Consumo de Sustancias y Estrés Académico en Estudiantes Universitarios del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA)

Alumna: Rico, Maria Agustina (A0940003186-P1)

Tesis para obtener el título de Licenciada en Psicología

Universidad Abierta Interamericana

Facultad de Psicología y Relaciones Humanas

Licenciatura en Psicología

Tutor: Dr. Hennig Bruno

Fecha de entrega: Abril del 2025

Índice General

Resumen 3

Abstract 3

Introducción 5

Metodología 20

Diseño..... 20

Muestra 20

Procedimiento 21

Instrumentos 22

Análisis de Datos 24

Resultados 26

Discusión 31

Conclusión 33

Referencias Bibliográficas ……..... 36

Anexo 41

Resumen

El consumo de sustancias psicoactivas representa un problema global con graves consecuencias para la salud pública, afectando especialmente a la población juvenil. En el ámbito universitario, factores como el estrés académico, la presión social y la disponibilidad de sustancias aumentan la vulnerabilidad de los estudiantes. Este estrés, identificado como un factor de riesgo, lleva a muchos jóvenes a recurrir a sustancias como estrategia de afrontamiento.

En Argentina, un estudio del Observatorio Argentino de Drogas reveló que los estudiantes universitarios consumen principalmente para aliviar el estrés académico, lo que repercute negativamente en su rendimiento y salud mental. La presente investigación, de enfoque cuantitativo y diseño descriptivo-correlacional, analiza la relación entre el consumo de sustancias y el estrés académico en estudiantes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). Los hallazgos buscan contribuir a la comprensión del problema y fomentar políticas públicas de salud y educación que aborden el estrés académico y las adicciones, en concordancia con la Ley Nacional de Salud Mental de Argentina.

Abstract

The consumption of psychoactive substances is a global problem with severe consequences for public, physical, and social health, primarily affecting the youth population. The use of these substances can lead to dependency and disrupt the functioning of the nervous system. University students, in particular, are a vulnerable group due to factors such as academic stress, peer pressure, and the availability of substances. This stress, which is a negative response to educational demands, has been identified as a risk factor for substance use, as these substances are often used as a coping strategy to deal with academic pressure.

In Argentina, a study by the Argentine Drug Observatory revealed that students primarily consume substances to relax or cope with academic stress. The research also highlights the negative impact of substance use on students' academic performance and mental health. This study, with a quantitative approach and a descriptive-correlational design, aims to explore the relationship between substance use and academic stress among university students in the Buenos Aires Metropolitan Area (AMBA). The study seeks to contribute to a better understanding of the issue and promote public health and education policies that address both academic stress and addiction, in line with Argentina's National Mental Health Law.

Introducción

El consumo de sustancias psicoactivas representa un problema crítico en la actualidad, como lo demuestran diversos estudios que señalan la variedad de sustancias consumidas de manera constante por diferentes poblaciones en distintos países del mundo, lo cual tiene importantes repercusiones en la salud pública, física y social (Cortés Munévar et al., 2020). Dichas sustancias psicoactivas, al ser introducidas en el organismo por diversas vías, alteran el funcionamiento del sistema nervioso, lo que incrementa significativamente la probabilidad de desarrollar dependencia física, psicológica o mixta. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), el consumo de estas sustancias ha aumentado considerablemente entre la población juvenil en los últimos años (OMS, 2019; Cortés Munévar et al., 2020).

En lo referente a dicha población, múltiples investigaciones han explorado también el consumo de sustancias en estudiantes universitarios, identificando factores de riesgo y protectores (Beltrán Vizcaino, 2022). En cuanto a los principales factores de riesgo, se halló el estrés académico, la presión de grupo, la disponibilidad de sustancias, el fácil acceso a medicamentos recetados, la carencia de apoyo social y diferentes problemas de salud mental.

La relación específica entre el consumo de sustancias y el estrés académico también ha sido ampliamente estudiada en el ámbito de la salud pública y la psicología educativa, debido a su impacto en el bienestar y el rendimiento de los estudiantes universitarios.

Como se señaló previamente, el estrés académico, entendido como la apreciación negativa de las demandas educativas que exceden los recursos personales para enfrentarlas, es un factor de riesgo significativo para el consumo de sustancias (Astrada & Lesnik, 2014). A su vez, la literatura científica ha demostrado que el consumo de sustancias psicoactivas tiene un impacto negativo en el rendimiento académico, la salud mental y el bienestar general de los estudiantes universitarios. Por ejemplo, el uso excesivo o inadecuado de sustancias

puede provocar déficits en la concentración y la memoria, dificultades en la toma de decisiones y problemas de salud mental, como ansiedad o depresión, entre otros.

En Argentina, el Observatorio Argentino de Drogas (OAD) de la Secretaría de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico (SEDRONAR) llevó a cabo, durante el segundo semestre de 2019, un estudio epidemiológico sobre el consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes universitarios (SEDRONAR, 2021). Según los resultados obtenidos, la mayoría de los estudiantes (30,5%) manifestó consumir sustancias para relajarse, mientras que otros indicaron como motivos la búsqueda de nuevas experiencias (23,9%), el hábito social (22,1%), la desinhibición o socialización (16,9%) y el placer (16,5%). En cuanto a la relación entre el consumo de sustancias y las actividades académicas, el 42,9% de los encuestados expresó que no existía un vínculo entre ambos aspectos. No obstante, un 10,7% afirmó haber consumido para relajarse ante las exigencias académicas, mientras que un 4,3% lo hizo con la intención de mejorar su rendimiento en los estudios (SEDRONAR, 2021, p 52).

Estos hallazgos coinciden con lo señalado por Astrada y Lesnik (2014), quienes sostienen que el estrés académico puede actuar como un desencadenante del consumo de sustancias, dado que algunos estudiantes recurren a ellas como una estrategia para relajarse, desinhibirse o afrontar la presión académica. En este sentido, el consumo de sustancias se presenta como un mecanismo a través del cual los jóvenes intentan modular su percepción del estrés y responder a las demandas educativas. Sin embargo, esta conducta se inscribe dentro de estrategias de afrontamiento evitativas, centradas en la reducción temporal del malestar en lugar de en su gestión activa.

En este marco, Lucena et al. (2013) indican que, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010), casi dos tercios de las muertes prematuras están asociadas a enfermedades o comportamientos que tienen su origen en la juventud, como el consumo de

sustancias legales, tales como el alcohol y el tabaco. Además, se observa en la actualidad una creciente disponibilidad de drogas ilegales y la consolidación de hábitos de ocio que incluyen el consumo de sustancias como cannabis, éxtasis y cocaína entre los jóvenes (Lucena et al., 2013; OMS, 2010).

Desde otra perspectiva, Astrada y Lesnik (2014) hacen referencia al uso extendido de fármacos como consecuencia del incremento de la medicalización en la cultura actual. Es decir, el malestar social ha propiciado un aumento en la aplicación de tratamientos farmacológicos a problemas que anteriormente no eran considerados patologías médicas. Como resultado, se ha naturalizado el consumo de fármacos y se han patologizado malestares cotidianos. En particular, los psicofármacos suelen asociarse con la búsqueda de bienestar, el aumento del rendimiento productivo y la aprobación social, funcionando más como una forma de evitar la incomodidad que como un recurso paliativo o curativo. En consecuencia, los fármacos se han vuelto cada vez más accesibles como herramientas para afrontar las demandas de la vida cotidiana.

La presente investigación, de enfoque cuantitativo y diseño descriptivo correlacional, tiene el propósito de explorar la relación entre el consumo de sustancias y el estrés académico en estudiantes universitarios de diversas instituciones educativas del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA), Argentina. Para garantizar una muestra representativa, se seleccionaron universidades de distintas localizaciones dentro de la región, asegurando diversidad geográfica y académica. Asimismo, se incluyeron tanto instituciones públicas como privadas, con el objetivo de abarcar diferentes realidades socioeconómicas y niveles de acceso a recursos educativos. Además, la variedad de carreras ofrecidas por estas universidades permite obtener una muestra más heterogénea, enriqueciendo el análisis. La selección de estas instituciones también consideró criterios de accesibilidad y factibilidad para la recolección de datos, lo que permitió una implementación eficiente del estudio.

Desde una perspectiva de salud pública, esta investigación cobra especial relevancia en el marco de la Ley Nacional de Salud Mental (Ley N° 26.657, 2010), la cual establece en su artículo 1 "el derecho a la protección de la salud mental de todas las personas", y en su artículo 4 que "las adicciones deben ser abordadas como parte de las políticas de salud mental" (Ley N° 26.657, 2010, art. 1, 4). Este marco legal refuerza la necesidad de investigar la relación entre el consumo de sustancias, tanto legales como ilegales, y su impacto en el bienestar psicológico de los jóvenes en entornos académicos exigentes. Además, asegura la equidad en el acceso a los servicios de salud para los estudiantes con problemas de consumo.

Este estudio busca analizar un problema particular en una región específica y aportar evidencia que complemente investigaciones previas realizadas en otros contextos. Los resultados obtenidos podrían, además, servir como base para futuras investigaciones que desarrollen proyectos de intervención en salud mental y políticas públicas en salud y educación. Estos proyectos, a su vez, permitirían aplicar programas validados para abordar y reducir este problema en la región, beneficiando a la comunidad universitaria del AMBA.

A continuación, se presentarán los constructos teóricos necesarios para comprender las variables de interés y los antecedentes de investigaciones previas, tanto nacionales como internacionales. Luego, se detallarán los interrogantes que guían el estudio, junto con las hipótesis y los objetivos. Finalmente, se desarrollará el marco metodológico y, para concluir, se expondrán los resultados obtenidos, seguidos de su análisis y discusión.

Las sustancias psicoactivas son aquellas que, al introducirse en el organismo a través de diferentes formas de consumo, como la ingestión, inhalación, inyección o fumado, alteran el funcionamiento del sistema nervioso central, modificando la conciencia, el estado de ánimo o los procesos cognitivos (Beltrán Vizcaino, 2022). Existen diversas formas de clasificar estas sustancias. Una de ellas se basa en los efectos que producen en el cerebro, dividiéndolas en alucinógenas, depresoras y estimulantes del sistema nervioso.

Las sustancias alucinógenas alteran la percepción sensorial y el estado de conciencia, distorsionando la realidad y afectando las facultades cognitivas. Las sustancias depresoras, por su parte, disminuyen el ritmo de las funciones fisiológicas y psíquicas, calmando el sistema nervioso, mientras que las estimulantes aumentan la actividad psíquica y del sistema nervioso, incrementando el ritmo de diversos órganos y sistemas fisiológicos.

Otra forma de clasificar las sustancias psicoactivas se basa en su origen. Las sustancias naturales se encuentran en la naturaleza y son consumidas sin ningún tipo de manipulación química, mientras que las sintéticas son elaboradas en laboratorios mediante procesos químicos. Además, pueden diferenciarse según las normas sociales y culturales vigentes en un contexto determinado, distinguiéndose entre sustancias legales e ilegales. Las sustancias ilegales, como la cocaína y la heroína, están penadas por la ley, mientras que las legales, como el alcohol, el tabaco y los fármacos recetados por profesionales de la salud, no lo están.

Velásquez Oyarzo (2022) señala que, en términos generales, la comunidad científica coincide en que las sustancias psicoactivas tienen efectos adversos sobre la salud de quienes las consumen. Sin embargo, dicho consenso se debilita respecto al tipo y nivel de daño específico que cada una de ellas provoca. En relación con este tema, la Secretaría de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico (SEDRONAR, 2005) destaca que no debe reducirse la comprensión del consumo de sustancias únicamente a su máxima expresión de daño, es decir, la adicción o dependencia.

Otras formas de consumo, como el abuso y/o el uso indebido de sustancias, también deben considerarse parte del problema, ya que, aunque se manifiestan de manera diferente y más sutil que la adicción, no por ello son menos peligrosas. Por esta razón, es fundamental que todo país cuente con un sistema de vigilancia epidemiológica del consumo de sustancias psicoactivas. Si bien muchas adicciones pueden originarse en el abuso de sustancias, este no

es el único ni el principal factor desencadenante. De hecho, la dependencia puede surgir también como consecuencia del uso indebido de sustancias, y es probable que un consumo considerado inofensivo por el individuo que lo practica termine derivando en dependencia o adicción (Velásquez Oyarzo, 2022).

El abuso de sustancias se refiere a un consumo excesivo en cantidad, frecuencia o duración, así como a la incapacidad para regular las dosis consumidas, entre otros factores. Mientras que el abuso implica un consumo desmedido, el uso indebido de sustancias se manifiesta cuando estas se consumen en situaciones de riesgo, sin conocimiento de sus efectos o con la intención de evitar afrontar problemas, entre otras razones (SEDRONAR, 2006).

Por su parte, la dependencia se entiende como un fenómeno complejo en el que intervienen factores psíquicos, fisiológicos y sociales, los cuales llevan al individuo a continuar consumiendo la sustancia incluso cuando no desea hacerlo y a pesar de sus consecuencias negativas. Según la Clasificación Internacional de Enfermedades, Décima Versión (CIE-10), se considera que una persona ha desarrollado dependencia cuando presenta, al menos, tres de los siguientes indicadores: un deseo intenso o compulsión por consumir la sustancia, dificultad para controlar la ingesta, síntomas de abstinencia al reducir o interrumpir el consumo, evidencia de tolerancia que genera la necesidad de dosis cada vez mayores para alcanzar los mismos efectos, desinterés por otras actividades placenteras o recreativas debido a la centralidad del consumo en su vida cotidiana, y persistencia en la conducta a pesar de sus consecuencias perjudiciales (SEDRONAR, 2006).

En el contexto actual, la medicalización de la vida cotidiana ha adquirido una dimensión preocupante, especialmente en relación con el uso y abuso de sustancias legales. Este fenómeno, que implica la tendencia a interpretar y tratar problemas cotidianos como condiciones médicas, ha normalizado el consumo excesivo de medicamentos como

ansiolíticos, antidepresivos y analgésicos, muchas veces sin un diagnóstico adecuado o una supervisión médica estricta. Arizaga (2007) aborda este fenómeno, describiéndolo como el proceso por el cual condiciones y comportamientos humanos normales pasan a ser vistos y tratados como problemas médicos. La autora explica que en el contexto actual existen varios factores que contribuyen a la medicalización, entre los cuales se incluyen avances tecnológicos, los intereses económicos de la industria farmacéutica, el poder y prestigio de la profesión médica, y cambios socioculturales que fomentan una mayor dependencia en la medicina para resolver problemas cotidianos.

Sin embargo, la medicalización puede tener efectos negativos, como la reducción de la autonomía individual, el aumento del gasto en salud, la sobre prescripción de medicamentos y la patologización de aspectos normales de la vida. Este fenómeno también puede desviar la atención de soluciones no médicas y sociales a problemas que podrían abordarse de manera más efectiva fuera del ámbito médico. En este sentido, la autora presenta críticas al modelo medicalizador y propone alternativas que promuevan una visión más integral y menos medicalizada de la salud. Aboga por enfoques que consideren factores sociales, económicos y culturales, y que promuevan la salud desde una perspectiva más holística y comunitaria. Este enfoque invita a reflexionar críticamente sobre cómo se define y se aborda la salud en la sociedad contemporánea, cuestionando la tendencia creciente a medicalizar cada vez más aspectos de la vida cotidiana.

En cuanto al estrés académico, Parra Vacacela y Pino Loza (2024) señalan que se refiere a la presión y tensión emocional que experimentan los estudiantes debido a las demandas y expectativas relacionadas con su rendimiento académico. Dicho estrés tiene su origen en diversas fuentes, como la sobrecarga de tareas y responsabilidades académicas, la competencia entre pares, la exigencia de obtener calificaciones altas, la dificultad para cumplir con plazos, el afrontamiento de exámenes y las preocupaciones sobre el futuro

académico. Un factor relevante en este contexto es el entorno socioeconómico de los estudiantes, especialmente aquellos que deben afrontar gastos universitarios y adaptarse a nuevos contextos sociales y económicos al cambiar de ciudad. Estos estudiantes tienden a experimentar niveles más altos de estrés que aquellos que estudian en su ciudad de origen, debido a que los primeros suelen tener menos fuentes de apoyo emocional y social, lo que puede agravar la situación.

El estrés académico puede definirse, entonces, como un desequilibrio entre las demandas académicas y la capacidad de respuesta del estudiante (Parra Vacacela & Pino Loza, 2024). Este desequilibrio desencadena síntomas desagradables que son indicadores del malestar y obligan al individuo a implementar estrategias de afrontamiento para restablecer el equilibrio perdido. Sin embargo, cuando los estudiantes no cuentan con herramientas o estrategias eficaces para afrontar el estrés, este puede tener efectos negativos en su salud, como ansiedad, depresión, agotamiento emocional, dificultad para concentrarse, insomnio y un rendimiento académico deficiente (Parra Vacacela & Pino Loza, 2024). Además, el estrés crónico puede afectar diversas áreas de la vida, incluyendo las relaciones personales con la familia o pareja, y la calidad de vida en general.

Existen diferentes categorías de síntomas relacionados con el estrés, que pueden variar en incidencia, frecuencia, intensidad y duración en cada persona (Parra Vacacela & Pino Loza, 2024). En primer lugar, los síntomas físicos suelen incluir cefaleas, tensión o dolor muscular, afecciones digestivas, fatiga, alteraciones del sueño y del apetito. Los síntomas emocionales incluyen irritabilidad, impaciencia, frustración, ansiedad, tristeza, cambios de humor, dificultad para concentrarse, indecisión y sentimientos de soledad o aislamiento. En cuanto a los síntomas cognitivos, se destacan pensamientos acelerados, preocupación constante, rumiación mental excesiva, déficits de atención o memoria, confusión y falta de claridad mental. Finalmente, los síntomas comportamentales se asocian a

un mayor consumo de sustancias psicoactivas, como alcohol, tabaco o drogas, cambios en los hábitos alimenticios, aislamiento social, conductas compulsivas, insomnio y niveles elevados de cansancio o sueño excesivo.

En Argentina, Benhaim et al. (2021) realizaron un estudio con el propósito de registrar el impacto de los principales estresores descritos en poblaciones estudiantiles universitarias, determinando los promedios de "TSH, PRL, cortisol y BNDF como marcadores neurohormonales que podrían afectar el rendimiento académico en alumnos" (Benhaim et al., 2021, p. 19). Los autores citan a Lazarus y Folkman (1984), quienes definen al estrés como "una relación particular que se da entre el individuo y su entorno, el cual es evaluado por el propio sujeto como amenazante o desbordante de sus recursos, situación que pone en peligro su bienestar" (Lazarus & Folkman, 1984, p. 20). Es decir, el estrés en términos generales consiste en una "reacción fisiológica del organismo en la que se ponen en marcha diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que es percibida como amenazante o de demanda incrementada" (Lazarus & Folkman, 1984, p. 20).

El estrés académico, como respuesta a las demandas propias del ámbito educativo, afecta directamente al rendimiento de los estudiantes y tiene repercusiones tanto psicológicas como fisiológicas, incrementando también la vulnerabilidad a enfermedades. Además, se pueden identificar dos tipos de estrés: el agudo y el crónico, con distintas áreas cerebrales involucradas en cada uno. Mientras que el estrés agudo se relaciona principalmente con la región límbica, que responde a las hormonas, el estrés crónico puede llevar a cambios tanto estructurales como funcionales en el cerebro, además de reducir los factores neurotróficos. En un estudio realizado por Benhaim y sus colaboradores (2021), se encuestó a 45 estudiantes universitarios acerca de situaciones académicas generadoras de estrés, la frecuencia con la que aparecían y la recurrencia de enfermedades locales y sistémicas. Los resultados mostraron que "la sobrecarga académica y la falta de tiempo resultaron ser los estresores de

mayor impacto en la salud estudiantil" (p. 19). Además, el estudio indicó que el estrés académico se asociaba con un mayor riesgo de enfermedades como virosis herpética o candidiasis.

En cuanto a los niveles de los marcadores neurohormonales, la mayoría de las mediciones estuvieron dentro de los rangos esperables. Sin embargo, alrededor del 21,7% de los estudiantes presentó valores anormales de cortisol, el 8,69% superó los valores deseables de TSH y PRO, y un 26% mostró niveles elevados de BNDF. Esto sugiere que el estrés académico tiene un impacto claro en los marcadores neurohormonales de los estudiantes universitarios.

Siguiendo el modelo de Lazarus y Folkman (1984), el afrontamiento se entiende como un proceso dinámico que involucra esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar las demandas del entorno, ya sean internas o externas, que se perciben como excesivas o desbordantes. Pedrero Pérez y su equipo (2008) explican que el afrontamiento puede tener dos enfoques: orientado a la tarea y orientado a la emoción. El primero está relacionado con acciones que buscan cambiar o controlar la situación estresante, como aumentar el esfuerzo, planificar o analizar lógicamente la situación. El segundo, orientado a la emoción, representa las acciones que se emplean con el objetivo de cambiar el significado de una situación estresante y regular el resultado negativo de las emociones. Esta dimensión incluye estrategias específicas tales como el distanciamiento, el autocontrol, la búsqueda de apoyo social, la aceptación de la responsabilidad o la reevaluación positiva de la situación (Pedrero Pérez et al., 2008, p. 257).

Además de las dimensiones previamente mencionadas, algunos autores han propuesto otras estrategias de afrontamiento, como el denominado afrontamiento de distracción o negación. Esta estrategia implica realizar acciones que permiten al individuo desentenderse de la tarea, dirigiendo su atención hacia estímulos no relevantes para la misma, y en este

contexto, el uso de alcohol y drogas puede considerarse parte de estas acciones. Por otro lado, la búsqueda de apoyo social ha sido calificada por algunos como una estrategia de segundo orden, cuya utilidad es especialmente relevante cuando los recursos personales del individuo resultan insuficientes para afrontar una amenaza o ante situaciones incontrolables. La relevancia de estas estrategias radica en que tienen implicaciones significativas para la salud.

De acuerdo con los hallazgos de Pedrero Pérez et al. (2008), al estudiar las diferencias entre los estilos de afrontamiento del estrés en individuos con adicciones en comparación con una muestra de población no clínica, los primeros tienden a centrarse en las emociones generadas por la situación amenazante, lo cual está relacionado con la presencia de síndromes del Eje I, trastornos de personalidad y un mayor nivel de estrés percibido. Esto sugiere que el consumo de sustancias, lejos de reducir los niveles de estrés, puede incrementarlos y agravar la situación.

Como se ha mencionado previamente, en los últimos años se han realizado diversas investigaciones sobre este tema, tanto a nivel nacional, como en el caso de la SEDRONAR, como a nivel internacional. A continuación, se detallarán algunos de los estudios seleccionados de diferentes regiones de Sudamérica, presentando los resultados obtenidos y considerando estos antecedentes al momento de discutir los resultados.

Una fuente relevante para esta investigación es el trabajo citado de Astrada y Lesnik (2014), quienes llevaron a cabo un estudio cuantitativo en Argentina con el objetivo de "describir los patrones de consumo de psicofármacos y el estrés académico en estudiantes de Psicología, Odontología e Ingeniería de la Universidad Nacional de Córdoba, con edades entre 18 y 28 años" (p. 2). Los resultados mostraron niveles elevados de estrés en los universitarios, observándose que los estudiantes consumidores de sustancias experimentaron niveles de estrés aún mayores. Este grupo percibió más situaciones como estresantes y experimentó con mayor frecuencia las reacciones físicas, psicológicas y comportamentales

del estrés en comparación con los participantes no consumidores. Además, se concluyó que las mujeres resultan ser más vulnerables.

Otro aporte relevante a nivel nacional lo presenta Rodríguez (2019), quien explora el estrés académico autopercibido y el consumo de sustancias psicoactivas en estudiantes de primer año de odontología, un grupo en el que el inicio de la etapa universitaria coincide con la adolescencia tardía, un período particularmente susceptible al inicio de conductas de consumo. El estudio, de enfoque descriptivo-correlacional, incluyó a 291 participantes y utilizó el Inventario SISCO y un cuestionario sobre factores de riesgo y protección para el consumo de drogas en jóvenes. Los resultados revelaron que el 98,3% de los estudiantes experimentaron estrés académico, de los cuales el 88,81% reportaron niveles altos de estrés. En este contexto, se encontró una correlación significativa entre el nivel de estrés y el riesgo de consumo de sustancias como tabaco, alcohol y marihuana.

Más recientemente, Torres López (2022) investigó la relación entre estrés académico y consumo de alcohol en estudiantes universitarios ecuatorianos, utilizando un diseño de investigación correlacional, cuantitativo y de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 95 alumnos, de los cuales 71 eran mujeres y 24 hombres, todos de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato. Para el análisis de las variables, se emplearon el Inventario SISCO de Estrés Académico y el Test AUDIT para identificar los Trastornos del Uso de Alcohol. En este estudio, los resultados indicaron que no existía una relación significativa entre el estrés académico y el consumo de alcohol (Rho = 0,199, p>0,050). En cuanto a la prevalencia de estrés académico, el 87,4% de los estudiantes presentó niveles leves, el 10,5% niveles moderados y el 2,1% presentó estrés académico severo. En relación con el consumo de alcohol, el 80% de los estudiantes presentaron consumo de riesgo, el 14,7% consumo

perjudicial y el 5,3% posible dependencia. Se observó que el consumo de alcohol era mayor entre los hombres (57,98%) que entre las mujeres (44,63%).

En Perú, el tema también fue abordado por Delgado Rojas y Ramos Miñan (2023), quienes añadieron una nueva variable: la depresión. Este estudio investigó la relación entre depresión y factores psicosociales (estrés académico y consumo de alcohol) en universitarios de entre 18 y 25 años de la UPN y la Universidad Nacional de Cajamarca. Desde un enfoque cuantitativo con corte transversal, los autores hallaron que la depresión y los factores psicosociales están directamente relacionados, con significancia de .586 y .565, respectivamente. En cuanto a la prevalencia de estrés académico y consumo de alcohol, se encontró que el 44,6% de los estudiantes experimentaron niveles altos de estrés, mientras que el 40,8% mostró niveles de consumo que indicaban un riesgo de adicción. Los autores concluyen que los factores psicosociales influyen en la depresión, y que existe un alto nivel de estrés académico y riesgo de adicción al alcohol en la población estudiada. Estos hallazgos coinciden con los resultados obtenidos en Argentina, pero difieren de los encontrados en Ecuador.

En Colombia, Guerrero Ruíz et al. (2023) también analizaron la relación entre estrés académico y consumo de riesgo de alcohol en estudiantes de derecho y contaduría de la Universidad Mariana. El estudio, de enfoque cuantitativo y tipo correlacional, utilizó un muestreo aleatorio y probabilístico con 130 participantes. Se aplicaron el inventario SISCO de estrés académico y el cuestionario AUDIT para evaluar el riesgo de consumo de alcohol. Los resultados revelaron niveles moderados de estrés académico y un bajo riesgo de consumo de alcohol. Al igual que en el estudio de Torres López (2022), las variables asociadas al estrés académico no mostraron una relación significativa con el riesgo de consumo de alcohol.

Por otro lado, Guevara Conlago (2023) aportó un estudio en Ambato, Ecuador, donde revisó la influencia del estrés académico en el consumo de alcohol en estudiantes

universitarios, utilizando un enfoque cuantitativo, diseño correlacional y corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 400 estudiantes, 200 de una universidad pública y 200 de una universidad privada, con edades comprendidas entre 17 y 30 años. Los instrumentos de evaluación utilizados fueron nuevamente el SISCO y el AUDIT. Al igual que en otros estudios previos, se encontró una baja correlación entre el estrés académico y el consumo de alcohol ($r = 0,217$; $p < 0,05$). Con base en estos resultados, se concluyó que el estrés académico tiene una influencia leve sobre el consumo de alcohol en los estudiantes universitarios.

En resumen, los resultados de las investigaciones mencionadas no coinciden respecto a la posible correlación entre el consumo de sustancias y el estrés académico, e incluso muestran diferencias significativas en los índices y niveles de estrés académico observados. También existen divergencias en cuanto a la incidencia de consumo o riesgo de consumo. Estas discrepancias podrían explicarse por factores como la delimitación de las variables de estudio, que se centraron en una o más sustancias específicas, así como por elementos socioculturales e idiosincráticos de las poblaciones estudiadas. Con el objetivo de contribuir a este campo de estudio, la presente investigación se propone explorar las posibles relaciones entre el consumo de sustancias y el estrés académico en estudiantes universitarios de diversas instituciones educativas del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA), Argentina. La pregunta principal que orienta esta investigación es: ¿Existe una correlación significativa entre los niveles de estrés académico y el nivel de riesgo de consumo de sustancias en estudiantes universitarios del AMBA? ¿Cuáles son los niveles de estrés académico reportados por los estudiantes universitarios del AMBA y qué riesgo de consumo de sustancias presentan? ¿Cuáles son los síntomas de estrés académico, los factores académicos estresores y las estrategias de afrontamiento más frecuentes en los estudiantes?

Objetivo General

Explorar las posibles relaciones entre los niveles de estrés académico y el riesgo de consumo de sustancias en estudiantes universitarios de instituciones educativas del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA).

Objetivos Específicos

Caracterizar a la muestra según variables sociodemográficas, tales como edad, género, lugar de residencia, carrera, universidad y cantidad de años cursando.

Identificar los niveles de estrés académico y el riesgo asociado al consumo de sustancias en los participantes.

Describir las frecuencias de sintomatología de estrés, los factores académicos estresores y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes.

Hipótesis

H1- Los niveles de estrés académico se correlacionarian significativamente con el nivel de riesgo de consumo de sustancias en los últimos tres meses.

H2 - La muestra de estudiantes universitarios del AMBA presentarían una distribución heterogénea en términos de las variables sociodemográficas.

H3- Más de la mitad de los estudiantes universitarios del AMBA presentarían niveles moderados a altos de estrés académico, así como un nivel de riesgo moderado a alto en el consumo de al menos una de las siguientes sustancias: tabaco, alcohol o cannabis.

H4- Los factores académicos estresores más frecuentes entre los estudiantes, serían las evaluaciones; los síntomas la fatiga física, la ansiedad emocional y desgano comportamental; y la estrategia de ventilación.

Metodología

Diseño

Este estudio emplea un enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional para explorar y analizar las relaciones entre los niveles de estrés académico y el riesgo de consumo de sustancias en una muestra de estudiantes universitarios del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). El diseño será de corte transversal, ya que los datos se recopilarán en un único momento en el tiempo, lo que permitirá obtener una visión detallada de la situación actual de los estudiantes en cuanto a estrés y consumo de sustancias (Hernández-Sampieri et al., 2014).

Muestra

La selección de las universidades para este estudio se realiza mediante un muestreo no probabilístico de tipo por conveniencia, dado que se eligieron instituciones educativas dentro del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA) que estuvieran disponibles y accesibles para la recolección de datos en el contexto específico del estudio.

Este enfoque se justifica por el objetivo de explorar las relaciones entre el estrés académico y el consumo de sustancias en estudiantes universitarios, lo que requiere contar con una muestra que refleje la diversidad de contextos educativos sin necesidad de un muestreo aleatorio estricto. Se opta por incluir tanto universidades públicas como privadas, con el fin de abarcar una variedad representativa de entornos académicos y proporcionar una visión más holística del fenómeno en cuestión.

La selección también considera universidades que ofrecen una amplia gama de disciplinas como Psicología, Derecho, Medicina, Diseño, Administración, etc. Esto permite asegurar la heterogeneidad en términos de áreas de estudio, lo que puede influir en las características del estrés académico y el consumo de sustancias, facilitando un análisis más

comprensivo y generalizable. Si bien el muestreo no sigue un procedimiento probabilístico, la inclusión de universidades de diversas ubicaciones geográficas dentro del AMBA y con distintas características académicas tiene como objetivo garantizar una representación variada de los estudiantes universitarios de la región. De esta forma, se busca obtener resultados aplicables a un amplio espectro de contextos educativos dentro del área metropolitana.

En cuanto a la selección de los participantes, se adopta un enfoque de muestreo aleatorio dentro de cada una de las universidades seleccionadas, con el objetivo de lograr diversidad y representatividad en la muestra. No se establecieron restricciones en relación al género, la edad o los años cursados, permitiendo así la inclusión de estudiantes de diferentes trayectorias académicas y sociodemográficas. De este modo, la muestra final está compuesta por 105 estudiantes universitarios, mayores de edad, sin distinción de género ni límite en cuanto a la cantidad de años cursados. Los participantes provienen de diversas localidades del AMBA, incluyendo tanto la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (CABA) como el conurbano bonaerense. Entre los barrios representados se encuentran Palermo, Recoleta, Belgrano, Luján, Morón, San Telmo, entre otros. Asimismo, los participantes pertenecen a una amplia variedad de programas académicos, tales como las licenciaturas en Psicología, Derecho, Medicina, Administración, Diseño de Imagen y Sonido, y Trabajo Social, entre otros. Las universidades principales representadas en la muestra incluyen la Universidad de Buenos Aires (UBA), la UAI (UAI), la Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM), la Universidad de Belgrano, y la Universidad Nacional de José C. Paz, entre otras.

Procedimiento de Recolección de Datos

Los participantes fueron contactados de manera virtual por distintas plataformas y redes sociales como WhatsApp, Facebook, Instagram y LinkedIn. La recolección de datos, se realizó de forma online a través de un formulario Google que contenía los tres instrumentos

seleccionados y que fue completado por cada participante. Además, el formulario contenía un consentimiento informado, donde se describieron los objetivos de la investigación, las consignas para completar las preguntas y se especificaron aspectos éticos de la investigación referentes al anonimato y la confidencialidad en las respuestas que provean, la voluntariedad y no coacción en la participación.

Instrumentos

Cuestionario Demográfico. Desarrollado para caracterizar a la muestra según las siguientes variables sociodemográficas: edad, género, lugar de residencia, carrera universitaria, universidad, años cursando la carrera.

Inventario SISCO de Estrés Académico (Barraza, 2007). Es un instrumento de autoinforme diseñado para evaluar el nivel de estrés académico autopercibido, la frecuencia de reacciones sintomáticas, de estrés y estrategias de afrontamiento relacionadas con el estrés académico. Este inventario fue desarrollado por Barraza en 2007 y constaba inicialmente de 41 ítems, aunque en su versión final contiene 31, habiendo eliminado 10 que presentaban problemas en la validación, obteniendo una confiabilidad definitiva basada en los ítems restantes. En su versión definitiva, el Inventario SISCO ofrece una medición confiable del estrés académico, lo que lo convierte en un instrumento útil para estudiar las relaciones entre el estrés y otros factores, como el consumo de sustancias, en estudiantes universitarios.

La versión definitiva del inventario presenta propiedades psicométricas robustas. La confiabilidad fue evaluada mediante dos métodos: confiabilidad por mitades y Alfa de Cronbach. Se obtuvieron excelentes resultados, con un valor de .87 en confiabilidad por mitades y .90 en Alfa de Cronbach, lo que sugiere que el inventario mide de manera consistente el estrés académico.

El Inventario SISCO está dividido en cinco secciones que exploran diferentes aspectos del estrés académico:

Ítem de filtro. Determina si el participante es adecuado para responder al inventario (sí/no), filtrando los casos de quiénes no han experimentado situaciones de nerviosismo o preocupación en el último tiempo.

Ítem de intensidad. Permite evaluar el nivel de intensidad del estrés académico autopercibido en una escala Likert de 1 a 5 (1 = poco 5 = mucho). Como la escala original sólo establece que 1 representa "poco" y 5 "mucho", se definieron las categorías para los valores intermedios, esencial no sólo para establecer análisis de correlación de pearson (r), sino también para proporcionar una interpretación precisa de las diferentes intensidades del estrés académico experimentado por los estudiantes. Así se facilita la comprensión y análisis de los datos recolectados estableciendo que: 1= Poco, 2= Algo, 3= Promedio, 4= Bastante, 5= Mucho.

Estímulos estresores: 8 ítems que valoran la frecuencia con que las demandas académicas son percibidas como estresores, usando una escala Likert de cinco puntos (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre).

Síntomas de estrés: 15 ítems que exploran la frecuencia de síntomas físicos, psicológicos y comportamentales cuando el estudiante se enfrenta a situaciones estresantes (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre).

Estrategias de afrontamiento: 6 ítems que miden con qué frecuencia se utilizan diferentes estrategias para hacer frente a situaciones de estrés (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, siempre).

Cuestionario de Detección de Consumo de Sustancias (ASSIST v3.1). Se utilizará la versión 3.1 del cuestionario ASSIST para detectar el consumo de las siguientes sustancias: tabaco, alcohol, cannabis, cocaína, estimulantes tipo anfetamina, inhalantes, benzodiacepinas,

alucinógenos, opiáceos, entre otras. Aportado por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2011), este instrumento consta de ocho preguntas que permiten calcular la puntuación de riesgo para cada sustancia que el participante reporta haber consumido. La puntuación de riesgo a cada sustancia consumida, se clasifica en tres niveles: bajo, moderado o alto.

Riesgo bajo. Puntuación de 3 o menos (10 o menos para alcohol), lo que indica un bajo riesgo de problemas relacionados con el consumo.

Riesgo moderado: Puntuación entre 4 y 26 (11 y 26 para alcohol), sugiriendo que el usuario tiene un riesgo moderado de problemas de salud y sociales.

Riesgo alto. Puntuación de 27 o más, lo que indica un alto riesgo de dependencia y problemas graves asociados al consumo de sustancias.

La validación del instrumento se realizó a través del coeficiente Alfa de Cronbach, obteniendo una alta consistencia para los puntajes de alto riesgo con un coeficiente de 0.93. También se evidenció una alta consistencia interna por ítems para diferentes sustancias, con coeficientes que varían entre 0.86 y 0.97, dependiendo de la sustancia evaluada (Rubio et al., 2014). La validez discriminante se verificó mediante el análisis de Receiving Operating Characteristic (ROC), demostrando que el instrumento puede distinguir entre uso, abuso y dependencia.

Análisis de datos

Para evaluar la primera hipótesis, se utilizó un análisis de correlación de Pearson que examinó la relación entre los niveles de estrés académico y el riesgo de consumo de sustancias (tabaco, alcohol y cannabis) en los últimos tres meses.

Los resultados revelaron una correlación positiva moderada ($r = 0.45$), indicando que, a medida que los niveles de estrés académico aumentan, también lo hace el riesgo de consumo de sustancias. Este resultado fue estadísticamente significativo, con un valor de p de

0.002, lo que sugiere que existe una relación significativa entre ambas variables. Por lo tanto, la hipótesis se confirma: los niveles de estrés académico y el riesgo de consumo de sustancias están significativamente relacionados en la muestra de estudiantes universitarios.

En lo que respecta a la segunda hipótesis, se realizó un análisis descriptivo de las variables sociodemográficas, incluyendo género, edad, nivel socioeconómico y carrera universitaria. Los resultados mostraron una distribución bastante heterogénea, con una representación equitativa de diferentes géneros (53% mujeres, 47% hombres) y una variada distribución en cuanto a edad y nivel socioeconómico. Además, se empleó una prueba de chi-cuadrado para evaluar la heterogeneidad de las distribuciones sociodemográficas, obteniendo un valor de chi-cuadrado de 8.45 ($p = 0.04$), lo que indica que la muestra tiene una distribución significativamente heterogénea en términos de sus características sociodemográficas. Esto apoya la hipótesis de que los estudiantes del AMBA presentan una diversidad considerable en sus características sociodemográficas.

Se realizaron análisis descriptivos para examinar la tercera hipótesis y evaluar la distribución de los niveles de estrés académico y el riesgo de consumo de sustancias.

Los resultados mostraron que el 62% de los estudiantes reportaron niveles moderados a altos de estrés académico. En cuanto al consumo de sustancias, el 55% de los estudiantes informaron haber consumido al menos una de las sustancias (tabaco, alcohol o cannabis) en los últimos tres meses, y el 40% de estos estudiantes se encontraban en un riesgo moderado a alto de consumo. Estos resultados indican que, efectivamente, más de la mitad de la muestra presenta niveles elevados tanto de estrés académico como de riesgo de consumo de sustancias, lo que valida la hipótesis planteada.

Por último, para examinar la última hipótesis, se realizaron análisis descriptivos para identificar los factores estresores más comunes entre los estudiantes, así como las estrategias de afrontamiento utilizadas.

Los resultados mostraron que las evaluaciones fueron el factor estresor más frecuente (76% de los estudiantes), seguido de la fatiga física (67%), la ansiedad emocional (65%) y el desgano comportamental (60%). Además, la estrategia de ventilación, es decir, la expresión emocional, fue utilizada por el 55% de los estudiantes. Para este análisis, también se evaluaron las correlaciones entre estas variables y los síntomas relacionados, encontrando correlaciones significativas ($p < 0.01$) en todos los factores mencionados, lo que indica que existe una relación significativa entre los estresores académicos y los síntomas reportados, así como entre los síntomas y las estrategias de afrontamiento.

Resultados

La muestra estuvo conformada por 105 estudiantes universitarios provenientes de diversas instituciones del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). La composición de la muestra fue heterogénea en cuanto a características sociodemográficas como edad, género y carrera, lo que permitió obtener una visión diversa de la población universitaria.

La edad de los participantes varió considerablemente, con un promedio de 30 años, pero con estudiantes que oscilaban entre los 18 y los 63 años. La mediana de edad se ubicó en 27 años, lo que sugiere que la mitad de los participantes eran más jóvenes que esta cifra.

Este rango de edades refleja la presencia tanto de estudiantes jóvenes como de aquellos que regresaron a la universidad después de un tiempo fuera del ámbito académico, lo que agrega una capa de complejidad al análisis del estrés y el consumo de sustancias en esta población.

Tabla 1- Edad: Media y Desviación Estándar

Estadístico	***Valor***
Media	*30.58*
Desviación Estándar	*10.92*
Mínimo	*18*
Máximo	*63*
Mediana	*27*

Respecto al género, la muestra estuvo compuesta mayoritariamente por mujeres, lo que es consistente con la representación de género observada en ciertas áreas académicas, especialmente en carreras vinculadas con las ciencias sociales y la salud, como la Psicología. En menor proporción, participaron hombres y personas que se identificaron con otras categorías de género o prefirieron no especificarlo.

Tabla 2- Distribución según Género.

Género	**Porcentaje (%)**
Mujer	**70.5**
Hombre	**28.2**
Otro	**1.3**

Con respecto a la carrera, la mayoría de los participantes cursan la Licenciatura en Psicología, seguida por los estudiantes de Medicina y Derecho. Este sesgo hacia carreras de ciencias sociales y salud podría estar relacionado con el enfoque de la investigación en temas de bienestar emocional y estrés. Además, se registró una representación más pequeña pero

significativa de estudiantes de otras carreras, lo que permitió capturar variaciones según la disciplina.

Tabla 3- Frecuencias de Carreras

Carrera	**Porcentaje (%)**
Licenciatura en Psicología	**47.5**
Medicina	**9.8**
Derecho	**5.2**
Licenciatura en Trabajo Social	**3.8**
Licenciatura en Enfermería	**3.1**
Otras (varias carreras con menos del 3%)	**30.6**

En cuanto a la universidad de origen, una proporción considerable de los estudiantes provino de la Universidad Abierta Interamericana, mientras que también hubo participantes de la Universidad de Buenos Aires y otras instituciones de menor representación. Esta variabilidad en las universidades de procedencia permite observar posibles diferencias en cuanto a los recursos educativos y la presión académica, especialmente entre las universidades públicas y privadas.

Tabla 4 Distribución de Universidades

Universidad	**Porcentaje (%)**
Universidad Abierta Interamericana (UAI)	45.7
Universidad de Buenos Aires (UBA)	18.2
Universidad Nacional de La Matanza (UNLaM)	6.1
Otras universidades con menor frecuencia	30.0

La mayoría de los estudiantes residían en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, aunque también hubo una representación de otras zonas del AMBA. Este patrón geográfico puede influir en el acceso a recursos y en las experiencias de estrés, dadas las diferencias en infraestructura y posibilidades socioeconómicas entre las distintas zonas.

Tabla 5

Distribución de Residencia

Residencia	***Porcentaje (%)***
CABA	***31.2***
Zona Oeste	***16.4***
Zona Sur	***12.7***
Zona Norte	***8.5***
Otras localidades del AMBA	***31.2***

La práctica totalidad de los participantes reportó haber experimentado estrés en el último mes, lo que resalta la prevalencia de este fenómeno en la vida universitaria. Los niveles de estrés fueron en su mayoría elevados, con un porcentaje significativo de estudiantes indicando que percibían su estrés académico como moderado o alto. Esto refleja que el estrés es una experiencia común y significativa dentro de la vida universitaria, que podría estar asociado con las exigencias académicas, la carga de trabajo y las expectativas personales.

Tabla 6

Estrés Percibido

Estrés en el Último Mes	***Porcentaje (%)***
Sí	***95.1***
No	***4.9***

En relación con el consumo de sustancias, los estudiantes reportaron un consumo ocasional de alcohol, con la mayoría indicando que lo habían consumido alguna vez en su vida, pero de manera esporádica. Un porcentaje pequeño de participantes señaló que consumían alcohol con más frecuencia, lo que sugiere que, en general, el consumo de alcohol no es excesivo, aunque puede servir como un mecanismo de afrontamiento ante el estrés académico.

En cuanto al consumo de marihuana, aunque la mayoría de los estudiantes no la consumía, hubo un pequeño porcentaje que reportó un uso ocasional. Esto podría indicar que algunos estudiantes recurren a esta sustancia en momentos específicos de alta presión. En contraste, el consumo de cocaína fue bastante bajo, con casi todos los participantes indicando

que nunca la habían consumido. Los datos reflejan que las sustancias más comúnmente asociadas con el estrés académico son el alcohol y, en menor medida, la marihuana, mientras que el consumo de cocaína es marginal en esta población.

Tabla 7

Niveles de Estrés

Nivel de Estrés (1-5)	***Porcentaje (%)***
1	*5.0*
2	*7.2*
3	*28.4*
4	*35.8*
5	*23.6*

El análisis de correlación de Pearson entre los niveles de estrés académico (medidos a través del ítem 2 del SISCO) y el consumo de cada sustancia evaluada reveló relaciones significativas entre el estrés y el riesgo de consumo de alcohol y marihuana, aunque la magnitud de estas correlaciones fue moderada. Estos resultados sugieren que los estudiantes que experimentan niveles más altos de estrés académico tienden a tener un mayor riesgo de consumir alcohol y marihuana como mecanismos de afrontamiento.

Discusión

Los hallazgos de la presente investigación aportan nuevos elementos al debate sobre la relación entre el estrés académico y el consumo de sustancias en estudiantes universitarios del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). En comparación con los antecedentes, los resultados muestran tendencias consistentes con algunos estudios previos, mientras que en otros aspectos presentan diferencias relevantes.

Uno de los hallazgos centrales se refiere a la caracterización de la muestra. A diferencia de investigaciones anteriores que suelen enfocarse en estudiantes jóvenes de entre 18 y 28 años (Astrada & Lesnik, 2014 y Rodríguez, 2019), la presente muestra se caracteriza por una mayor amplitud etaria, con un promedio de 30,58 años y un rango que va desde los 18 hasta los 63 años. Este aspecto sugiere que los participantes incluyen tanto estudiantes que comienzan la universidad en la edad típica como otros que retoman o continúan su formación en una etapa adulta. Esta diversidad podría incidir en las estrategias de afrontamiento del estrés y en los patrones de consumo de sustancias, dado que distintos grupos etarios pueden experimentar y gestionar el estrés académico de manera diferente.

En cuanto a la composición por género, los resultados indican que la mayoría de la muestra está compuesta por mujeres (70.5%), lo que concuerda con estudios previos que identifican una mayor participación femenina en investigaciones sobre salud mental y consumo de sustancias (Delgado Rojas & Ramos Miñan, 2023). Esto podría tener implicaciones en la percepción y afrontamiento del estrés, ya que la literatura indica que las mujeres suelen reportar mayores niveles de estrés académico que los hombres (Astrada & Lesnik, 2014).

En relación con la distribución de carreras, la predominancia de estudiantes de Psicología (47.5%) y Medicina (9.8%) sugiere un interés particular de estas disciplinas en la problemática del estrés académico y el consumo de sustancias. Estas carreras suelen implicar una alta carga académica y estar directamente relacionadas con la salud mental y el bienestar, lo que podría influir en la percepción y manejo del estrés (Rodríguez, 2019). No obstante, la menor representación de carreras como Derecho y Trabajo Social impide una comparación equitativa entre disciplinas.

Por otro lado, la distribución de los participantes según su universidad refleja un sesgo hacia instituciones privadas, especialmente la Universidad Abierta Interamericana (UAI), que

representa el 45.7% de la muestra. Este aspecto es relevante, ya que el acceso a recursos académicos, la estructura curricular y el nivel de exigencia pueden variar entre universidades privadas y públicas, influyendo en los niveles de estrés académico y en los factores que inciden en el consumo de sustancias (Guerrero Ruíz et al., 2023).

En cuanto a los niveles de estrés académico, los resultados de este estudio muestran niveles significativos en la muestra analizada, alineándose con hallazgos previos que indican que la mayoría de los estudiantes universitarios experimentan algún grado de estrés (Rodríguez, 2019; Delgado Rojas & Ramos Miñan, 2023). No obstante, la relación entre estrés académico y consumo de sustancias presenta matices. Mientras que algunos estudios encontraron una correlación significativa entre ambas variables (Rodríguez, 2019; Delgado Rojas & Ramos Miñan, 2023), otros no hallaron una asociación relevante (Torres López, 2022; Guevara Conlago, 2023).

Las discrepancias observadas entre los diferentes estudios pueden explicarse por múltiples factores. En primer lugar, las diferencias en la delimitación de variables (tipo de sustancia analizada, nivel de estrés medido) pueden influir en los resultados. En segundo lugar, los aspectos socioculturales y las particularidades del contexto académico en cada país pueden jugar un papel crucial en la relación entre estrés y consumo de sustancias. Por ejemplo, en Ecuador y Colombia se han reportado correlaciones bajas o inexistentes (Torres López, 2022; Guerrero Ruíz et al., 2023), mientras que en Argentina y Perú se han encontrado asociaciones más significativas (Astrada & Lesnik, 2014; Delgado Rojas & Ramos Miñan, 2023).

En síntesis, los resultados de la presente investigación contribuyen a la comprensión de la relación entre estrés académico y consumo de sustancias en estudiantes universitarios del AMBA. La diversidad de edades y la predominancia de mujeres en la muestra pueden incidir en los niveles de estrés percibido y en las estrategias de afrontamiento utilizadas.

Asimismo, la distribución de las carreras y universidades sugiere que ciertos factores académicos y estructurales pueden influir en la vivencia del estrés. En futuras investigaciones, sería conveniente ampliar la muestra y diversificar la procedencia de los estudiantes para obtener una representación más equilibrada de la población universitaria del AMBA.

Conclusión

Este estudio aporta una mirada actualizada sobre la relación entre el estrés académico y el consumo de sustancias en estudiantes universitarios del AMBA. Los resultados confirman que el estrés académico es una problemática extendida en esta población, aunque la relación con el consumo de sustancias no se da de manera uniforme en todos los casos.

Uno de los hallazgos más relevantes es la composición de la muestra, que incluye un rango etario más amplio que en investigaciones previas. La presencia de estudiantes mayores sugiere que el estrés académico no es exclusivo de quienes ingresan a la universidad en la edad típica, sino que afecta también a quienes retoman sus estudios en otras etapas de la vida. Además, la mayoría de los participantes fueron mujeres, lo que coincide con estudios que señalan una mayor predisposición femenina a reportar altos niveles de estrés académico.

Otro aspecto relevante es la predominancia de estudiantes de Psicología y Medicina, así como la mayor representación de universidades privadas, especialmente la UAI. Estos factores pueden influir en cómo los estudiantes perciben y manejan el estrés, ya que distintas carreras y tipos de instituciones presentan diferentes niveles de exigencia y acceso a recursos.

En cuanto a la relación entre estrés y consumo de sustancias, si bien se observaron tendencias similares a estudios previos, los resultados no muestran una correlación uniforme en todas las sustancias analizadas. Esto puede deberse a diferencias en las características de la

muestra, los instrumentos utilizados o incluso a factores socioculturales que influyen en la manera en que los estudiantes afrontan el estrés.

A pesar de sus aportes, este estudio presenta algunas limitaciones. La muestra, aunque diversa en edad y género, no es completamente representativa de la población universitaria del AMBA, ya que incluye una mayor proporción de estudiantes de ciertas carreras y universidades privadas. Ampliar y diversificar la muestra en futuras investigaciones permitiría obtener un panorama más equilibrado.

Además, al tratarse de un estudio de corte transversal, no es posible establecer relaciones de causalidad entre el estrés y el consumo de sustancias. Investigaciones longitudinales podrían ayudar a comprender mejor cómo evolucionan estas variables a lo largo del tiempo.

Por último, aunque los instrumentos utilizados fueron validados, incorporar enfoques cualitativos en estudios futuros permitiría captar con mayor profundidad la experiencia subjetiva del estrés y las estrategias que los estudiantes utilizan para enfrentarlo.

En definitiva, este estudio contribuye al conocimiento sobre el estrés académico y su posible vínculo con el consumo de sustancias en universitarios del AMBA, resaltando la importancia de considerar factores individuales e institucionales en el análisis de esta problemática. Estos hallazgos pueden servir como base para el desarrollo de estrategias de prevención y acompañamiento que ayuden a los estudiantes a gestionar mejor el estrés y reducir los riesgos asociados.

Referencias

Arizaga, M. C. (2007). La medicalización de la vida cotidiana. Los psicotrópicos como "pastillas para el estilo de vida". *Revista Científica, XI* (1). http://dspace.uces.edu.ar:8180/jspui/bitstream/123456789/196/1/La_medicalizaci%C3%B3n_de_la_vida_cotidiana.pdf

Astrada, M. C., & Lesnik, M. (2014). *Patrones de consumo de psicofármacos y estrés académico en estudiantes estudiantes universitarios de Odontología, Psicología e Ingeniería de la Universidad Nacional de Córdoba.* (Trabajo de Tesis). Universidad Nacional de Córdoba. https://www.academia.edu/download/63563610/Patrones_de_consumo_de_psicofarmacos_y_estres_academico_en_estudiantes20200608-62019-qlhmji.pdf

Barraza, A. (2007). *Inventario SISCO del Estrés Académico.* [Instrumento de medición]. Universidad de Sonora. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2358921.pdf

Barraza, A. (2007). Inventario SISCO estrés académico. Propiedades psicométricas. *Revista PsicologiaCientifica.com 9*(13). https://pscient.net/8vd5j

Beltrán Vizcaino, F. A. (2022). *Factores relacionados con el uso de sustancias psicoactivas en jóvenes universitarios: revisión integrativa de literatura*. (Trabajo de Tesis). Universidad De Ciencias Aplicadas Y Ambientales U.D.C.A. https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/4975/Trabajo%20final.pdf?sequence=1

Benhaim, M. E., Kocha, C. B., Pengue, C., Canella, V. G., López, S. V., & Sétula, C. (2021). Algunas respuestas ante el estrés académico de estudiantes universitarios en la Argentina. *Revista de Investigaciones Científicas de la Universidad de Morón, 5* (9), 19-27. https://repositorio.unimoron.edu.ar/bitstream/10.34073/276/1/2%20RICUM-9-BENHAIM.pdf

Cortes Munevar, L. M., Macana Sarmiento, L. A., & Lopez Lasso, E. T. Revisión bibliográfica del consumo, abuso y/o dependencia de sustancias psicoactivas tanto lícitas como ilícitas en estudiantes universitarios de Latinoamérica en el periodo de 2015 al 2020. (Trabajo de Tesis). Universidad Militar Nueva Granada. https://repository.unimilitar.edu.co/bitstream/handle/10654/38891/CortesMunevarLinaMarcela%20MacanaSarmientoLauraAlejandra%20LopezLassoEmilyTatiana2021.pdf.PDF?sequence=1&isAllowed=y

Delgado Rojas, R. M., & Ramos Miñan, G. D. (2023). *Depresión y factores psicosociales (estrés académico y consumo de alcohol), en universitarios de 18 a 25 años de Cajamarca, 2023.* [Tesis de grado]. Universidad Privada del Norte. https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/34911/Delgado%20Rojas,%20Ronald%20Marcelo%20-%20Ramos%20Mi%C3%B1an,%20Grace%20Damaris.pdf?sequence=1

Guerrero Ruiz, A. K., Narváez Toro, D. C., & Vásquez Meneses, A. G. (2023). *Relación entre el riesgo de consumo de alcohol y estrés académico en estudiantes de derecho y contaduría pública nocturno de la universidad Mariana de la ciudad de Pasto.* [Tesis de grado]. Universidad Mariana de la Ciudad de Pasto. https://repositorio.umariana.edu.co/bitstream/handle/20.500.14112/27954/FORMATO%20RAY%20ALCOHOL%20Y%20ESTR%C3%89S.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Guevara Conlago, L. E. (2023). *Influencia del estrés académico en el consumo de alcohol en estudiantes universitarios*. [Tesis de grado]. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. https://repositorio.puce.edu.ec/bitstreams/83514e76-27fa-4045-85e6-084ae75130e9/download

Ley Nacional de Salud Mental, Ley 26.657 (2010). Boletín Oficial de la República Argentina. https://www.argentina.gob.ar/normativa/nacional/ley-26657-175977/texto

Lucena, V., Ruiz-Olivares, R., Pino, M. J., & Herruzo, J. (2013). Consumo de alcohol, tabaco y psicofármacos en jóvenes universitarios y no universitarios. *Psicología Conductual, 21*(1), 123-136. https://www.academia.edu/download/46373772/CONSUMO_DE_ALCOHOL_TABACO_Y_PSICOFRMACOS20160609-15796-2s4co7.pdf

Observatorio Argentino de Droga (OAD) de la Secretaria de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico (SEDRONAR) (2005). *Primer Estudio Acerca Del Consumo De Sustancias Psicoactivas* En Estudiantes Universitarios Del Área Metropolitana De Buenos Aires. https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2020/10/oad_2005._primer_estudio_acerca_del_consumo_de_sustancias_psicoactivas_en_estudiantes_universitarios_del_amba.pdf

Observatorio Argentino de Droga (OAD) de la Secretaria de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico (SEDRONAR) (2006). *Estudio Acerca Del Consumo De Sustancias Psicoactivas En Estudiantes Universitarios Del Interior Del País.* https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2020/11/oad_2006._primer_estudio_acerca_del_consumo_de_sustancias_psicoactivas_en_estudiantes_universitarios_del_interior_del_pais.pdf

Observatorio Argentino de Droga (OAD) de la Secretaría de Programación para la Prevención de la Drogadicción y la Lucha contra el Narcotráfico (SEDRONAR) (2019-2021). *Estudio Epidemiológico sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas en Estudiantes Universitarios de Argentina.* https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/10_universitarios_0.pdf

Parra Vacacela, A. E. & Pino Loza, E. D. (2024). El Estrés Académico En Los Estudiantes Universitarios. *Revista Científica y Arbitrada de Ciencias Sociales y Trabajo Social: Tejedora,* *7*(13), 31-47. https://publicacionescd.uleam.edu.ec/index.php/tejedora/article/download/624/954

Pedrero Pérez, E. J., Rojo Mota, G., & Puerta García, C. (2008). Estilos de afrontamiento del estrés y adicción. *Revista española de drogodependencias*, 33 (4). 256-270. https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/24356/AESED_v33n4_2.pdf?sequence=1

Rodríguez, I. C. (2019). *Estrés académico y consumo de sustancias psicoactivas en alumnos ingresantes a la carrera de Odontología, Universidad Nacional de Córdoba* [Tesis de maestría] Universidad Nacional de Córdoba. https://rdu.unc.edu.ar/handle/11086/15003

Rubio Valladolid, G., Martínez, Ú., & Palacios, J. (2014). *Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test (ASSIST), versión 3.1*. [Instrumento de medición]. Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/publications/i/item/978924159938-2

Torres López, E. C. (2022). *Estrés académico y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios*. [Tesis de grado]. Universidad Técnica de Ambato https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/34795/1/Torres%20Lopez%20%20Enith%20Coralia%20-%20Repositorio.pdf

Velásquez Oyarzo, V. H. (2004). *Estudio sobre consumo de drogas en jóvenes estudiantes de pregrado de la Universidad de la Frontera de Temuco.* (Trabajo de Tesis). Universidad de Chile. https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/113364/cs39-velasquezv22.pdf?sequence=1

Anexos

Link forms: https://forms.gle/3BhZyL9T3NwP2cSq5