultad de Educación. Un total de 142 estudiantes participaron en la encuesta, aportando datos valiosos sobre sus patrones de consumo y cómo percibían su impacto en su rendimiento académico y capacidades cognitivas.

Los resultados muestran que, aunque beber alcohol suele considerarse una actividad poco frecuente o socialmente aceptable, puede afectar aspectos importantes del aprendizaje como la memoria, la concentración y el rendimiento académico.

Figura 1

Edad de los Estudiantes Encuestados



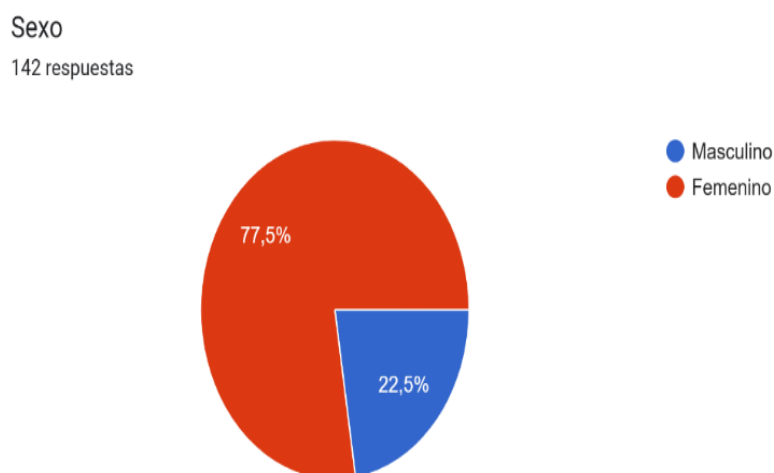
Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: En cuanto a la edad, los resultados muestran que la mayoría de los estudiantes participantes se encuentran dentro del rango de edad típico de los estudiantes universitarios de primer año, que se encuentra entre 18 y 25 años.

Interpretación: Este aspecto es importante porque este período se caracteriza por una transición a la edad adulta, durante la cual los comportamientos sociales, incluido el consumo de alcohol, a menudo aumentan.

Figura 2

Distribución según sexo



Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: En términos de género, participaron en el estudio tanto mujeres como hombres, lo que muestra una diferencia general en el consumo. Los hallazgos indican que los hombres beben alcohol con mayor regularidad, mientras que las mujeres tienden a hacerlo de manera más esporádica o moderada.

Interpretación: Esta diferencia refleja cómo los patrones de consumo varían según el género dentro del entorno universitario, sugiriendo dinámicas de ingesta distintas entre los estudiantes encuestados.

Carrera Universitaria de los Participantes

Análisis: En relación con la carrera, los participantes de la encuesta provienen de diferentes carreras de la Facultad. La información revela que el consumo de alcohol no se reparte de manera uniforme, sino que varía según el grupo estudiantil y el contexto académico.

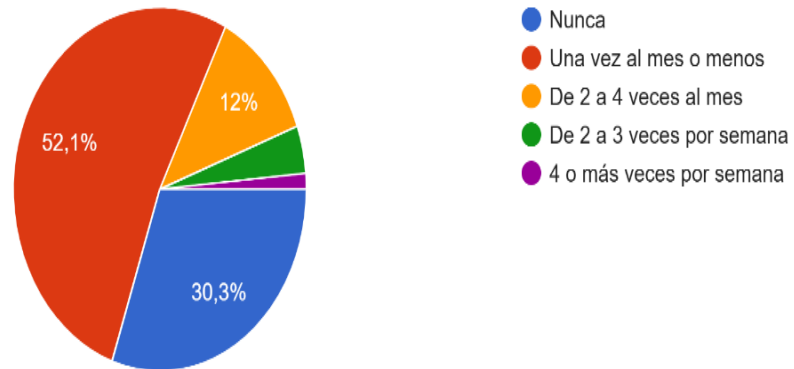
Interpretación: Estas diferencias podrían estar relacionadas con factores como la carga académica, el estrés universitario y los espacios de convivencia propios de cada carrera, lo cual influye en los patrones de socialización y consumo.

Figura 3

Frecuencia del Consumo

1.-¿Con qué frecuencia consume bebidas alcohólicas?

142 respuestas



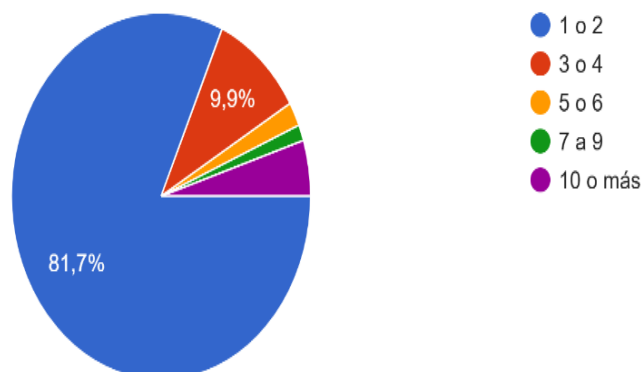
Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Figura 4

Consumo normal de bebidas alcohólicas en un día

2.-¿Cuántas bebidas alcohólicas consume normalmente en un día que bebe?

142 respuestas

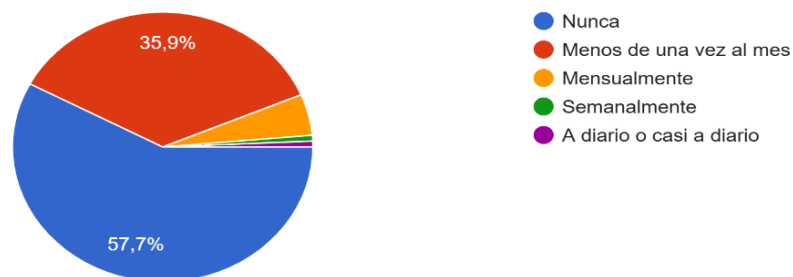


Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Figura 5

Consumo de seis o más bebidas en una sola ocasión

3.-¿Con qué frecuencia consume seis o más bebidas alcohólicas en una sola ocasión?
142 respuestas

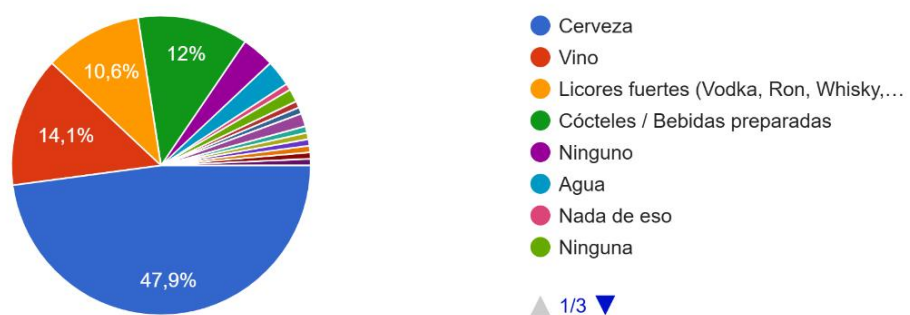


Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Figura 6

Tipo de bebida más consumida

4.-¿Cuál es el tipo de bebida que consumes con mayor frecuencia? (Selecciona máximo 2)
142 respuestas



Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: En cuanto a la frecuencia, los resultados indican que la mayor parte de los estudiantes menciona un consumo ocasional, especialmente durante los fines de semana o en eventos sociales, aunque también se encontraron casos de un consumo más regular.

Se puede notar una clara preferencia por la cerveza, que constituye cerca del 50% de las elecciones con un 47.9%.

Interpretación: Esta cifra indica que hay una tendencia hacia las bebidas con menor proporción de alcohol, que también son más accesibles tanto económica como socialmente. Los cócteles o bebidas mezcladas (12%) y el vino (14. 1%) ocupan el segundo puesto, seguidos por los licores fuertes (10. 6%).

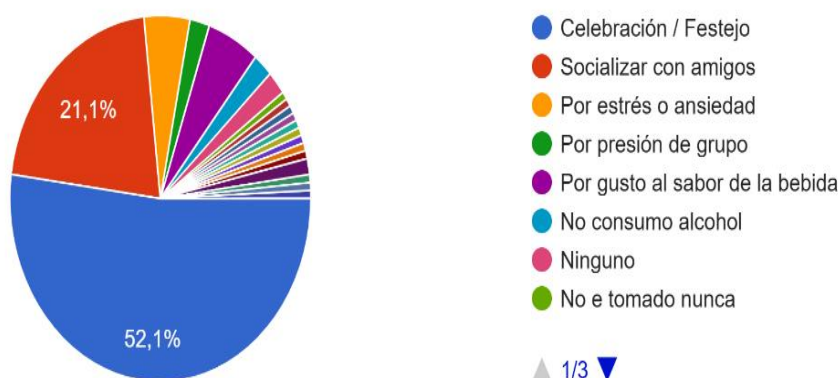
Esta distribución no solo ratifica que la mayoría de los estudiantes elige consumir de manera ocasional en contextos sociales, sino que también pone de manifiesto una diversidad en las preferencias restantes, donde las bebidas destiladas y mezcladas tienen una relevancia notable, aunque secundaria. Es importante resaltar que la preferencia por la cerveza como bebida principal se alinea con las tendencias comunes en entornos universitarios, donde los aspectos relacionados al precio y la facilidad de compra influyen significativamente en la decisión de elección.

Figura 7

Situaciones de Consumo

5.-¿Cuál es el motivo principal por el que consumes alcohol?

142 respuestas



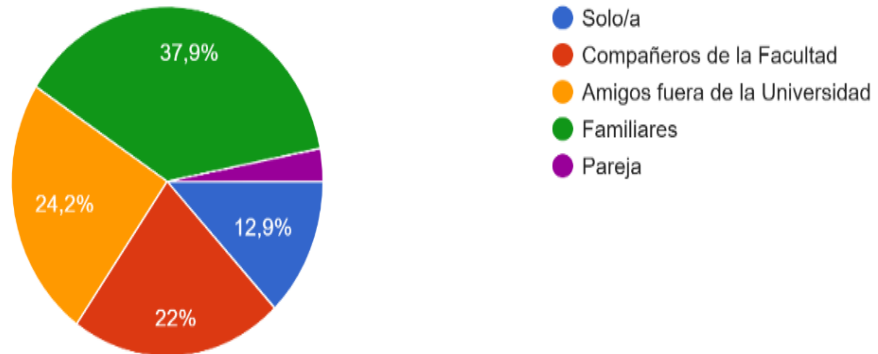
Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Figura 8

Grupo social con el que consume mayormente

6.-¿Con quién sueles consumir alcohol predominantemente?

132 respuestas



Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: Los alumnos mencionaron que el uso de alcohol ocurre principalmente en eventos sociales, festividades o encuentros entre amigos. En menor medida, algunos mencionaron que recurren al alcohol como una reacción al estrés académico o a problemas emocionales.

En el contexto del consumo social, los resultados muestran que el entorno familiar influye significativamente, ya que el 37,9% de los encuestados bebe alcohol principalmente cuando está cerca de sus seres queridos. En segundo y tercer lugar se encuentran los amigos fuera de la escuela (24,2%) y los compañeros de escuela (22%) respectivamente; Esto indica que el consumo está estrechamente relacionado con la creación y el mantenimiento de conexiones sociales y emocionales.

Desde otra perspectiva, es fundamental señalar que el 12,9% de las personas encuestadas afirma que consume en soledad. A pesar de ser una cifra menor, este dato debe ser considerado desde el punto de vista del bienestar emocional.

Interpretación: En términos generales, estos hallazgos indican que el consumo es una práctica mayormente colectiva y no individual. Esta actividad se realiza en contextos de confianza, en los cuales los amigos y la familia son los ejes principales de interacción. Esto

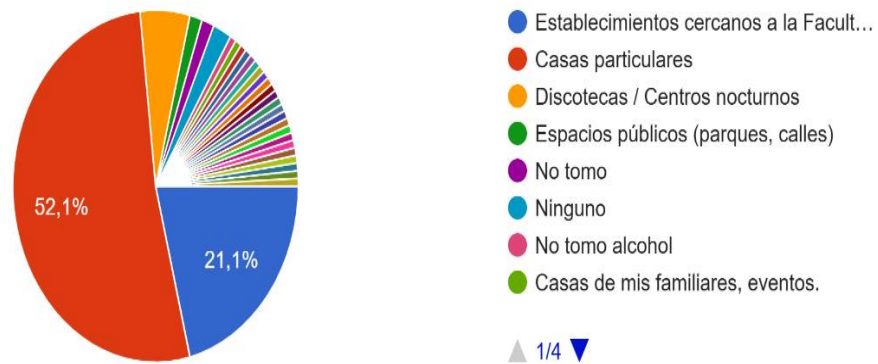
demuestra que, más allá de su aspecto social, el alcohol puede ser utilizado como un mecanismo inapropiado para abordar problemas.

Figura 9

Lugar habitual de consumo

7.-¿En qué lugar realizas el consumo habitualmente?

142 respuestas



Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: Respecto al sitio donde se consume con más frecuencia, los hallazgos indican que el consumo de alcohol ocurre, en su mayoría, en espacios abiertos como celebraciones, bares o reuniones sociales; no obstante, también se registraron ocasiones en casas o alojamientos de estudiantes.

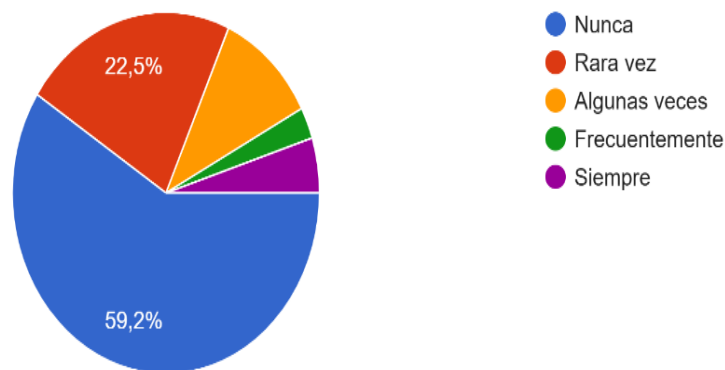
Interpretación: Esto muestra que el consumo de alcohol es bastante accesible y se ha normalizado en varios contextos, lo que puede propiciar su repetición y elevar la posibilidad de impactos en el ámbito académico y cognitivo.

Figura 10

Consumo de Alcohol y Afectación en la Concentración

8.-¿Considera que el consumo de alcohol ha afectado su concentración durante las clases o el estudio?

142 respuestas



Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: Uno de los puntos principales analizados fue si los alumnos creen que el uso de alcohol ha influido en su capacidad de concentración durante las lecciones o el estudio.

Los datos indican que:

- 84 estudiantes (59%) indicaron que nunca han percibido afectación en su concentración.
- 32 estudiantes (23%) señalaron que esto ocurre rara vez.
- 15 estudiantes (11%) manifestaron que sucede algunas veces.
- 7 estudiantes (5%) afirmaron que siempre les afecta.
- 4 estudiantes (3%) respondieron que ocurre frecuentemente.

Interpretación: Estos hallazgos indican que, aunque la gran parte no nota efectos inmediatos, hay un número considerable de estudiantes que reconoce experimentar problemas cognitivos relacionados con el consumo de alcohol. Esto es alarmante, ya que la habilidad de concentrarse es fundamental para el éxito académico, especialmente en carreras que demandan atención continua y dedicación mental.

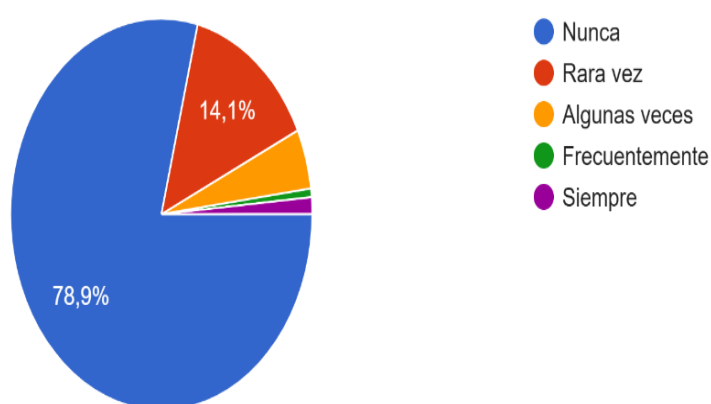
De acuerdo con Jiménez (2024), el consumo de alcohol puede afectar la capacidad de mantener la atención, lo que provoca distracciones y disminuye la habilidad para concentrarse en tareas educativas.

Figura 11

Ausentismo Académico

9.-¿Ha faltado a clases o actividades académicas debido al consumo de alcohol?

142 respuestas



Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: En términos generales, la mayor parte de los alumnos indicó que rara vez se faltaba por esta razón, aunque una pequeña porción admitió que esto sucede de forma ocasional.

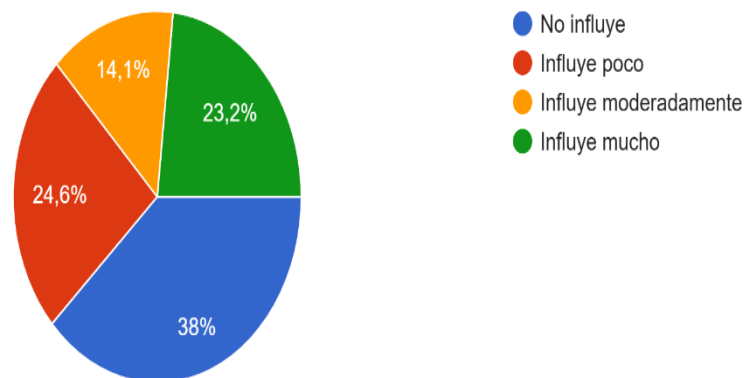
Interpretación: A pesar de que las ausencias no son habituales, incluso los casos aislados son motivo de preocupación, puesto que el ausentismo puede afectar de manera directa el desempeño y el cumplimiento de las obligaciones en la universidad.

Figura 12

Influencia del Alcohol en el Rendimiento Académico

10.-¿Cree que el consumo de alcohol influye negativamente en su rendimiento académico?

142 respuestas



Nota. Encuesta aplicada a estudiantes de la UNACH, por Anahi Real, 2026.

Análisis: En relación con la opinión sobre si el consumo afecta de manera desfavorable el desempeño académico, los hallazgos fueron los siguientes:

- 54 estudiantes (38%) consideran que el alcohol no influye.
- 35 estudiantes (25%) creen que influye poco.
- 20 estudiantes (14%) afirman que influye moderadamente.
- 33 estudiantes (23%) consideran que influye mucho.

Interpretación: Estos resultados indican que, a pesar de que existe un grupo que no tiene en cuenta los efectos del alcohol, un sector significativo de los alumnos admite que este tiene impactos negativos en su desempeño académico.

Esto respalda lo señalado por Chalco (2024), quien menciona que muchos jóvenes creen que el consumo está vinculado con calificaciones bajas y dificultades para mantener un rendimiento constante.

4.1 DISCUSIÓN

Los primeros resultados permiten concluir que el uso de alcohol es una realidad en el ámbito universitario, principalmente entre jóvenes estudiantes que se encuentran en una etapa de gran vulnerabilidad social y emocional. Aunque a menudo se considera que este

consumo es ocasional o para divertirse, su regularidad y el ambiente en el que se produce pueden ser un riesgo, especialmente cuando se emplea como un método para manejar el estrés relacionado con los estudios.

Los datos obtenidos revelan una situación difícil en el entorno universitario. El consumo de alcohol sigue siendo común entre los estudiantes universitarios como parte del proceso de socialización o como un intento de reducir el estrés de la universidad. Sin embargo, aunque muchos encuestados no sintieron los efectos de inmediato, las estadísticas muestran que hay un grupo importante de personas que admiten tener problemas de concentración y rendimiento académico.

Esto es preocupante porque el cerebro de estos jóvenes aún se está desarrollando y el consumo regular podría afectar funciones vitales como la memoria, la toma de decisiones y la planificación. Estas observaciones concuerdan con las sugeridas por Ponce, quien advirtió que el consumo de alcohol es común en la Universidad Nacional de Chimborazo, especialmente entre los estudiantes de primer año. Esto puede impactar negativamente su desempeño académico y emocional. Por lo tanto, el consumo no sólo debe verse como una actividad social, sino también como una situación con el potencial de influir en importantes procesos cognitivos como la atención, la memoria y la función ejecutiva.

En este contexto, beber alcohol se considera no sólo un pasatiempo sino también un riesgo que puede perjudicar la salud emocional, el desarrollo cognitivo y las perspectivas laborales de los estudiantes. Estas señales resaltan la importancia de fortalecer las iniciativas institucionales orientadas a la prevención, la asesoría psicológica y la promoción de estilos de vida saludables en el ámbito universitario. Es esencial crear un espacio de apoyo donde los jóvenes puedan satisfacer sus necesidades sociales y académicas sin recurrir al alcohol como escape.

Finalmente, es importante promover estrategias de afrontamiento saludables, limitar el consumo de alcohol y desarrollar programas educativos que protejan el desarrollo cognitivo y de desarrollo general de los estudiantes. La universidad, cumpliendo su función educativa, debe velar no sólo por el desarrollo académico sino también por el bienestar mental y emocional de los estudiantes que se preparan para su futuro profesional.

Trabajo Etnográfico

(Martha, entrevista, maestra, enero 2026):

1. En sus años de experiencia en la Facultad de Ciencias de la Educación, ¿qué cambios ha notado en la frecuencia y cantidad de consumo de alcohol entre los estudiantes, especialmente tras la pandemia?

“Tengo 15 años de experiencia aquí en la Universidad y los cambios sí son dramáticos y drásticos; ya que antes, cualquier situación que uno cometía, lo hacía en silencio, callada o con vergüenza. Ahora se puede observar que liban tranquilamente en los patios aledaños a la Universidad, en las canchas, en bares o en lugares que, supuestamente, están destinados a comida rápida o cosas así. De ahí viene una cerveza, de ahí vienen licores más fuertes.

Es por eso, también, que han proliferado—alrededor de la Universidad, del Campus La Dolorosa y supongo también será lo mismo en los otros campus—grandes tiendas y abastos donde también venden licores; hasta en las librerías venden botellas de licor” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

2. Desde su perspectiva docente, ¿cuáles considera que son los principales motivos (presión académica, problemas emocionales o cultura social) que llevan al estudiante a normalizar el consumo de alcohol dentro y fuera del campus?

“En la carrera de Educación Inicial, el consumo de alcohol responde más a un sentido social; a que normalizamos patrones desde casa donde, cuando hay una celebración, siempre está presente un vino o una cerveza, ya sea en una fiesta o conmemoración. En este mismo sentido, se da en espacios sociales y cívicos donde la ceremonia se torna, después, violenta; eso lo vemos cuando hay desfiles donde participan diferentes estudiantes de colegio.

Esto se arrastra y viene a la universidad, asociándose con problemas de estrés académico y con momentos de soledad, porque los jóvenes y las señoritas estudiantes, en su gran mayoría, son lo que conocemos como 'foráneos'. Al ser jóvenes que están lejos de su núcleo familiar, se encuentran solos y, por mitigar este evento, al momento de distraerse salen con amigos y, al final, terminan ingiriendo alcohol” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

3. ¿Ha identificado diferencias en los patrones de consumo entre las distintas carreras de la Facultad (por ejemplo, entre la Facultad de Educación frente a la Facultad de Ingeniería o de Salud)?

“Mal pudiera hacer yo un comentario que refleje esta aseveración, por cuanto mi movilidad o mi destino laboral es solo la Facultad de Ciencias de la Educación; sin embargo,

cuando uno acude al otro campus, el llamado Campus Vía a Guano—el Campus Ms. Edison Riera—, se ve cómo igual jóvenes salen de lugares aledaños, de las villas. Es más, hay un bar muy cerca que tiene el nombre de 'Suspense'; o sea, es como que ya al joven le induce a que, por estar ahí, va a quedar suspense. Entonces, supongo que son estudiantes de las carreras que están en estos campus los que asisten a este tipo de lugares.

Esta sería simplemente mi observación. Lo que sí también puedo opinar, un poquito más objetivamente aquí dentro de la Facultad, es que creo que hay carreras que son más propensas por su presencia masculina, como Física, Matemática, Educación Básica o Cultura Física; que tienen esa facilidad de que, después de hacer el deporte, se quedan con una cerveza o después de tal actividad. Sin generar discriminación de género, yo creo que la ingesta de alcohol va más al género masculino; entonces, de ahí que inviten a otras chicas de otras carreras, pues ahí ya se hace un complemento y todos toman” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

4. ¿De qué manera específica nota usted que el consumo de alcohol afecta la atención y la participación de los alumnos durante las horas de clase?

“Bueno, yo creo que dentro de nuestras funciones ejecutivas—que debemos tener presentes para poder ejecutar nuestro proceso de enseñanza-aprendizaje—uno de los elementos más deteriorados que he podido percibir ahora es la falta de atención; hay momentos mínimos de atención. Por lo tanto, la memoria de trabajo se ve afectada y, de un día a otro, ya no recuerdan la temática que se trató el día de ayer.

También hay ansiedad: ansiedad por querer salir, ansiedad porque se acabe la clase porque ya les están mensajeando para encontrarse en algún lugar o salir. También el ausentismo. Uno también, al momento que ya sale de su labor y se va a dar una vuelta alrededor de la Universidad, se les encuentra a las chicas que dicen que tuvieron prácticas, reunión de padres de familia o cosas así, saliendo de lugares que pueden tener como una primera fachada un lugar de comida rápida; pero no salen en condiciones de haber comido, sino de haber consumido alcohol. Entonces, sí afecta el rendimiento y el aprovechamiento académico. Yo creo que más afecta a las habilidades sociales, porque buscan en el alcohol un refugio pasajero; un refugio que, a la final, les puede recaer en vicio” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

5. Según lo observado en evaluaciones o exámenes, ¿cómo cree que el consumo frecuente de alcohol interfiere en los procesos de memoria y retención de información a corto y largo plazo?

“Definitivamente, como ya lo mencioné antes, uno de los elementos dentro de nuestra área cognitiva más deteriorada es la atención y memoria; porque existe consumo de alcohol. Por más que nos quieran decir las señoritas que no consumen alcohol, uno puede con esos indicios tener en cuenta que su ingesta de alcohol ya no es solo esporádica o en una celebración, sino es continua.

También he notado cuando realizan evaluaciones o exposiciones y tuvieron una noche anterior una salida con algunas copitas: sus manos son sumamente sudorosas, al rato de tomar el papel o algún elemento tiemblan, hay resequedad en la voz... entonces, son elementos que a uno ya le van dando pautas del comportamiento de estudiantes frente al consumo de alcohol” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

6. En su registro de calificaciones, ¿ha encontrado una relación directa entre el ausentismo recurrente relacionado con el alcohol y el bajo desempeño académico de los estudiantes?

“No tendría una correlación o no podría afirmar que hay una correlación estricta, por cuanto el ausentismo y bajo rendimiento dentro de las asignaturas que yo comparto con las señoritas se puede dar por muchos motivos. Ha habido casos de ansiedad, ha habido casos de embarazo, partos, partos complicados y ha habido ausentismo, y ha habido un declive en las calificaciones; así también como ausentismo por señoritas que sí se pasan de fiesta en fiesta. Entonces, mal pudiera hacer una comparativa global y correlacionar a estas dos variables de estudio” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

7. ¿Considera que los estudiantes que vienen de otras provincias y viven solos presentan una mayor vulnerabilidad hacia el consumo de riesgo en comparación con quienes viven con sus familias?

“Sí, yo creo que la tónica de las señoritas y jóvenes que tienen que solventar sus dificultades aquí solos, lejos del hogar, presentan mayor vulnerabilidad ante el consumo del alcohol por varias razones. Puede ser una que tienen, a sus 18 o 19 años, la posibilidad de —así sea gestionar los 10 o 15 dólares que les envían— con esa supuesta libertad que antes no tenían dentro del núcleo familiar, y lo malgastan en alcohol. O también puede ser que se sientan solos, o esa tendencia a buscar compañía; y lamentablemente encuentran una

compañía que no sea un modelo para seguir, sino que tiene algunas dificultades dentro de las habilidades sociales. Entonces, sí son más vulnerables, pero por diferentes causas” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

8. ¿Cómo cree que la alteración de las funciones ejecutivas (toma de decisiones y planificación) causada por el alcohol afecta el perfil de egreso de los futuros profesionales de la educación?

“Como le mencionaba, asociar directamente el problema del alcoholismo con el perfil de egreso o con la calidad del profesional que egresa de la carrera o de la Facultad de Ciencias de la Educación sería una aseveración muy fuerte; sin embargo, la condición que lamentablemente se está viendo en relación con la toma de decisiones de los jóvenes no es la más acertada ni la más adecuada. Es por eso por lo que hay problemas después en la práctica: porque decidieron ausentarse, no salen con su certificado de inglés—pues no decidieron tomar clases de inglés o de cultura física—o elementos que le ayuden a formarse de manera integral. Entonces, esta falta de decisión, esta dificultad de tomar una decisión sin importar el qué dirán, sin sentirse obligados por una presión social por querer ser aceptados por el grupo, les obliga también a que haya un deterioro en su calidad profesional” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

9. ¿Qué opinión le merecen las actuales estrategias de prevención de la universidad y qué recomendaciones urgentes daría usted a las autoridades para mejorar el bienestar emocional del estudiantado?

“Bueno, no sé si tendría inconvenientes o me metería en problemas por lo que voy a decir, pero yo creo que la intervención—aunque aquí en la Facultad, liderado por Patricita Vera con programas de salud mental, ha estado dando sus primeros pasos a mi criterio—, sin embargo, por la densidad poblacional, un llamado urgente a las autoridades de la Universidad es que se tengan consultorios apoyados por psicólogos educativos, psicólogos vocacionales, psicopedagogos, psicólogos clínicos y psiquiatras. Porque entendemos que el alcoholismo es una enfermedad; no es una situación de decirle 'le voy a poner ganas y este fin de semana no tomo'.

Entonces, es un problema social, un problema económico, profesional y cognitivo que deteriora la cultura y la permanencia del estudiante en la institución. Deberían ser aquí las autoridades las llamadas a formar diversos equipos técnicos y contar con los recursos necesarios para apoyar a la población que se encuentra vulnerable, porque la razón de ser de

la Universidad son los estudiantes; y ahí tenemos una deuda sumamente grande porque no hay consultorios que atiendan estas necesidades” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

10. ¿Cómo podrían los docentes fomentar hábitos saludables sin que el estudiante sienta que se está invadiendo su vida privada, sino protegiendo su capacidad cognitiva?

“Bueno, yo creo que el primer paso es reconocer que hay un problema. Segundo, uno como docente debe capacitarse; aparte de tener la especialidad con la que uno accedió a ser docente universitario para poder formar parte de la educación superior, debemos tener un soporte en psicología para brindar primeros auxilios a las y los estudiantes. Como mencionaba en la pregunta, no podemos invadir el espacio personal del estudiante, peor aún hacerle sentir mal o recriminarle.

Entonces, si nosotros no tenemos estrategias psicopedagógicas para abordar un momento o una atención que requiere el estudiante, pues entonces estamos fracasando. Debe de ser complementario; debemos tener diferentes herramientas y diferentes estrategias para abordar esta temática y, sobre todo, proteger en medida de nuestras posibilidades la vida de un ser humano. Entonces, no debemos ver al estudiante como un número de lista o como un apellido que va a aprobar, sino como ese ser humano en formación que se siente vulnerable y que requiere de una ayuda; por lo menos una palabra de aliento, por lo menos decirle 'aquí estoy, cuenta conmigo'. Empezar con lo básico, con situaciones elementales, para poder cubrir esta necesidad” (Martha, entrevista, maestra, enero 2026).

(José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026):

1. ¿Cómo y por qué razones empezaste a consumir alcohol con mayor frecuencia desde que ingresaste a la Facultad?

“Empecé en segundo semestre. Al principio era solo por celebrar un proyecto, pero luego se volvió la rutina de todos los jueves y viernes. Como vivo solo, mi casa se volvió el punto de reunión. El alcohol es lo más barato y fácil de conseguir cerca de la Facultad. Si no vas a las 'caídas', te quedas fuera de las bromas, de los grupos de trabajo, de todo. Todo empezó por la necesidad de pertenecer” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

2. ¿Cuál es tu rutina habitual de consumo (días, tipo de bebida y lugares) y qué papel juegan tus amigos o compañeros en la decisión de ir a tomar?

“Mi semana normalmente inicia los jueves o viernes hacia las 4:00 p.m. Generalmente, nos dirigimos a los locales que se encuentran justo detrás de la universidad porque son económicos. Nos gusta beber principalmente cerveza o cócteles porque son más amigables para los grupos. Mis colegas gestionaron la elección; Es difícil rechazar una invitación cuando todo el grupo está presente. Cuando no asistes a un evento, sientes que te estás perdiendo información importante” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

3. ¿En qué medida consumes alcohol como forma de escapar del estrés de los exámenes, los deberes o los problemas personales?

“En gran parte, argumentaría que es un 80%. La responsabilidad de las planificaciones educativas y las prácticas profesionales es muy fatigosa. Considero que el alcohol actúa como un modo de desconexión para mi mente. En ocasiones, cuando tengo demasiadas actividades por hacer, en lugar de planificarme, opto por salir a beber para evitar la ansiedad que me causa el inicio de la semana” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

4. Al día siguiente de haber consumido, ¿cómo describirías tu habilidad para enfocarte y prestar atención en una lección de dos horas?

“Es terrible. Durante una sesión de estudio de dos horas, mi concentración sólo dura unos 15 minutos. Tratar de permanecer despierto y lidiar con el dolor de cabeza me agotó. Escuché al profesor como si estuviera sumergido en agua: Eligiendo palabras sin unir la teoría a la práctica. Es tiempo desperdiciado; estoy presente físicamente, pero mi mente está en otro lado” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

5. ¿Has sentido alguna vez que, a pesar de haber estudiado, se te olvidan las cosas o te cuesta recordar datos importantes en un examen tras haber bebido el fin de semana?

“Sí, muchas veces. Es frustrante porque a veces estudio mucho el jueves, salgo el viernes, y el lunes frente al examen siento que tengo la información en la punta de la lengua, pero no sale. Es como si el alcohol borrara los enlaces que hice al estudiar. Los datos

técnicos, autores como Piaget o Vygotsky, se me mezclan o simplemente se borran de mi memoria inmediata” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

6. ¿Alguna vez has faltado a clases, dejado de entregar una tarea o bajado tus notas como consecuencia directa de las salidas o las resacas?

“He faltado a varias clases de las primeras horas (7:00 a.m. a 8:00 a.m.) porque la resaca no me permite levantarme. También he entregado tareas de calidad mediocre solo por cumplir, porque pasé el domingo recuperándome en lugar de investigar a fondo. Mis notas han bajado de un promedio de 9 a un 7.5 en los últimos dos semestres, y sé que es por priorizar las salidas” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

7. ¿Sientes que el consumo de alcohol ha afectado tu capacidad para organizar tu tiempo y cumplir con tus metas semanales de estudio?

“Totalmente. El alcohol te roba el tiempo dos veces: el tiempo que pasas bebiendo y el tiempo que pasas recuperándote. Mis metas semanales de lectura casi nunca se cumplen. La planificación, que es fundamental en nuestra carrera, se vuelve caótica; termino haciendo las unidades didácticas a las 2 de la mañana del día de entrega porque el fin de semana no existió académicamente hablando” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

8. ¿Crees que en tu carrera está bien visto o es normal beber frecuentemente? ¿Te sientes presionado a hacerlo para no quedar fuera del grupo?

“Es extremadamente normal, casi una tradición. No es que alguien te obligue con una pistola, pero la presión social es sutil. Si no bebes, te tachan de "aburrido" o "religioso". En la facultad existe esa idea romántica y errónea de que el futuro docente debe ser "bohemio" o que el alcohol ayuda a la creatividad, lo cual es mentira, pero ayuda a normalizar que estemos en los bares con la mochila llena de libros” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

9. ¿Eras consciente de que el alcohol impacta directamente en tu arquitectura cerebral y en tus funciones cognitivas antes de participar en esta entrevista?

“Para nada. Sabía que dañaba el hígado o que daba resaca, pero nunca me detuve a pensar que estaba alterando físicamente mi cerebro o la forma en que mis neuronas se comunican. Escuchar que afecta la arquitectura cerebral me asusta un poco, porque como

futuros educadores, nuestra principal herramienta de trabajo es precisamente el cerebro y la cognición” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

10. ¿Qué actividades o espacios crees que debería ofrecer la universidad para que los jóvenes se diviertan o se desestresen sin necesidad de recurrir al alcohol?

“Considero que hay una carencia de áreas para la diversión física y mental. Deberían abrir centros de ejercicios con horarios adaptables, salones para juegos (como ping-pong y ajedrez) o incluso grupos de cine y debate que no concluyan en celebraciones. Sería maravilloso contar con talleres sobre cómo manejar la ansiedad y estrategias de estudio, ya que frecuentemente consumimos alcohol simplemente porque no sabemos cómo enfrentar la presión académica de otra forma. Es necesario disponer de espacios donde la identidad del estudiante no esté relacionada con la cantidad de cervezas que puede consumir” (José, entrevista, estudiante de 6to semestre, enero 2026).

(Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026):

1. ¿Cómo y por qué razones empezaste a consumir alcohol con mayor frecuencia desde que ingresaste a la Facultad?

“Entré a primer semestre con muchas ganas, pero la presión social te golpea rápido. Como soy de otra provincia, no conocía a nadie y el alcohol fue el pegamento para hacer amigos. Los de semestres superiores te invitan y, si dices que no, sientes que te quedas fuera de la jugada. Empezó como algo de bienvenida y terminó siendo la actividad de cada semana” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

2. ¿Cuál es tu rutina habitual de consumo (días, tipo de bebida y lugares) y qué papel juegan tus amigos o compañeros en la decisión de ir a tomar?

“La rutina es casi automática salimos de la última clase y, como los bares están a media cuadra de la facultad, es imposible no entrar. Pero lo más fuerte son las caídas en las casas de compañeros foráneos. Como viven solos y no hay padres, sus departamentos se vuelven bares privados donde tomamos licor barato hasta la madrugada porque sale más económico que ir a una discoteca” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

3. ¿En qué medida consumes alcohol como forma de escapar del estrés de los exámenes, los deberes o los problemas personales?

“Lo uso muchísimo. Cuando se acumulan las planificaciones curriculares o las prácticas, el cerebro se me satura. Tomar es como apagar el estrés por unas horas. El problema es que el estrés que te quitas el viernes vuelve multiplicado el lunes porque no avanzaste nada en el fin de semana” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

4. Al día siguiente de haber consumido, ¿cómo describirías tu habilidad para enfocarte y prestar atención en una lección de dos horas?

“Es como estar en una nube. Puedo estar sentada en la clase de dos horas, mirando al profesor, pero no proceso nada. La fatiga y la deshidratación hacen que mi mente divague. Si me preguntan algo de la clase anterior, simplemente mi cerebro no responde; es tiempo perdido” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

5. ¿Has sentido alguna vez que, a pesar de haber estudiado, se te olvidan las cosas o te cuesta recordar datos importantes en un examen tras haber bebido el fin de semana?

“Sí, me pasa seguido. Estudio mucho un jueves, pero si tomo el viernes y el sábado, el lunes llego al examen y siento que la información se borró. Sé que el dato está ahí, pero no puedo acceder a él. Es frustrante porque siento que el alcohol está limpiando mi memoria de corto plazo” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

6. ¿Alguna vez has faltado a clases, dejado de entregar una tarea o bajado tus notas como consecuencia directa de las salidas o las resacas?

“He faltado a varias clases de las 7:00 a.m. porque el cuerpo no me da para levantarme. He entregado trabajos hechos al apuro, solo por la nota mínima, porque pasé el domingo recuperándome. Mis notas han bajado y sé que es por esa falta de compromiso causada por las salidas constantes” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

7. ¿Sientes que el consumo de alcohol ha afectado tu capacidad para organizar tu tiempo y cumplir con tus metas semanales de estudio?

“Totalmente. Pierdo el control de mi agenda. El alcohol te roba el fin de semana completo. Lo que debería ser tiempo para leer o preparar material didáctico se convierte en tiempo de fiesta o de sueño por la resaca. Mi planificación semanal es un desastre” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

8. ¿Crees que en tu carrera está bien visto o es normal beber frecuentemente? ¿Te sientes presionado a hacerlo para no quedar fuera del grupo?

“Está súper normalizado. Incluso entre compañeros decimos: Profe que no toma, no es profe. Hay una cultura de que el educador debe ser bohemio. Si no vas a los bares cercanos con el grupo, te ven como alguien que no se integra, y eso en una carrera de contacto social como la nuestra, pesa mucho” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

9. ¿Eras consciente de que el alcohol impacta directamente en tu arquitectura cerebral y en tus funciones cognitivas antes de participar en esta entrevista?

“Para nada. Pensaba que la resaca era solo un malestar físico temporal. No sabía que estaba dañando mis funciones cognitivas o mi capacidad de decidir a largo plazo. Ahora me doy cuenta de que estoy sabotando mi propia formación profesional” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

10. ¿Qué actividades o espacios crees que debería ofrecer la universidad para que los jóvenes se diviertan o se desestresen sin necesidad de recurrir al alcohol?

“La universidad debería competir con los bares. Necesitamos espacios de ocio real dentro del campus: salas de juegos, torneos de fútbol relámpago o clubes de música. Si no hay opciones atractivas dentro, los bares de la esquina y las casas de los foráneos seguirán siendo nuestra única opción de distracción” (Elena, entrevista, estudiante de 4to semestre, enero 2026).

Un examen de las entrevistas revela una inquietante aceptación de que beber ha evolucionado de una práctica privada basada en la culpa a una actividad pública y desinhibida. La profesora Marta señala que los entornos universitarios se han convertido en entornos propicios para ello, e incluso negocios aparentemente legítimos, como librerías y puestos de comida, priorizan la comercialización de bebidas alcohólicas. Esta estructura comercial, combinada con la vulnerabilidad de los estudiantes que vivían fuera de la ciudad

sin cuidado familiar, creó una situación en la que el alcohol dejó de ser un fenómeno permanente para convertirse en un elemento central de la vida social y la principal forma de escape de las presiones académicas.

Desde la perspectiva de los estudiantes, el consumo se basa en la necesidad de pertenecer y en conceptos culturales erróneos sobre la identidad docente. José y Elena coinciden en que existe una sutil presión social para considerar "aburrida" a la gente que no sale de fiesta, reforzada por la creencia de que los profesores deben tener un espíritu "artístico". Este fenómeno crea un círculo vicioso de ansiedad: los estudiantes intentan escapar del estrés de las tareas y los deberes, pero esto lleva a una falta de control del tiempo y a más tareas, lo que hace que sus niveles de ansiedad aumenten al comienzo de la semana. Quizás lo más preocupante sea el hallazgo de impacto en las capacidades cognitivas, ya que impacta directamente en las "herramientas esenciales" de los futuros docentes. Los informes indican graves déficits en las funciones ejecutivas, en los que la memoria de trabajo y la atención se reducen a niveles tan bajos que la transferencia de conocimientos se vuelve difícil. José comparte sus frustraciones con sus estudios y su posterior sensación de que el alcohol está "borrando las conexiones" de su memoria, mientras Marta nota signos de abstinencia y fatiga crónica en los estudiantes, sugiriendo que no sólo están disminuyendo los resultados académicos sino también la calidad de los perfiles profesionales de los egresados.

Finalmente, las entrevistas resaltaron la brecha entre las necesidades de los estudiantes y las estrategias institucionales. Existe una ignorancia generalizada sobre el daño real que el alcohol puede causar a la estructura del cerebro porque los jóvenes tienden a limitar los efectos a molestias físicas temporales. Esta solución requiere no sólo una mayor supervisión sino también cambios en el bienestar de los estudiantes, incluidos equipos interdisciplinarios y la creación de espacios de entretenimiento alternativos a los bares. Es necesario pasar de una perspectiva punitiva a una educación holística en la que los docentes puedan reconocer la vulnerabilidad humana detrás de cada estudiante.

CAPÍTULO V

5. CONCLUSIONES

La investigación realizada permitió examinar cómo el consumo de bebidas alcohólicas afecta las capacidades cognitivas y el rendimiento académico de los estudiantes del departamento. Los resultados indican que el consumo de alcohol es común en entornos universitarios y a menudo se considera normal en el contexto de las interacciones sociales o como una forma de afrontar el estrés académico.

La mayoría de los encuestados indicaron que no notaron ningún impacto inmediato en su capacidad de concentración y rendimiento laboral. Sin embargo, una proporción significativa de la población considera que el consumo de alcohol afecta negativamente áreas clave como la atención, la memoria y el rendimiento académico, lo cual es preocupante dado que estos factores son esenciales para el aprendizaje y el desarrollo profesional.

Los resultados sugieren que, aunque en ocasiones el uso puede ser involuntario, en algunos casos se vuelve peligroso, especialmente cuando se combina con episodios de violencia o problemas relacionados. Esto concuerda con investigaciones previas que han alertado sobre las consecuencias emocionales y cognitivas del consumo de alcohol en jóvenes universitarios (Muriel, 2024; Ponce, 2018).

El consumo de alcohol se considera no sólo una preferencia sino también una situación que gradualmente puede impactar la salud emocional, el desarrollo mental y el rendimiento académico de los estudiantes, destacando la necesidad de implementar estrategias de prevención en la educación superior.

5.1 RECOMENDACIONES

Se alienta a los líderes universitarios a fortalecer las iniciativas de prevención del alcohol dentro de los departamentos a través de campañas periódicas de concientización que destaquen los riesgos físicos, emocionales y psicológicos asociados con el consumo regular de alcohol.

Es importante crear sistemas de apoyo psicológico y asesoramiento para los estudiantes, especialmente aquellos que consumen alcohol como forma de afrontar la presión académica, la ansiedad o la presión social. Para lograr este objetivo, se recomienda aumentar el acceso a los servicios de salud mental y mejorar los programas de bienestar del campus.

Se sugiere ofrecer a los estudiantes talleres que enseñen habilidades emocionales y métodos de afrontamiento saludables para brindar una alternativa constructiva a las exigencias académicas, considerando la prevención del alcohol como una estrategia integral.

Se anima a los profesores a aumentar el seguimiento académico y emocional de los estudiantes para detectar posibles signos de problemas cognitivos, bajo rendimiento académico o ausencias que puedan estar relacionados con sus hábitos de gasto. La intervención temprana puede prevenir consecuencias más graves en el futuro.

Se propone crear y difundir eventos que promuevan estilos de vida saludables y limiten el consumo de alcohol como método de socialización. La promoción de actividades deportivas y educativas ayudará a fortalecer la identidad del colegio sin afectar la salud mental de los estudiantes.

Se anima a los estudiantes a considerar cómo el consumo de alcohol puede afectar su desarrollo cognitivo, especialmente en áreas como la atención, la memoria y la toma de decisiones, que son importantes para un buen rendimiento académico y profesional.

Finalmente, futuras investigaciones deberían profundizar en este tema, teniendo en cuenta factores como el género, la ocupación, el nivel socioeconómico y el entorno familiar para desarrollar intervenciones más precisas y efectivas en el contexto universitario.

CAPÍTULO VI

6. PROPUESTA

Plan de prevención del uso de alcohol y fomento del bienestar psicológico en alumnos universitarios.

Fundamentación

Los hallazgos de esta investigación muestran que el consumo de bebidas alcohólicas es algo común en la vida universitaria, a menudo visto como parte de la socialización o como una manera de lidiar con el estrés académico.

Aun así, varios estudiantes indican que experimentan problemas en funciones cognitivas clave, como la atención, la memoria y el desempeño académico. Por lo tanto, es imperativo que la universidad desarrolle programas institucionales enfocados en la prevención temprana, apoyo psicológico y la promoción de hábitos saludables que resguarden el desarrollo integral de los jóvenes.

Objetivo general

- Estructurar una propuesta de intervención institucional basada en los factores de riesgo identificados, orientada a la promoción de estilos de vida saludables y la preservación del bienestar cognitivo en la comunidad estudiantil de la Facultad.

Población beneficiaria

- La propuesta está orientada a:
- Estudiantes de la Facultad, especialmente aquellos en los primeros semestres.
- Profesores tutores y coordinadores académicos.
- Autoridades universitarias responsables del bienestar de los estudiantes.

Actividades principales del programa

Actividad 1: Charlas informativas

Realizar conferencias semestrales que aborden:

- Efectos del alcohol en el cerebro joven
- Impacto en la memoria, atención y proceso de aprendizaje
- Peligros emocionales y sociales relacionados

Actividad 2: Talleres de habilidades socioemocionales

Organizar talleres prácticos que traten sobre:

- Cómo manejar el estrés académico
- Estrategias para el autocontrol

- Toma de decisiones responsables
- Prevención de la presión grupal

Actividad 3: Espacios de asesoramiento psicológico

Mejorar el acceso a:

- Consejería individual
- Grupos de apoyo estudiantil
- Intervención oportuna ante consumo riesgoso

Actividad 4: Campañas universitarias continuas

Llevar a cabo campañas visuales y digitales con mensajes como:

- “Tu mente es tu futuro”
- “El alcohol también perjudica tu rendimiento”
- “Decídete a cuidarte”

Actividad 5: Actividades recreativas saludables

Fomentar opciones de integración social como:

- Eventos deportivos
- Actividades culturales
- Jornadas de convivencia sin alcohol

Responsables de ejecución

- Autoridades de la Facultad
- Departamento de Bienestar Universitario
- Docentes tutores
- Representantes estudiantiles
- Psicólogos institucionales

Resultados esperados

Con la implementación de esta propuesta se espera:

- Disminuir la aceptación del consumo de alcohol en el ámbito universitario
- Aumentar la conciencia entre los estudiantes sobre los riesgos cognitivos
- Mejorar la concentración y el rendimiento académico
- Reforzar el bienestar emocional de los estudiantes
- Fomentar una cultura universitaria saludable y preventiva

Conclusión de la propuesta

En resumen, la puesta en marcha de este programa va más allá de lo meramente administrativo y se transforma en un recurso de autogestión y bienestar para los estudiantes. Al considerar el consumo de alcohol no solo como una norma social, sino como un elemento que influye en su potencial intelectual y emocional, se brinda a los jóvenes la capacidad necesaria para cuidar de su salud mental y habilidades cognitivas. Por lo tanto, la universidad cumple su objetivo de educar no solo a profesionales eficaces, sino también a ciudadanos informados y saludables, capaces de gestionar su propio proyecto de vida de manera plena y responsable.

7. BIBLIOGRAFÍA

- APA. (2013). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5)*. VA: APA. Arlington.
- Arias, F. (2016). *El Proyecto de Investigación: Introducción a la metodología científica*. Episteme.
- Becoña, E. (2016). *La resiliencia en el consumo de alcohol y otras drogas: Una revisión crítica*. Universidad de Santiago de Compostela.
- Chalco, S. A. (2024). ¿CÓMO AFECTA EL ALCOHOL A MI RENDIMIENTO ACADÉMICO?: LA AUTOPERCEPCIÓN DE ADOLESCENTES ECUATORIAN. *Revista Científica Y Arbitrada De Ciencias Sociales Y Trabajo Social: Tejedora.*, 7(16), 369–382. doi:10.56124/tj.v7i16.022
- Guzmán, F., García, B., Esparza, S., y Castillo, M. (2018). El consumo de alcohol en universitarios: Una revisión de los factores de riesgo y protección. *Revista de Psicología y Salud*, 28(1), 5-15.
- Hernández Samperi, R. F. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill Education.
- INEC. (2024). *Encuesta nacional sobre consumo de alcohol*. Obtenido de Instituto Nacional de Estadística y Censos.
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2002). *Investigación del comportamiento: Métodos de investigación en ciencias sociales* (4.ª ed.). McGraw-Hill.
- Koob, G. F., & Volkow, N. D. (2016). Neurobiology of opioid addiction: will outsmarting nature lead to better treatments? *Molecular Psychiatry*, 21(9), 1146–1155. doi:https://doi.org/10.1038/mp.2016.129
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Lind, D. M., & Wathen, S. (2012). *Estadística aplicada a los negocios y la economía*. McGraw-Hill.
- Linden, C. A. (Junio de 2023). *Associations between blackout drinking and self-reported everyday cognition among young adults*. *Addictive Behaviors*, 141, 107653. doi:10.1016/j.addbeh.2023.107653
- Muriel, D. A. (24 de Septiembre de 2024). *NeuronUP*. Obtenido de <https://neuronup.com/neurociencia/neuropsicologia/neuropsicologia-del-alcohol/#:~:text=3.,su%20vida%20personal%20y%20profesional>.

- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2019). *Alcohol's effects on the adolescent brain*.
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2019). *Definición de niveles y patrones de consumo de alcohol*. Obtenido de [https://www.niaaa.nih.gov/alcohol-effects-health/definicion-de-niveles-y-patrones-de-consumo-de-alcohol#:~:text=El%20consumo%20indebido%20de%20alcohol%20se%20refiere%20al%20consumo%20de,de%20alcohol%20\(binge%20drinking\)](https://www.niaaa.nih.gov/alcohol-effects-health/definicion-de-niveles-y-patrones-de-consumo-de-alcohol#:~:text=El%20consumo%20indebido%20de%20alcohol%20se%20refiere%20al%20consumo%20de,de%20alcohol%20(binge%20drinking)).
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2023). *Understanding Binge Drinking*. U.S. Department of Health and Human Services. Obtenido de <https://www.niaaa.nih.gov>
- OMS. (2022). *Informe mundial sobre el alcohol y la salud*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Alcohol*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
- Organización Mundial de la Salud. (25 de junio de 2024). Alcohol. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232.
- Papalia, D. E., y Martorell, G. (2017). *Desarrollo humano* (13.^a ed.). McGraw-Hill Education.
- Peralta, R. L. (2016). *College alcohol use*. *Journal of College Student Development*.
- Ponce, G. C. (31 de Diciembre de 2018). Consumo de alcohol en estudiantes en tres facultades de la Universidad Nacional de Chimborazo. Obtenido de <https://eugenioespejo.unach.edu.ec/index.php/EE/article/view/75>
- Rodriguez, M. F. (27 de Noviembre de 2024). *Funciones cognitivas: ¿qué son y cómo se desarrollan?* Obtenido de Terapify: <https://www.terapify.com/blog/funciones-cognitivas/>
- Santiago Lorenzana, S. E., Tovar Martínez, M., Pedroza Martínez, D. L., Solís Guerra, A., Pavón Castro, C. J., Amado Ramírez, N. I., & Pérez Santiago, A. (2025). Causas y consecuencias del alcoholismo en los jóvenes universitarios: Causes and consequences of alcoholism in young university students. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 6(2), 2553 – 2564. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i2.3850>

- Solis, M. O. (2022). Factores asociados al consumo de alcohol en jóvenes universitarios. *South Florida Journal of Health*, 3(2), 177-184.
- Temis, J. R. (16 de noviembre de 2022). Consumo excesivo del alcohol provoca daños cerebrales irreparables. *Universo - Sistema de Noticias de la UV*. <https://www.uv.mx/prensa/general/consumo-excesivo-del-alcohol/>
- Villatoro, J., Resendiz, E., Mujica, A., y Martínez, M. (2021). El estrés académico y su relación con el consumo de sustancias en jóvenes. *Salud Mental y Comunidad*, 8(2), 45-58.
- World Health Organization. (2018). *Informe sobre la situación mundial del alcohol y la salud*.

8. ANEXOS

Anexo 1. Link de Formulario

https://docs.google.com/forms/d/15wTjAM_m46ICuO91rKOWN5_Mi7BxV8Vb6FoigMIyxqQ/edit#responses



Anexo 2. Entrevista a docente de la Facultad.