

Alimentación y consumo de sustancias (alcohol, tabaco y drogas) del alumnado universitario. Análisis en función del género y la práctica de actividad físico-deportiva

University students' eating habits and substance consumption (alcohol, tobacco, and drugs) according to gender and sport practice

Carolina Castañeda Vázquez, Santiago Romero Granados

Facultad de Ciencias de La Educación. Universidad de Sevilla. España.

CORRESPONDENCIA:

Carolina Castañeda Vázquez

carolinacv@us.es

Recepción: enero 2013 • Aceptación: abril 2014

Resumen

El presente estudio pretende conocer los hábitos de alimentación y el consumo de sustancias nocivas (alcohol, tabaco y drogas) del alumnado universitario, así como determinar la relación existente entre dichos factores y la práctica de AFD y el género. Para ello se realizó un estudio descriptivo e inferencial con 1085 estudiantes de la Universidad de Sevilla, a quienes se les aplicó un cuestionario validado previamente. Los resultados muestran unos adecuados hábitos de alimentación del alumnado. El alcohol es la sustancia consumida por mayor número de estudiantes, especialmente de manera ocasional y durante los fines de semana. El tabaco es la sustancia que consumen de manera más habitual, mientras que las drogas ilegales apenas son consumidas por el alumnado. En cuanto al género, los chicos beben más alcohol que las chicas de manera habitual, mientras que las chicas fuman más que ellos. El alumnado activo e inactivo consume alcohol habitualmente en porcentajes muy similares, pero los estudiantes activos consumen más alcohol de manera ocasional y durante el fin de semana e, igualmente, durante el fin de semana consumen tabaco en porcentajes muy similares al alumnado inactivo. Por todo esto, se observa que no existe consistencia entre la práctica de AFD y los efectos positivos que se podrían generar en las diversas conductas orientadas hacia la salud.

Palabras clave: tabaco, alcohol, drogas, actividad físico-deportiva.

Abstract

The aim of this study is to assess university students' eating habits and unhealthy substance consumption (alcohol, tobacco, and drugs) as well as to determine the relationship between these factors, physical activity practice, and gender. Therefore, a descriptive inferential study was done by having 1085 students from the University of Seville complete a validated questionnaire. The main results showed proper and healthy eating habits by students. Alcohol is the substance that was most consumed, mainly during the weekend. Tobacco is the most consistently abused substance, and other drugs are consumed very little by students. Regarding gender, males regularly drink more alcohol than females, while females smoke more than males. Alcohol consumption is similar between active and sedentary students, but physically active students drink more alcohol on occasion and during the weekend than sedentary students. Likewise, the physically active students smoke at similar percentages to sedentary students over the weekend. Therefore, results suggest there is no relationship between physical activity practice and the different healthy habits taken into consideration in the present study.

Key words: tobacco, alcohol, drugs, physical activity.

Introducción

El consumo de alcohol y drogas entre el alumnado es uno de los grandes problemas que afrontan las universidades hoy en día (Castañeda, 2012; Yusko, Buckman, White, & Pandina, 2011) y la sociedad en general, al tratarse de sustancias nocivas que deterioran la salud. En España, según el Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías (OEDT, 2009), casi el 32% de la población española de entre 15 y 64 años señalaba fumar a diario, mientras que el 11% tomaba alcohol a diario y el 2% cannabis, la sustancia ilegal más consumida, especialmente entre los jóvenes. Según este mismo estudio, las drogas que comienzan a consumirse a edades más tempranas son las de comercio legal, como el tabaco (16,5 años) y el alcohol (16,7 años), mientras que las drogas ilegales como el cannabis empiezan a consumirse a edades más tardías (18,6 años). En cuanto al género, se ha observado que la prevalencia de consumo de alcohol es mayor en hombres que en mujeres, al igual que ocurre en el consumo de tabaco, aunque, en este caso, las diferencias se minimizan entre la población más joven (entre 15 y 24 años). Del mismo modo, el consumo de cannabis está más extendido entre los chicos que entre las chicas.

El inicio en el consumo de estas sustancias suele producirse durante la adolescencia, precisamente una de las etapas más importantes en el desarrollo de los sujetos, puesto que durante la misma se conforma en gran medida el estilo de vida. La prevalencia de determinados tipos de hábitos durante esta etapa, muchos de ellos negativos, como el consumo de alcohol, tabaco, drogas ilegales, malos hábitos de alimentación y sedentarismo, entre otros, marcará en gran medida la continuidad de dichos comportamientos durante la etapa adulta (Ruiz-Juan & Ruiz-Risueño, 2010; Sañudo, de Hoyo, & Corral, 2009; Telama, Yang, Viikari, Välimäki, Wanne, & Raitakari, 2005). Según el último Informe Nacional Español (OEDT, 2011) para el *European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction* (EMCDDA), el acceso a drogas, tanto legales como ilegales, es cada vez más fácil para los jóvenes. Además del fácil acceso, la aceptación social en el consumo de estas sustancias, el refuerzo social y la baja percepción de riesgo, sobre todo en el consumo de alcohol y tabaco, favorecen el consumo de este tipo de sustancias (Jiménez-Muro, Beamonte, Marqueta, Gargallo, & Nerín, 2009; Ruiz-Juan & Ruiz-Risueño, 2010).

Asimismo, se ha observado una estrecha relación entre el consumo de diversas sustancias. En 2010, más del 40% de los jóvenes que había consumido alcohol en los últimos 30 días había tomado también drogas ilegales en ese mismo periodo, mientras que aquellos que

habían consumido grandes dosis de alcohol habían tomado también diversos tipos de drogas. Del mismo modo, más del 63% de los que habían fumado tabaco en el último mes habían consumido cannabis en ese periodo, confirmándose también la relación inversa en este caso (OEDT, 2011).

Mientras el consumo de drogas legales podría facilitar el consumo posterior de drogas ilegales, algunos hábitos, como la práctica de actividad físico-deportiva (AFD), pueden considerarse como elementos disuasorios de este tipo de conductas. Por todo ello, es precisamente en este periodo cuando cobra una especial relevancia la promoción de esta actividad, no solo por la gran cantidad de beneficios a todos niveles que lleva asociada la misma (Candel, Olmedilla, & Blas, 2008; Muñoz & Delgado, 2010; Piéron, Ruiz-Juan, & García Montes, 2009; Reverter & Jové, 2012; Warburton, Nicol, & Bredin, 2006), sino porque puede llegar a ser un factor protector ante determinados hábitos negativos como las drogas, el alcohol o el tabaco (De la Cruz, Ruiz-Juan, Ruiz-Risueño, Flores, Olivares, & Cañadas, 2008a; Jiménez-Muro et al., 2009; Steptoe et al., 2002).

Sin embargo, existen opiniones contrapuestas y la relación no está tan clara como parecía en un principio. Según algunos autores, la práctica de AFD influye de manera positiva en las conductas relacionadas con la salud y con el mantenimiento de un estilo de vida saludable (Castillo & Balaguer, 2002; Jiménez, Cervelló, García-Calvo, Santos-Rosa, & Iglesias-Gallego, 2007; Nerín, Crucelaegui, Novella, Ramón y Cajal, Sobradie, & Gericó, 2004; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2003; Pastor, Balaguer, & García-Merita, 2006; Romaguera, Tauler, Bennasar, Pericas, Moreno, Martínez, & Aguilo, 2011; Ruiz & Delgado, 2007; Ruiz-Juan, Ruiz-Risueño, Flores, Olivares & Cañadas, 2008a; Tercedor et al., 2007). Aunque en otros muchos estudios no se verifica esa relación entre AFD y hábitos de vida positivos. Jiménez, Martínez, Miró, y Sánchez (2008) encontraron diferencias significativas entre el grado de salud percibida y la práctica de AFD de estudiantes universitarios españoles y portugueses, pero no obtuvieron dichas diferencias entre la práctica deportiva y los niveles de sobrepeso de dichas poblaciones ni en el consumo de tabaco o alcohol. De la Cruz et al. (2008b) observaron que los universitarios almerienses que practicaban deportes colectivos bebían alcohol con más frecuencia y en mayor cantidad que el resto de universitarios, tanto deportistas como no deportistas. En otra investigación realizada con escolares de Educación Secundaria (Ruiz-Juan & Ruiz-Risueño, 2010), a pesar de que se obtuvo una correlación positiva entre los jóvenes que practicaban

AFD y no consumían alcohol, dentro del mismo grupo de deportistas, aquellos que participaban en actividades vigorosas consumían alcohol en mayor medida que quienes practicaban a intensidad moderada. En un grupo de adolescentes valencianos (Castillo, Balaguer, & García-Merita, 2007), la participación deportiva tenía efecto positivo y significativo sobre el consumo de tabaco, alcohol y cannabis exclusivamente en el grupo de las chicas, no encontrándose estas diferencias en el grupo de los chicos. Por otra parte, en Estados Unidos, Ford (2007) comprobó que los estudiantes universitarios que realizaban deporte tenían más probabilidades de consumir grandes cantidades de bebidas alcohólicas que los no deportistas.

Basándonos en todo esto, como objetivo general del presente estudio, se pretende conocer los hábitos de alimentación y el consumo de sustancias nocivas (alcohol, tabaco y drogas) del alumnado de la Universidad de Sevilla, y de manera más específica, determinar la relación existente entre dichos factores y la práctica de AFD y el género.

Método

La presente investigación se llevó a cabo durante el curso 2011/2012 y se encuadra dentro de un estudio más amplio, a través del que se pretenden conocer los hábitos de práctica de AFD y otros factores relacionados con los mismos en el alumnado de la Universidad de Sevilla. Se trata de un estudio empírico, descriptivo e inferencial de corte transversal.

Muestra

Para la obtención de la muestra se realizó un muestreo aleatorio estratificado (afijación proporcional) en función del centro y del género. De una población total de 112.492 estudiantes, la muestra quedó finalmente constituida por 1.085 estudiantes, 516 hombres (47,6%) y 569 mujeres (52,4%), correspondiendo dicho porcentaje a un nivel de confianza del 95% y un error muestral máximo del 5%. En dicha muestra se encuentran representadas todas las titulaciones de la Universidad de Sevilla de manera proporcional al número de alumnos matriculados en cada una de ellas. Sin embargo, para no sesgar dicha muestra, en la Facultad de Ciencias de la Educación se incluyeron todas las titulaciones a excepción de aquellas que estaban directamente relacionadas con la práctica de AFD (Maestro Especialista en Educación Física, Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte y Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte), ya que

se supone que los niveles de práctica de AFD de esta población deben ser superiores y podrían producir un importante sesgo en los resultados que se obtuviesen en la investigación.

En la siguiente tabla se puede observar la muestra del estudio, tanto el número de encuestados en cada Facultad, como el porcentaje de hombres y mujeres tenidos en cuenta en cada uno de los centros.

Tabla 1. Muestra de la investigación.

Facultad	Frecuencia	%
Arquitectura	64	5,9
Bellas artes	23	2,1
Biología	34	3,1
CC.Económicas y empresariales	86	7,9
CC.Educación	83	7,6
CC.Trabajo	29	2,7
CC. Comunicación	62	5,7
Derecho	86	7,9
Enfermería, fisioterapia y podología	25	2,3
ETS Ingeniería e informática	51	4,7
ETS Ingeniería edificación	45	4,1
ETS Ingeniería	97	8,9
Farmacia	46	4,2
Filología	33	3
Filosofía	8	0,7
Física	10	0,9
Geografía e Historia	47	4,3
Ingeniería agronómica	19	1,8
Matemáticas	12	1,1
Medicina	40	3,7
Odontología	11	1
Politécnica superior	44	4,1
Psicología	35	3,2
Química	14	1,3
Turismo y finanzas	81	7,5
Total	1.085	100

Instrumento y Procedimiento

Para obtener los datos se utilizó un cuestionario estructurado en cinco bloques diferenciados del que se han seleccionado las siguientes variables para el presente estudio.

Dicho cuestionario fue validado en primer lugar por varios expertos en la materia, considerando los diferentes tipos de validez (validez de criterio, de constructo, de expertos, de contenido y didáctica), según Colás (1998), Bostwick y Kyle (2005), Hernández, Fernández-Collado, y Baptista (2006).

Tabla 2. Variables de la investigación.

Dimensiones	Objetivos	Variables	Ítems
1. Factores actitudinales	1.1. Conocer la valoración del alumnado sobre sus hábitos de alimentación.	Valoración de hábitos alimentarios	05
	1.2. Estudiar los hábitos de consumo de sustancias nocivas por parte del alumnado: tabaco, alcohol y otras drogas. 1.3. Analizar si existen diferencias en función del género y la práctica de AFD en relación a la valoración de hábitos de alimentación y consumo de sustancias nocivas.	Valoración del consumo de sustancias nocivas: alcohol, tabaco, otras drogas.	06

Tabla 3. Consumo de sustancias nocivas.

	Nunca	Lo he dejado	Ocasional	Fines de semana	Habitual	
Frecuencia	163	38	453	353	78	Alcohol
%	15	3,5	41,8	32,5	7,2	
Frecuencia	715	60	100	36	174	Tabaco
%	65,9	5,5	9,2	3,3	16	
Frecuencia	899	42	100	17	27	Otras drogas
%	82,9	3,9	9,2	1,6	2,5	

Del mismo modo, se realizó un estudio piloto previo, durante el curso 2010/2011, con el alumnado de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla (409 sujetos). Se realizaron análisis factoriales mediante la extracción de componentes principales y rotación Varimax con Kaiser-Meyer-Olkin en determinadas preguntas, así como se calculó el coeficiente de fiabilidad Alpha de Cronbach para determinar la consistencia interna del instrumento, obteniéndose una puntuación de .78, la cual es considerada por McMillan (2008) y Lowenthal (2001) como aceptable.

El cuestionario fue administrado durante el primer cuatrimestre del curso 2011/2012 en todos los centros propios de la Universidad de Sevilla durante el horario de clases.

Todos los sujetos encuestados accedieron voluntariamente a participar tras recibir las instrucciones de los investigadores. Durante la recogida de datos siempre hubo un investigador presente.

Análisis estadístico

Se ha realizado un análisis descriptivo de los datos a través del programa estadístico SPSS versión 18.0. Igualmente, se llevaron a cabo diversos análisis inferenciales aplicando la prueba de contrastes Chi-cuadrado. Las variables utilizadas para el análisis en este estudio han sido la práctica de AFD y el género. De este modo, en la presente investigación se ha incluido la correlación de las variables con un nivel de significación inferior a .05.

Resultados

En la figura 1 se muestran los resultados del análisis descriptivo acerca de los hábitos de alimentación del alumnado. Casi la mitad del alumnado la valora como "algo" sana y equilibrada, mientras que más del 40% la valora en términos positivos.

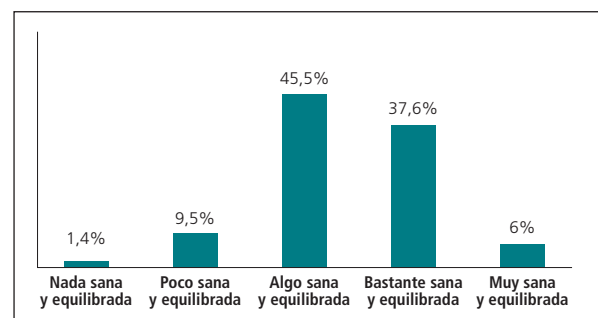


Figura 1. Valoración de hábitos de alimentación.

En relación al consumo de sustancias nocivas, se le preguntó al alumnado sobre el alcohol, el tabaco y otras drogas ilegales. Así, el alcohol aparece como la sustancia más consumida, especialmente de forma ocasional y durante los fines de semana. El tabaco es consumido por menor número de estudiantes pero de forma más habitual por quienes lo hacen, aunque más de la mitad del alumnado encuestado afirma no fumar nunca. En el caso de las drogas ilegales, la mayor parte de los alumnos señala no haberlas consumido nunca.

Tabla 4. Consumo de alcohol en función del género.

		Nunca	Lo he dejado	Ocasional	Fines de semana	Habitual	Total
Hombre	Frecuencia	63	20	209	170	54	516
	%	12,2%	3,9%	40,5%	32,9%	10,5%	100%
Mujer	Frecuencia	100	18	244	183	24	569
	%	17,6%	3,2%	42,9%	32,2%	4,2%	100%
Total	Frecuencia	163	38	453	453	353	1085
	%	15,0%	3,5%	41,8%	41,8%	32,5%	100%

* $p=,00$.

Tabla 5. Consumo de tabaco en función del género.

		Nunca	Lo he dejado	Ocasional	Fines de semana	Habitual	Total
Hombre	Frecuencia	353	31	42	8	82	516
	%	68,4%	6,0%	8,1%	1,6%	15,9%	100%
Mujer	Frecuencia	362	29	58	28	92	569
	%	63,6%	5,1%	10,2%	4,9%	16,2%	100%
Total	Frecuencia	715	60	100	36	174	1085
	%	65,9%	5,5%	9,2%	3,3%	16,0%	100%

* $p=,018$.

Tabla 6. Consumo de drogas ilegales en función del género.

		Nunca	Lo he dejado	Ocasional	Fines de semana	Habitual	Total
Hombre	Frecuencia	388	28	71	9	20	516
	%	75,2%	5,4%	13,8%	1,7%	3,9%	100%
Mujer	Frecuencia	511	14	29	8	7	569
	%	89,8%	2,5%	5,1%	1,4%	1,2%	100%
Total	Frecuencia	899	42	100	17	27	1085
	%	82,9%	3,9%	9,2%	1,6%	2,5%	100%

* $p=,00$.

En función del género se han obtenido diferencias significativas en el consumo de alcohol ($,00$), tabaco ($,018$) y drogas ilegales ($,00$), pero no en los hábitos de alimentación ($,055$). Atendiendo al consumo de sustancias, se puede observar en la tabla 4 que los chicos beben alcohol habitualmente en mayor medida que las chicas, siendo también el porcentaje de chicas que nunca ha tomado alcohol superior al de los chicos. Sin embargo el porcentaje de chicos y chicas que consumen alcohol los fines de semana es muy similar en ambos casos.

En la tabla 5 comprobamos que en torno al 16% de los chicos y las chicas fuman de manera habitual; sin embargo, ellas fuman más que ellos los fines de semana y de manera ocasional.

Respecto al consumo de drogas ilegales, la tabla 6 muestra que ellos señalan consumir sustancias de este tipo en mayor medida que ellas. Es superior el porcentaje de chicas que señalan no haber consumido nunca este tipo de sustancias. Sin embargo, el porcentaje de

chicos que toman drogas los fines de semana es muy similar al de las chicas.

También se han obtenido diferencias significativas en los hábitos de alimentación ($,00$), consumo de alcohol ($,03$) y tabaco ($,01$) en función de la práctica de AFD del alumnado. Las diferencias sin embargo no fueron significativas en el caso del consumo de drogas ($,053$).

Respecto a los hábitos de alimentación, se puede afirmar que los alumnos que realizan AFD consideran que tienen una alimentación más sana y equilibrada que quienes no practican. Así, mientras más de la mitad del alumnado activo valora su alimentación como “bastante” y “muy” sana y equilibrada, menos del 40% del alumnado inactivo la valora de ese modo, centrándose sus puntuaciones principalmente en el término medio, “algo” sana y equilibrada. Igualmente, las puntuaciones del alumnado inactivo en las valoraciones negativas, vuelven a ser más altas que las del alumnado activo.

Tabla 7. Valoración de hábitos de alimentación del alumnado activo e inactivo.

		Nada sana y equilibrada	Poco sana y equilibrada	Algo sana y equilibrada	Bastante sana y equilibrada	Muy sana y equilibrada	Total
Activos	Frecuencia	5	30	208	219	40	502
	%	1%	6%	41,1%	43,6%	8%	100%
Inactivos	Frecuencia	10	73	286	189	25	583
	%	1,7%	12,5%	49,1%	32,4%	4,3%	100%
Total	Frecuencia	15	103	494	408	65	1085
	%	1,4%	9,5%	45,5%	37,6%	6%	100%

* $p=.00$.

Tabla 8. Consumo de alcohol y tabaco del alumnado activo e inactivo.

Consumo de alcohol							
		Nunca	Lo he dejado	Ocasional	Fines de semana	Habitual	Total
Activos	Frecuencia	57	17	222	170	36	502
	%	11,4%	3,4%	44,2%	33,9%	7,2%	100%
Inactivos	Frecuencia	106	21	231	183	42	583
	%	18,2%	3,6%	39,6%	31,4%	7,2%	100%
Total	Frecuencia	163	38	453	353	78	1085
	%	15%	3,5%	41,8%	32,5%	7,2%	100%
Consumo de tabaco							
		Nunca	Lo he dejado	Ocasional	Fines de semana	Habitual	Total
Activos	Frecuencia	350	27	50	13	62	502
	%	69,7%	5,4%	10%	2,6%	12,4%	100%
Inactivos	Frecuencia	365	33	50	23	112	583
	%	62,6%	5,7%	8,6%	3,9%	19,2%	100%
Total	Frecuencia	715	60	100	36	174	1085
	%	65,9%	5,5%	9,2%	3,3%	16%	100%

* $p = .03$ ** $p = .01$.

Atendiendo al consumo de sustancias nocivas, no se han obtenido diferencias significativas en el consumo de drogas ilegales entre quienes practican AFD y quienes no lo hacen, pero sí en el consumo de alcohol y tabaco.

Como se puede observar en la tabla 8, el alumnado activo consume, de manera general, más alcohol que el alumnado inactivo. Aunque el porcentaje del alumnado que toma alcohol habitualmente es idéntico en ambos casos, aquellos que realizan AFD consumen alcohol de manera ocasional y durante el fin de semana en mayor medida que aquellos que no practican deporte.

Respecto al consumo de tabaco, el alumnado activo fuma en menor medida que el alumnado inactivo. Tan solo en el caso de quienes fuman ocasionalmente, los estudiantes que realizan AFD presentan un porcentaje de consumo algo mayor que los que no practican, siendo ambos porcentajes muy similares en el consumo durante el fin de semana.

Discusión

Casi la mitad del alumnado universitario de la hispalense valora su alimentación en términos positivos, mientras que el mismo porcentaje la considera como suficientemente sana y equilibrada. En la Universidad de Huelva (Castillo-Viera & Sáenz-López, 2008), el porcentaje del alumnado que valoró su alimentación en términos positivos (más del 80%) era casi el doble del alumnado sevillano, existiendo en el caso de los universitarios onubenses una percepción de mejores hábitos alimenticios.

También se observó en el análisis inferencial de la presente investigación que los estudiantes que realizan AFD señalan mejores hábitos de alimentación, más sanos y equilibrados, que aquellos que no practican, lo que concuerda con la premisa general de la práctica de AFD como factor que propicia hábitos positivos de vida. Jiménez et al. (2007) señalaban que

la práctica deportiva extraescolar predice de forma positiva y significativa la alimentación equilibrada y el respeto al horario de las comidas.

Estos datos coinciden con los obtenidos por Romaguera et al. (2011), en una investigación llevada a cabo con 2.051 estudiantes universitarios, donde comprobaron que el alumnado que practicaba AFD señalaba mantener una alimentación más variada y equilibrada que quienes no realizaban práctica alguna. En cambio, no hemos encontrado diferencias significativas en función del género. Jiménez et al. (2008) tampoco obtuvieron diferencias significativas en función del género. Sin embargo, comprobaron que el sobrepeso del alumnado universitario aumentaba con la edad, hecho que puede deberse en parte al descenso de práctica de AFD observado en determinadas franjas de edad (García-Ferrando, 2001, 2006; García-Ferrando & Llopis, 2011; Pavón, Moreno, Gutiérrez, & Sicilia, 2004; Romero, Carrasco, Sañudo, & Chacón, 2011; Ruiz-Juan, García-Montes, & Pieron, 2009; Serra, 2006; Trost, Kerr, Ward, & Rate, 2001; Van der Host, Paw, Twisk, & Van Mechelen, 2007; Wagner, Kein-Platat, Arveiler, Hann, Schiengler, & Simon, 2004; Welk, 1999). Por otra parte, en otras investigaciones, como la de Castillo et al. (2007), se han observado diferencias en la alimentación en función del género, siendo los chicos en este caso quienes consumían alimentos menos sanos que las chicas. También observaron diferencias interesantes en relación a la práctica deportiva, puesto que este factor se relacionaba, tanto en chicas como en chicos, con una alimentación más saludable y equilibrada. Aunque, en el caso concreto de los chicos que practicaban a mayor intensidad, existía una relación inversa, pues a mayor intensidad de práctica, menos saludable era la alimentación. Según estos autores, esto podría ser debido al mayor consumo energético de esta población, y por tanto a una mayor necesidad de ingesta de calorías a medida que aumenta la intensidad de la práctica.

El alcohol ha resultado ser la sustancia más consumida por los universitarios sevillanos, al igual que ocurre con el resto de la población española (OEDT, 2011). Según Ruiz-Juan, Ruiz-Risueño, De la Cruz, y García-Montes (2009), el consumo de alcohol durante los fines de semana disminuye conforme aumenta la edad, mientras que entre los jóvenes predomina un patrón de consumo de alcohol que se caracteriza por la concentración de la ingesta de bebidas alcohólicas en el fin de semana, teniendo un papel esencial en la estructuración del ocio y de sus relaciones sociales (OEDT, 2011; Sañudo et al., 2009). Más del 30% del alumnado universitario sevillano consume alcohol los fines de semana y algo más del 40% de manera oca-

sional. En la Universidad de Huelva (Castillo-Viera & Sáenz-López, 2008) se encontró un consumo superior pues, aunque el 24,5% bebía de manera ocasional, la mitad del alumnado consumía alcohol los fines de semana. En la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de León (Pérez, Requena, & Zubiaur, 2005), se observaron valores en el consumo habitual de alcohol inferiores a la media de la población universitaria, pues solo el 1% consumía alcohol a diario. Sin embargo, el consumo se disparaba durante el fin de semana, cuando más del 55% de dicho alumnado señalaba que bebía alcohol.

Resulta significativo que el alumnado sevillano que practica AFD consume alcohol habitualmente en la misma medida que el alumnado inactivo, pero resulta más llamativo aún que precisamente los estudiantes que realizan práctica deportiva consumen más alcohol de manera ocasional y durante el fin de semana que quienes no practican deporte.

Sañudo et al. (2009) en una investigación llevada a cabo con estudiantes sevillanos de educación secundaria, señalaban una tendencia hacia el menor consumo de alcohol por parte de quienes practicaban AFD. Por otra parte, Ruiz-Juan y Ruiz Risueño (2010), en otro estudio realizado con estudiantes de Educación Secundaria, señalaban que el consumo de alcohol va en aumento en función de la edad y la etapa educativa. Estos autores no encontraron diferencias significativas entre el consumo de alcohol y la práctica de AFD. Sin embargo, observaron que aquellos estudiantes que practicaban con mayor intensidad, señalaban consumir más unidades de alcohol a la semana. En la misma línea que los resultados obtenidos en la presente investigación encontramos datos procedentes de otros estudios en poblaciones universitarias, como el de Ruiz-Juan et al. (2009). En dicha investigación, a pesar de que el alumnado sedentario era abstemio en mayor medida, el alumnado activo tomaba más alcohol los fines de semana y de manera ocasional, sin obtenerse en este caso diferencias significativas en función de la frecuencia o la intensidad de la práctica. Por otro lado, Yusko et al. (2011) señalaron que los universitarios deportistas habían consumido más alcohol en el último año que los no deportistas. Asimismo, señalaban que mientras que el alumnado deportista tiene menos oportunidad de tomar alcohol o no lo consume de manera tan frecuente como los que no practican deporte, cuando tienen la oportunidad, principalmente de forma ocasional y durante los fines de semana, presentan una ingesta de alcohol superior a la de sus compañeros sedentarios.

Es importante señalar que en la etapa universitaria la influencia de los otros significativos, compañeros y amigos, puede ser hasta más acuciante que en la adoles-

encia. Incluso muchos jóvenes se ausentan del hogar familiar y comparten más ratos con compañeros y amigos que con sus propias familias. Esa referencia creada dentro del grupo de iguales puede influir de manera notable en las conductas y normas del grupo (Balaguer, 2002). La influencia del entorno inmediato, la imitación de conductas entre amigos y compañeros, la búsqueda de la aceptación así como las oportunidades de socialización que se producen en ambientes festivos donde el alcohol suele ser una constante socialmente aceptada, puede derivar en un mayor consumo de alcohol.

A partir de todos estos datos, sería interesante continuar esta línea de investigación analizando si se produce un cambio en el hábito de consumo de alcohol de los estudiantes que realizan AFD, desde su paso por la Educación Secundaria hasta sus estudios universitarios, para comprobar si el patrón de consumo, especialmente de manera ocasional y los fines de semana, aumenta conforme se hacen mayores, se insertan en el ámbito universitario y disponen de mayor número de oportunidades de socialización en las que alcohol puede jugar un papel muy importante. También sería interesante analizar, de manera más profunda, si verdaderamente la frecuencia de práctica o la intensidad de la misma, determinan en alguna medida el consumo de alcohol. Quizá, la práctica de AFD no pueda considerarse por sí misma un factor protector ante determinados hábitos y conductas, pues existen numerosos factores que influyen en el desarrollo de hábitos y conductas orientados hacia la salud.

Por otra parte, en relación al consumo de alcohol y el género, se ha observado que los chicos beben más alcohol que las chicas de manera habitual. Sin embargo, los porcentajes se igualan en el consumo de alcohol durante el fin de semana, e incluso llega a ser algo superior el porcentaje de chicas que consumen alcohol ocasionalmente frente a los chicos. Numerosas investigaciones señalan un consumo de alcohol más elevado, con carácter general, de los hombres frente a las mujeres (Jiménez et al., 2008; OEDT, 2009; Ruiz-Juan & García-Montes, 2005; Ruiz-Juan & Ruiz-Risueño, 2010; Simpson, Brehm, Rasmussen, Ramsay, & Probst, 2002).

Sin embargo, según la última Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España (OEDT, 2009), y en coincidencia con los datos del presente estudio, se ha observado una tendencia ascendente que vienen mostrando las mujeres jóvenes desde 2001, por la que han ido progresivamente aumentando los niveles de consumo de alcohol. De hecho, según esta misma fuente, el grupo de edad de 15 a 24 años de la población española es el único en el que el porcentaje de mujeres consideradas como bebedoras de riesgo es superior al

de hombres. De este modo, no encontramos una postura clarificadora en este sentido, pues los datos de diferentes investigaciones se contradicen a menudo. Así, en algunas poblaciones universitarias se ha observado un mayor consumo de alcohol por parte de los chicos, tanto de manera ocasional como los fines de semana (Ruiz-Juan et al., 2009), mientras que en otras, las chicas superan a los chicos en el consumo de alcohol ocasional y durante el fin de semana, como es el caso del presente estudio y de otras investigaciones (Jiménez-Muro et al., 2009). Según la evolución de los datos de la Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España (OEDT, 2009, 2007, 2005) en los últimos años, parece ser que las chicas están aumentando el nivel de consumo de alcohol, acercándose cada vez más al de los chicos. Sin embargo, se trata de un patrón de consumo más social, centralizado principalmente en los fines de semana y ocasiones especiales. Este caso se asemeja en cierto modo al tipo de consumo de alcohol que señalamos previamente en relación a la alta tasa de deportistas que consumían alcohol. Estas chicas tienen menos oportunidades de consumir alcohol (pues de manera general no lo toman tan a diario como los chicos), pero cuando el alcohol se asocia a un ambiente festivo dentro de una determinada situación social, como pueden ser ocasiones especiales y fines de semana, las chicas presentan una ingesta superior a la de sus compañeros.

El tabaco es consumido por menor número de estudiantes sevillanos que el alcohol, pero de forma más habitual por quienes lo hacen, pues el 16% del alumnado fuma habitualmente. Este porcentaje es inferior al obtenido por Castillo-Viera y Sáenz-López (2008) en la Universidad de Huelva, donde el 31,5% de los universitarios señalaba fumar habitualmente, y también se encuentra por debajo del 31,8% de la población española que señalaba fumar a diario en la última Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España (OEDT, 2009).

En la Universidad de Zaragoza, el porcentaje de fumadores ha ido disminuyendo en los últimos años. Nerín et al. observaron que en 2004, el 30% de los encuestados eran fumadores habituales, mientras que en el año 2009 en esta misma universidad (Jiménez-Muro et al., 2009), solo el 17,3% señalaba fumar a diario y el 13,5% de manera ocasional.

En cuanto al consumo de tabaco y la práctica deportiva, los universitarios sevillanos que practican AFD fuman en menor medida que los universitarios sedentarios. Sin embargo, durante el fin de semana, apenas existen diferencias entre el consumo de activos y sedentarios, superando los estudiantes activos a los sedentarios en el consumo ocasional de tabaco. En algunas investigaciones (Castillo-Viera & Sáenz-López,

2008; Jiménez et al., 2008; Nerín et al., 2004) no se han obtenido diferencias significativas en el consumo de tabaco entre población activa y sedentaria, mientras que en otras, se ha comprobado que el alumnado que practica deporte fuma menos que el alumnado inactivo (De la Cruz et al., 2008a; Romaguera et al., 2011; Ruiz-Juan et al., 2009), sin haberse llegado a obtener diferencias significativas entre el consumo de tabaco y el nivel de práctica de AFD (Ruiz-Juan et al., 2009).

En cuanto al género, hemos comprobado que las chicas sevillanas fuman más que los chicos. Apenas se observan diferencias en el consumo habitual de tabaco, sin embargo, son ellas las que fuman más los fines de semana y de manera ocasional. En la Universidad de Zaragoza (Nerín et al., 2004), por el contrario, se observó un mayor consumo de tabaco por parte de los chicos sobre las chicas, mientras que Jiménez et al. (2008) y Romaguera et al. (2011), no encontraron diferencias significativas en función del género en el consumo de tabaco. Según el OEDT (2009), el consumo diario de tabaco es más alto en hombres que en mujeres, aunque en el grupo de edad de 15 a 24 años las diferencias se minimizan. Otros investigadores como Jiménez-Muro et al. (2009), o De la Cruz et al. (2008a) han señalado un mayor consumo de tabaco por parte de las chicas, tanto en ocasiones como de manera habitual, por lo que en este aspecto parece que tampoco podemos encontrar una tendencia más o menos estable o definida en el consumo de esta sustancia.

En cuanto al consumo de drogas ilegales, más del 80% de los universitarios sevillanos no ha probado nunca este tipo de sustancias, porcentaje bastante por encima del 58,1% del alumnado universitario onubense que señalaba no haber consumido nunca drogas ilegales (Castillo-Viera & Sáenz-López, 2008). Según la Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España (OEDT, 2011), el grupo de jóvenes de 15 a 34 años señalaron el mayor consumo de drogas ilegales como el cannabis (19,4%), la cocaína en polvo (4,3%) y el éxtasis (1,8%) en el último año.

Pastor et al. (2006), encontraron que aquellos jóvenes que practicaban deporte informaban de un menor consumo de sustancias nocivas, entre ellas drogas ilegales, que los jóvenes inactivos. Yusko et al. (2011) también observaron un menor consumo de marihuana del alumnado activo frente al inactivo. En la presente investigación, sin embargo, no se han obtenido diferencias significativas en el índice de consumo en función de la práctica de AFD del alumnado.

Las diferencias de género muestran que ellos consumen más drogas ilegales que ellas tanto de manera habitual como los fines de semana o en ocasiones determinadas. Sin embargo, el consumo durante fines

de semana es muy similar entre ambos grupos, encontrándose las mayores diferencias en el consumo ocasional, donde más del doble de chicos que de chicas consume estas sustancias.

Según el Observatorio Español sobre Drogas (OEDT, 2011) el consumo de drogas ilegales está bastante más extendido entre los hombres que entre las mujeres, en todos los grupos de edad y para todos los periodos de consumo, siendo la principal droga consumida en el grupo de jóvenes de 15 a 24 años el cannabis.

Conclusiones

El alumnado de la Universidad de Sevilla señala que mantiene unos adecuados hábitos de alimentación, señalando quienes practican AFD mejores hábitos que el alumnado inactivo.

El alcohol es la sustancia consumida por mayor número de estudiantes, especialmente de manera ocasional y durante los fines de semana. El tabaco es la sustancia que consumen de manera más habitual, mientras que las drogas ilegales apenas son consumidas por el alumnado.

Los chicos beben más alcohol que las chicas de manera habitual, aunque apenas existen diferencias en el consumo durante el fin de semana. Respecto al consumo de tabaco, las chicas sevillanas fuman más que los chicos, especialmente los fines de semana y de manera ocasional, mientras que en el consumo de drogas ilegales son los hombres quienes consumen estas sustancias en mayor medida que las mujeres.

En cuanto a la práctica de AFD, alumnado activo e inactivo consume alcohol habitualmente en porcentajes muy similares, mientras que precisamente los estudiantes que realizan práctica deportiva consumen más alcohol de manera ocasional y durante el fin de semana que quienes no practican deporte. El alumnado activo fuma en menor medida que el inactivo, pero el porcentaje de fumadores durante el fin de semana es muy similar en ambos grupos, superando el alumnado activo a los sedentarios en el consumo ocasional.

En función de todos los datos obtenidos, no podemos confirmar la tendencia señalada por numerosos autores (De la Cruz et al., 2008a; Jiménez-Muro et al., 2009; Steptoe et al., 2002) por la que la práctica de AFD se concibe como un factor protector hacia determinados hábitos negativos pues, como han señalado Castillo et al. (2007), las prácticas físico-deportivas no poseen los mismos efectos en todas las conductas ni se relacionan de manera consistente con las conductas de salud, pudiendo variar en función de la población, el género y otras muchas variables.

BIBLIOGRAFÍA

- Balaguer, I. (2002). *Estilos de vida en la adolescencia*. Valencia: Promolibro.
- Bostwick, G. J., & Kytte, N. S., (2005). Measurement. En R. M. Grinnell & Y. A. Unrau (Eds.), *Social work: Research and evaluation. Quantitative and qualitative approaches* (pp. 97-111). New York: Oxford University Press.
- Candel, N., Olmedilla, A., & Blas, A. (2008). Relaciones entre la práctica de actividad física y el autoconcepto, la ansiedad y la depresión en chicas adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 8(1), 61-77.
- Castañeda, C. (2012). *Hábitos de práctica de actividad físico-deportiva del alumnado de la Universidad de Sevilla* (Tesis Doctoral inédita). Universidad de Sevilla, Sevilla.
- Castillo-Viera, E., & Sáenz-López, P. (2008). *Práctica de actividad física y estilo de vida del alumnado de la Universidad de Huelva*. Huelva: Servicio de publicaciones de la Universidad de Huelva.
- Castillo, I., & Balaguer, I. (2002). Relaciones entre las conductas del estilo de vida en la adolescencia temprana. En I. Balaguer (Ed.), *Estilos de vida en la adolescencia* (pp. 209-227). Valencia: Promolibro.
- Castillo, I., Balaguer, I., & García-Merita, M. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 201-210.
- Colás, M. P. (1998). Paradigmas de investigación educativa. En M. P. Colás & L. Buendía (Eds.), *Investigación Educativa* (pp. 43-68). Sevilla: Ediciones Alfar.
- De la Cruz, E., Ruiz-Juan, F., Ruiz-Risueño, J., Flores, G., Olivares, A., & Cañadas, M. (2008a). La cantidad de actividad física durante el tiempo libre como elemento mediador en el consumo habitual de tabaco en escolares de ESO almerienses. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 3, 91.
- De la Cruz, E., Ruiz-Juan, F., Ruiz-Risueño, J., Flores, G., Olivares, A., & Cañadas, M. (2008b). Consumo de alcohol durante fines de semana en universitarios almerienses activos en función del carácter de la modalidad deportiva practicada. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 3, 100.
- Ford, J. A. (2007). Substance use among college athletes: A comparison based on sport/team affiliation. *Journal of American College Health*, 55(6), 367-373.
- García-Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte. Prácticas y comportamientos de la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura. Consejo Superior de Deportes.
- García-Ferrando, M. (2006). *Postmodernidad y deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles 2005*. Madrid: CSD/CIS.
- García-Ferrando, M., & LLopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: CIS/CSD.
- Hernández, R. S., Fernández-Collado, C., & Baptista, P. (2006). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- Jiménez, M., Martínez, P., Miró, E., & Sánchez, A. (2008). Bienestar psicológico y hábitos saludables: ¿Están asociados a la práctica de ejercicio físico? *International Journal of Clinical Health Psychology*, 8(1), 185-202.
- Jiménez, R., Cervelló, E., García-Calvo, T., Santos-Rosa, F. J., & Iglesias-Gallego, D. (2007). Estudio de las relaciones entre motivación, práctica deportiva extraescolar y hábitos alimenticios y de descanso en estudiantes de Educación Física. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(2), 385-401.
- Jiménez-Muro, A., Beamonte, A., Marqueta, A., Gargallo, P., & Nerin, I. (2009). Consumo de drogas en estudiantes universitarios de primer curso. *Adicciones*, 21(1), 21-28.
- Lowenthal, K. M. (2001). *An introduction to psychological tests and scales*. Hove and New York: Psychology Press.
- McMillan, J. H. (2008). *Assessment essentials for standards-based education*. New York: Corwin Press.
- Muñoz, J., & Delgado, M. (Coord.), (2010). *Guía de recomendaciones para la promoción de la actividad física*. Sevilla: Junta de Andalucía. Consejería de Salud.
- Nerín, I., Crucelaegui, A., Novella, P., Ramón y Cajal, P., Sobradriel, N., & Gericó, R. (2004). Encuesta sobre tabaquismo en estudiantes universitarios en relación con la práctica de ejercicio físico. *Archivos de Bronconeumología*, 40(1), 5-9.
- Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2011). *Situación y tendencias de los problemas de drogas en España*. (Informe 2011). Recuperado de <http://www.pnsd.msc.es/Categoria2/observa/pdf/oed2011.pdf>
- Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2005). *Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España (EDADES)*. (Informe 2005). Recuperado de www.pnsd.msc.es/Categoria2/observa/pdf/Domiciliaria2005.pdf
- Observatorio Español de la Droga y las Toxicomanías. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2007). *Encuesta Domiciliaria sobre Alcohol y Drogas en España (EDADES)*. (Informe 2007). Recuperado de www.pnsd.msc.es/Categoria2/observa/pdf/EDADES_2009.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2003). *Information sheets: Physical activity*. Recuperado de www.who.int/dietphysicalactivity/media/en/gfsfs_pa.pdf
- Pastor, Y., Balaguer, I., & García-Merita, M. L. (2006). Relaciones entre el autoconcepto y el estilo de vida saludable en la adolescencia media: un modelo exploratorio. *Psychothema*, 18, 18-24.
- Pavón, A., Moreno, J. A., Gutiérrez, M., & Sicilia, A. (2004). Motivos de práctica físico-deportiva según la edad y el género en una muestra de universitarios. *Apunts: Educación física y deportes*, 76, 13-21.
- Pérez, D., Requena, C., & Zubiaur, M. (2005). Evolución de motivaciones, actitudes y hábitos de los estudiantes de la facultad de ciencias de la actividad física y del deporte de la Universidad de León. *European Journal of Human Movement*, 14, 65-79.
- Pieron, M., Ruiz-Juan, J., & García-Montes, M. E. (2009). *Actividad física y estilos de vida saludables*. Sevilla: Wanceulen.
- Reverter, J., & Jové, M. C. (2012). Beneficios neurocognitivos de la educación física en la salud infantil, una nueva línea de investigación. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 8(7), 67-69.
- Romaguera, D., Tauler, P., Bennasar, M., Pericas, J., Moreno, C., Martínez, S., ... Aguiló, A. (2011). Determinants and patterns of physical activity practice among Spanish university students. *Journal of Sport Sciences*, 29(9), 989-997.
- Romero, S., Carrasco, L., Sañudo, B., & Chacón, F. (2010). Actividad física y percepción del estado de salud en adultos sevillanos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 10(39), 380-392.
- Ruiz-Juan, F., De la Cruz, E., Ruiz-Risueño, J. R., & García-Montes, M. E. (2009). Consumo de tabaco y práctica física de la población adulta. En F. Ruiz-Juan, M. E. García-Montes & M. Piéron. (Eds.), *Actividad Física y Estilos de Vida saludables* (pp. 205-211). Sevilla: Wanceulen.
- Ruiz-Juan, F., & García-Montes, M. E. (2005). *Hábitos saludables y estilos de vida de los almerienses*. Almería: Servicio de Publicaciones de Almería.
- Ruiz, F., García, M. E., & Piéron, M. (2009). *Actividad física y estilos de vida saludables. Análisis de los determinantes de la práctica en adultos*. Sevilla: Wanceulen.
- Ruiz-Juan, F., & Ruiz-Risueño, J. R. (2010). Ingesta de alcohol y práctica de actividad físico-deportiva en jóvenes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10(38), 302-322.
- Ruiz-Juan, F., Ruiz-Risueño, J. R., De la Cruz, E., & García-Montes, M. E. (2009). Consumo de alcohol y práctica física de la población adulta. En F. Ruiz-Juan, M. E. García-Montes & M. Piéron. (Eds.), *Actividad Física y Estilos de Vida saludables* (pp. 197-204). Sevilla: Wanceulen.
- Sañudo, B., de Hoyo, M., & Corral, J. A. (2009). Estilo de vida de adolescentes sevillanos: Actividad física y consumo de alcohol. *Tándem: Didáctica de la educación física*, 31, 62-70.
- Serra, J. R. (2006). Estudio epidemiológico de los niveles de actividad física en los estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. *Apunts: Educación Física y Deporte*, 83, 25-34.

- Simpson, W. F., Brehm, H. N., Rasmussen, M. L., Ramsay, J., & Probst, J. C. (2002). Health and fitness profiles of collegiate undergraduate students. *Journal of Exercise Psychology, 5*, 14-27.
- Stephoe, A., Wardle, J., Cui, W., Bellisle, F., Zotti, A., Baranyai, R., Sanderman, R. (2002). Trends in smoking, diet, physical exercise, and attitudes toward health in European university students from 13 countries, 1990-2000. *Preventive Medicine, 35*(2), 97-104.
- Telama, R., Yang, X., Viikari, J., Välimäki, I., Wanne, O., & Raitakari, O. (2005). Physical activity from childhood to adulthood: A 21 year tracking study. *American Journal of Preventive Medicine, 28*(3), 267-273.
- Tercedor, P., Martín-Matillas, M., Chillón, P., Pérez López, I. J., Ortega, F. B., Wärnberg, J., ...Delgado, M. (2007). Incremento del consumo de tabaco y disminución del nivel de práctica de actividad física en adolescentes españoles. *Nutrición Hospitalaria, 22*, 89-94.
- Trost, S. G., Kerr, L. M., Ward, D. S., & Pate, R. R. (2001). Physical activity and determinants of physical activity in obese and non-obese children. *International Journal of Obesity, 25*, 812-829.
- Van der Host, K., Paw, M. S., Twisk, J. W., & Van Mechelen, W. (2007). A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Medicine and Science in Sport Exercise, 39*(8), 1241-1250.
- Wagner, A., Kein-PLat, C., Arveiler, D., Haan, M. C., Schiengler, J. L., & Simon, C. (2004). Parent-child physical activity relationships in 12 year old French students do not depend on family socioeconomic status. *Diabetes and Metabolism, 30*, 359-366.
- Warburton, D., Nicol, C. W., & Bredin, S. (2006). Health benefits of physical activity: The evidence. *Canadian Medical Association Journal, 174*(6), 801-809.
- Welk, G. J. (1999). The youth physical activity promotion model: A conceptual bridge between theory and practice. *Quest, 51*, 5-23.
- Yusko, D., Buckman, J., White, H., & Pandina, R. (2011). Alcohol, tobacco, illicit drugs, and performance enhancers: A comparison of use by college student athletes and nonathletes. *Journal of American College Health, 57*(3), 281-289.