

Universidad del Sureste Licenciatura en Medicina Humana

Autores:

Rosario Lara Vega

Antonia Berenice Vázquez Santiz

Tema de investigación:

Alcoholismo en los estudiantes de Medicina Humana en la Universidad
Del Sureste.

Asesor del proyecto:

Dr. Erick José Villatoro Verdugo

Fecha:

14-11-25

Lugar:

Comitán de Domínguez, Chiapas.

Rosario Lara Vega.

Antonia Berenice Vázquez Santiz.

Noviembre 2025.

Universidad del sureste, campus Comitán.

Medicina Humana.

Seminario de tesis.

Copyright © 2025 por Rosario Lara y Antonia Berenice Vásquez. Todos los derechos reservados.

Dedicatoria

Queremos dedicar esta tesina en primer lugar a Dios, a nuestros padres por su amor, apoyo y por forjarnos como la persona que somos actualmente, a nuestros hermanos y a todos los que nos rodean por ser mejores seres humanos día con día.

Agradecimientos

En primer lugar quiero agradecer a la universidad por prestarnos sus instalaciones y brindarnos el apoyo para poder realizar esta tesina y por ultimo pero no menos importante, quiero agradecer a mi asesor el Dr. Villatoro Verdugo Erick José por enseñarnos y sobre todo brindarnos de sus grandes conocimientos para poder concluir satisfactoriamente esta tesis.

RESUMEN:

El consumo de alcohol entre estudiantes de Medicina Humana representa una problemática relevante en el ámbito universitario y de la salud pública. Diversas investigaciones reportan una alta prevalencia de consumo, influida por factores como el estrés académico, la presión social y la normalización cultural del alcohol. A pesar de poseer conocimientos médicos sobre los efectos nocivos de su ingesta, muchos estudiantes subestiman los riesgos asociados, manteniendo patrones de consumo frecuente o riesgoso. Esta conducta repercute negativamente en el rendimiento académico, el bienestar físico y mental, y puede comprometer la formación ética y profesional del futuro médico. El consumo excesivo de alcohol también se asocia con alteraciones cognitivas, trastornos emocionales y conductas de riesgo. Frente a esta situación, se hace necesario fortalecer las estrategias institucionales de prevención y promoción de la salud, enfocadas en el manejo del estrés, el autocuidado y la detección temprana del consumo problemático. Promover estilos de vida saludables durante la formación médica es esencial para garantizar el bienestar estudiantil y el ejercicio profesional responsable.

ABSTRACT:

Alcohol consumption among medical students represents a significant issue within both university environments and public health. Various studies report a high prevalence of alcohol use, influenced by factors such as academic stress, social pressure, and the cultural normalization of drinking. Despite possessing medical knowledge about the harmful effects of alcohol, many students underestimate its risks and maintain frequent or hazardous consumption patterns. This behavior negatively impacts academic performance, physical and mental well-being, and may compromise the ethical and professional development of future physicians. Excessive alcohol intake is also associated with cognitive impairments, emotional disorders, and risky behaviors. In response to this situation, it is essential to strengthen institutional strategies for prevention and health promotion, focusing on stress management, self-care, and early detection of problematic consumption. Encouraging healthy lifestyles during medical training is crucial to ensure student well-being and the responsible practice of the medical profession.

Tabla de Contenidos

Planteamiento del problema.....	2
Pregunta de investigación	3
Importancia, justificación y viabilidad.	4
Variables	5
1. Objetivo general.....	10
2. Objetivos específicos	10
Fundamentación de la investigación.....	12
1. Antecedentes.....	12
2. Marco Teórico.....	13
Alcoholismo en los estudiantes de Medicina Humana en la Universidad Del Sureste.	13
Epidemiología del consumo de alcohol en estudiantes de Medicina Humana	15
Factores de riesgo en estudiantes de Medicina Humana relacionados con el alcoholismo	16
Consecuencias del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana	17
Consecuencias en la salud física y mental.	18
Consecuencias académicas.	18
Consecuencias sociales.	18
Consecuencias profesionales.	18
El alcoholismo como paradoja en los futuros médicos.....	18
Prevención e intervención en el alcoholismo universitario en estudiantes de Medicina Humana	19
Prevención.....	19
Intervención.	20
Marco legal y normativo	20
Perspectiva de los estudiantes de Medicina sobre el alcoholismo	21
Propuestas de intervención para el alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana	21
Intervenciones educativas	22
Prevención y promoción de hábitos saludables	22
Intervenciones psicológicas y de apoyo.....	22
Capacitación de docentes y personal administrativo en el manejo del alcoholismo en estudiantes de Medicina.....	23
Derivación a servicios de salud universitaria o externos en estudiantes de Medicina con consumo problemático de alcohol	24
Tratamiento, confidencialidad y apoyo académico en estudiantes de Medicina con alcoholismo	25
Confidencialidad:.....	26
Marco Normativo.....	27
NOM-028-SSA2-2009: Prevención, tratamiento y control de las adicciones:	27
Ley General de Salud:.....	27

Población.....	28
Muestra	28
Técnicas e Instrumentos de recolección de datos	30
Cronograma.....	31
Bibliografías:.....	32
CROQUIS:	34

Título de investigación.

Alcoholismo en los estudiantes de Medicina Humana en la Universidad Del Sureste.

Planteamiento del problema.

Se ha observado entre los estudiantes de Medicina Humana en la Universidad Del Sureste los siguientes factores asociados que son, estrés académico, presión social y disfunción familiar. Analizar esta situación permite identificar factores predisponentes, patrones de consumo y consecuencias potenciales, contribuyendo a generar estrategias preventivas que protejan su salud integral y su desempeño académico. El consumo de alcohol entre los jóvenes universitarios se ha convertido en un fenómeno preocupante, especialmente en carreras de alta exigencia como Medicina. Los estudiantes de esta área suelen enfrentar altos niveles de estrés, presión académica y cargas horarias extensas, factores que pueden propiciar el consumo de bebidas alcohólicas como mecanismo de escape o relajación. En la Universidad del Sureste (UDS), esta situación no es ajena, ya que se observa un incremento en el consumo de alcohol entre los estudiantes de Medicina, lo cual puede afectar su rendimiento académico, su salud física y mental, e incluso su futura práctica profesional.

A pesar de que el alcoholismo es reconocido como un problema de salud pública, dentro de la UDS no existen suficientes estudios que determinen la magnitud del consumo ni los factores que lo motivan en la comunidad médica estudiantil. Esta falta de información dificulta la creación de programas de prevención y apoyo institucional que promuevan hábitos saludables y una cultura de autocuidado. Por ello, surge la necesidad de investigar el nivel de consumo de alcohol en los estudiantes de Medicina de la UDS, identificar sus principales causas y comprender las consecuencias que esta práctica puede tener en su formación académica y personal.

Pregunta de investigación.

¿Cómo se relaciona el nivel de estrés académico y el ambiente familiar con el consumo de alcohol en estudiantes de medicina en el periodo de Septiembre-Noviembre 2025?

Importancia, justificación y viabilidad.

La importancia hace énfasis en el impacto que tiene el problema que se estudia generalmente en forma negativa y lo que se pretende (cambiar, anular, obtener y/o conocer) con la investigación

- La **importancia** de esta investigación es el alcoholismo que representa un problema de salud pública que impacta no solo a nivel individual, sino también social, académico y profesional. En el contexto de los estudiantes de Medicina Humana, esta problemática adquiere mayor relevancia, ya que estos futuros profesionales de la salud están llamados a promover estilos de vida saludables y a actuar como modelos en la prevención de conductas de riesgo. Sin embargo, la presión académica, el estrés asociado a la formación médica y la exposición a ambientes sociales donde el consumo de alcohol se normaliza pueden aumentar la vulnerabilidad hacia el abuso y la dependencia.
- La **justificación** por la visibilizar y atender una conducta que puede repercutir directamente en la calidad de vida y en el futuro desempeño profesional de los alumnos. Conocer la magnitud del problema y sus determinantes permitirá diseñar programas de intervención temprana, educación para la salud y apoyo psicosocial que fomenten el autocuidado y la responsabilidad profesional. Además, los datos obtenidos servirán como referencia para las autoridades universitarias y del área de la salud, aportando evidencia científica local que favorezca la toma de decisiones y la implementación de políticas internas enfocadas en la prevención y el manejo del consumo de alcohol en el ámbito estudiantil.
- La **viabilidad** de este estudio radica en la accesibilidad a la población objetivo, conformada por estudiantes de Medicina Humana de la Universidad del Sureste, quienes se encuentran en un entorno académico definido y con disposición a participar en investigaciones que promuevan su bienestar. La institución cuenta con canales de comunicación y estructuras organizativas que facilitan la recolección de datos, tales como encuestas anónimas y voluntarias. Asimismo, el tema se enmarca dentro de las prioridades de salud pública y universitaria, lo que aumenta la disposición institucional para apoyar la investigación. El uso de herramientas metodológicas validadas y la factibilidad de aplicar análisis estadísticos adecuados fortalecen la posibilidad de obtener resultados confiables y aplicables en la práctica.

Variables.

1. Identificación.

Variables:	Tipo de variable:	Definición conceptual:	Definición operacional:
Alcohol	Dependiente	Sustancia psicoactiva que puede causar dependencia y múltiple daño al cuerpo	Se incluirá la cantidad de alcohol que una persona consume en un periodo determinado
Estudiantes de Medicina	Dependiente	Es alguien que se adentra en una carrera altamente exigente que combina ciencias, humanidades y práctica clínica.	Se incluirá la ética, comunicación efectiva, razonamiento crítico, disciplina y resiliencia
Edad	Dependiente	Es el tiempo que ha vivido una persona.	Se incluirá a todas las personas que brinden cuantos años de edad tienen y se excluirán a todos aquellos que no brinden información certera y concreta.
Sexo	Dependiente	El conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción.	Se incluirá a todos los estudiantes que describan estar estresados por motivos de su carrera (enojados, tristes, contentos, preocupados, angustiados, etcétera) y se excluirá a todos los estudiantes que describan que jamás han sentido estrés por motivo de su carrera.

Ansiedad	Dependiente	Caracterizada por sentimientos de tensión, preocupación y cambios fisiológicos, como el aumento del ritmo cardíaco, sudoración y dificultad para concentrarse.	Es una respuesta emocional natural ante una situación percibida como amenazante o estresante.
Insomnio	Dependiente	Trastorno caracterizado por la dificultad para iniciar o mantener el sueño.	Es cuando una persona no puede dormir bien, aunque quiera y aunque tenga tiempo para hacerlo.
Estrés	Dependiente	Respuesta fisiológica y psicológica del organismo ante demandas internas o externas.	Presión, preocupados o cuando tenemos muchas responsabilidades y sentimientos que no podemos controlar.
Lugar de Residencia	Dependiente	Espacio físico o geográfico donde una persona habita de forma permanente o habitual.	Es un lugar en donde una persona vive la mayor parte del tiempo.
Autoestima	Dependiente	Valoración subjetiva que una persona tiene sobre sí misma, en cómo se percibe.	Es como te sientes contigo mismo.
Depresión	Dependiente	Trastorno de ánimo caracterizado por una profunda y persistente sensación de tristeza.	Una persona que se siente muy triste, vacía, sin ganas de hacer nada durante varios días o semanas

2. Definición conceptual y definición operacional.

Sexo: Se definirá como la condición que nos distingue entre hombres y mujeres, y se incluirá a todos aquellos que señalen pertenecer a una de estas dos categorías hombre o mujer y se excluirá aquellos que declaren pertenecer a otra definición sexual; para la obtención de información se utilizara el cuestionario preestablecido, y se medirá en los criterios ya establecidos como: a.-Hombre b.-Mujer.

Edad: Se definirá como el tiempo que ha vivido una persona, se incluirá a todas las personas que brinden cuantos años de edad tienen y se excluirán a todos aquellos que no brinden información certera y concreta.

Estrés: Se definirá estrés como aquella tensión ya sea física o emocional que es ocasionado por cualquier situación que nos haga sentir preocupados, enojados o disgustados. Se incluirá a todos los estudiantes que describan estar estresados por motivos de su carrera (enojados, tristes, contentos, preocupados, angustiados, etcétera) y se excluirá a todos los estudiantes que describan que jamás han sentido estrés por motivo de su carrera.

Alcohol: Se definirá al alcohol como una sustancia psicoactiva con propiedades depresoras del sistema nervioso central, capaz de generar dependencia. El alcohol etílico (etanol) es el único tipo de alcohol presente en las bebidas alcohólicas y su consumo excesivo constituye un factor de riesgo significativo para más de 200 enfermedades y trastornos, incluyendo cirrosis hepática, diversos tipos de cáncer, enfermedades cardiovasculares y trastornos neuropsiquiátricos.

Estudiantes de medicina: Se definirá estudiantes de medicina como una persona inscrita formalmente en una institución de educación superior con un plan de estudios acreditado en el área de ciencias de la salud, cuyo objetivo es adquirir los conocimientos, habilidades, actitudes y valores necesarios para ejercer la práctica médica de manera ética y profesional.

Ansiedad: Se definirá en una respuesta emocional y fisiológica caracterizada por una sensación de aprensión, miedo o inquietud anticipatoria frente a situaciones percibidas como amenazantes, incluso cuando no existe un peligro real inminente.

Insomnio: Se definirá como un trastorno del sueño caracterizado por la dificultad para iniciar o mantener el sueño, o por despertarse precozmente, que se presenta de manera persistente y genera malestar clínicamente significativo o deterioro en el funcionamiento social, ocupacional, académico u otras áreas importantes.

Lugar de residencia: Se definirá como el sitio geográfico donde una persona vive de manera habitual, estable y continua, independientemente de que se trate de un domicilio propio, rentado, familiar o institucional.

Autoestima: Se definirá como la valoración, percepción y actitud que una persona tiene hacia sí misma, que incluye sentimientos de autovaloración, competencia, dignidad y respeto propio. Refleja la manera en que un individuo se reconoce, acepta y aprecia sus capacidades, características y limitaciones.

Depresión: Se definirá como un trastorno del estado de ánimo caracterizado por una tristeza persistente, pérdida de interés o placer en actividades previamente disfrutadas, acompañado de alteraciones cognitivas (dificultad para concentrarse, sentimientos de culpa o inutilidad), cambios en el apetito y el sueño, fatiga, y, en casos graves, ideas de muerte o suicidio.

Hipótesis principal:

El consumo excesivo de alcohol se asocia con un mayor riesgo de alteraciones emocionales y académicas en estudiantes de Medicina, incrementando la incidencia de ansiedad, depresión e insomnio.

Hipótesis secundarias:

1. Los estudiantes de Medicina que consumen alcohol con frecuencia presentan mayores niveles de ansiedad que aquellos que no lo consumen.
2. El consumo de alcohol en estudiantes de Medicina se asocia con un aumento de los síntomas de depresión.
3. El alcoholismo en estudiantes de Medicina está relacionado con un mayor riesgo de insomnio y alteraciones del sueño.
4. El consumo excesivo de alcohol disminuye el rendimiento académico de los estudiantes de Medicina.
5. Los estudiantes de Medicina con antecedentes familiares de consumo de alcohol tienen mayor probabilidad de desarrollar hábitos de consumo propio.
6. La presión académica y estrés en la carrera de Medicina incrementa la tendencia al consumo de alcohol entre los estudiantes.
7. Los estudiantes de Medicina que consumen alcohol presentan más dificultades en el manejo de emociones y control de impulsos.
8. El consumo de alcohol se relaciona con un aumento en conductas de riesgo, como accidentes o relaciones sexuales sin protección, en estudiantes de Medicina.
9. Los estudiantes de Medicina con baja autoestima tienen mayor probabilidad de consumir alcohol de manera habitual.
10. El consumo de alcohol entre estudiantes de Medicina influye negativamente en su interacción social y relaciones interpersonales.

Objetivos

1. Objetivo general

Analizar la relación entre el consumo de alcohol y sus efectos sobre la salud física, emocional y académica en estudiantes de Medicina, con el fin de identificar factores de riesgo y promover estrategias de prevención y bienestar.

2. Objetivos específicos

- 1.** Determinar la prevalencia del consumo de alcohol entre los estudiantes de Medicina.
- 2.** Identificar los factores de riesgo asociados al consumo de alcohol en estudiantes de Medicina, incluyendo antecedentes familiares, estrés académico y presión social.
- 3.** Evaluar la relación entre el consumo de alcohol y los niveles de ansiedad en estudiantes de Medicina.
- 4.** Analizar la asociación entre el consumo de alcohol y la presencia de síntomas depresivos en los estudiantes.
- 5.** Examinar el impacto del consumo de alcohol sobre la calidad del sueño e insomnio en estudiantes de Medicina.
- 6.** Determinar la influencia del consumo de alcohol en el rendimiento académico de los estudiantes de Medicina.
- 7.** Evaluar la relación entre el consumo de alcohol y la autoestima en estudiantes de Medicina.
- 8.** Analizar la asociación entre el consumo de alcohol y la ocurrencia de conductas de riesgo, como accidentes o conductas sexuales de riesgo.
- 9.** Identificar los efectos del consumo de alcohol en las relaciones sociales e interpersonales de los estudiantes de Medicina.
- 10.** Proponer estrategias de prevención y promoción de la salud para reducir el consumo de alcohol y sus consecuencias en estudiantes de Medicina.

Tipo de investigación.

1. Orientación.

Científica.

2. Enfoque.

Cuantitativo.

3. Alcance.

Explorativo.

4. Diseño.

Cuantitativo experimental.

5. Temporalidad.

Transversal.

Fundamentación de la investigación.

1. Antecedentes.

En el año 2024, se identificó el patrón de consumo de alcohol entre estudiantes de medicina en el estado de Chiapas. El 75.2% de los estudiantes manifestó haber ingerido alcohol en el último año, siendo dicho consumo más prevalente en los hombres (81.3%) que en las mujeres (69.2%). Se ha analizado la prevalencia y los factores asociados al consumo de alcohol en estudiantes de medicina en diferentes universidades de Chiapas de primer y quinto semestre, proporcionando datos específicos sobre esta población.

2. Marco Teórico.

Alcoholismo en los estudiantes de Medicina Humana en la Universidad Del Sureste.

El alcoholismo en los estudiantes de Medicina Humana representa un fenómeno complejo que merece especial atención dentro de las ciencias de la salud y de la educación superior. Se trata de una problemática que no solo incide en la esfera individual, sino también en el ámbito académico y social, dado que involucra a jóvenes en proceso de formación que, en un futuro cercano, serán responsables de la atención médica de la población. Resulta preocupante que precisamente quienes poseen mayor conocimiento acerca de los efectos adversos del alcohol, tanto a nivel fisiológico como psicológico, presenten cifras de consumo significativo y, en algunos casos, desarrollos patrones de abuso o dependencia.

Durante la etapa universitaria, los estudiantes de Medicina enfrentan múltiples presiones: la carga académica es extensa, los horarios son demandantes, las evaluaciones son frecuentes y de gran exigencia, y además deben integrarse en escenarios clínicos donde el contacto con el dolor, la enfermedad y la muerte puede generar un considerable desgaste emocional. En este contexto, el alcohol aparece como un recurso de evasión o de socialización, reforzado por la percepción cultural de que su consumo es normal e, incluso, deseable en reuniones estudiantiles. Este entorno facilita que los jóvenes recurran al consumo frecuente, y en algunos casos, desarrollos un patrón de ingesta nocivo.

El consumo de alcohol entre estudiantes de Medicina no siempre responde a la búsqueda de dependencia; en muchos casos se presenta bajo la forma de “binge drinking” o consumo excesivo en episodios aislados, caracterizado por la ingesta de grandes cantidades de alcohol en un corto periodo de tiempo. Este patrón, aunque en apariencia transitorio, implica serios riesgos: intoxicaciones, accidentes, conductas de riesgo y deterioro en las funciones cognitivas necesarias para el aprendizaje. Con el tiempo, el consumo repetido y sin control puede evolucionar hacia un alcoholismo clínico, con consecuencias graves para la salud física y mental.

Desde la perspectiva académica, el impacto es igualmente significativo. Los estudiantes que presentan un consumo problemático de alcohol suelen mostrar menor concentración, bajo rendimiento, dificultades de memoria y aprendizaje, ausencias injustificadas y, en casos más graves, abandono de la carrera. Esto no solo afecta su trayectoria personal, sino que también compromete la calidad de la formación médica y, en última instancia, la atención futura que recibirán los pacientes.

En el plano personal y social, el alcoholismo genera problemas emocionales como ansiedad, depresión e insomnio; además de conflictos familiares y deterioro en las relaciones interpersonales. En algunos casos, la estigmatización de la búsqueda de ayuda dificulta que los estudiantes reconozcan a tiempo la magnitud de su problema, perpetuando un ciclo de consumo y sufrimiento silencioso.

Otro aspecto que resulta paradójico es la disonancia entre el conocimiento médico y la práctica personal. Muchos estudiantes de Medicina son plenamente conscientes de los daños que el alcohol provoca en órganos como el hígado, el sistema nervioso central o el sistema cardiovascular; sin embargo, este saber no siempre se traduce en conductas preventivas. Este fenómeno evidencia que el conocimiento académico no es suficiente para modificar hábitos, especialmente cuando existen factores sociales, culturales y psicológicos que refuerzan la conducta de consumo.

Frente a esta realidad, resulta indispensable considerar el alcoholismo en estudiantes de Medicina como un problema de salud pública que requiere estrategias de prevención e intervención desde las universidades. Entre las medidas más relevantes se encuentran los programas de promoción de estilos de vida saludables, la inclusión de talleres sobre autocuidado y manejo del estrés, así como el fortalecimiento de los servicios de apoyo psicológico dentro de las facultades. De igual manera, se necesita fomentar una cultura de reconocimiento del problema, reduciendo la estigmatización y brindando espacios de acompañamiento emocional que permitan a los estudiantes encontrar alternativas distintas al consumo de sustancias. El alcoholismo en los estudiantes de Medicina Humana no es un fenómeno aislado, sino un reflejo de las presiones académicas, sociales y emocionales a las que se encuentran expuestos. Comprender sus causas, manifestaciones y consecuencias resulta fundamental no solo para preservar el bienestar de los futuros médicos, sino también para garantizar una formación académica integral y responsable, en beneficio de la sociedad que ellos, eventualmente, deberán servir.

El alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana constituye un problema de salud relevante que involucra dimensiones personales, académicas y sociales. A pesar de contar con conocimientos sobre los efectos nocivos del alcohol, muchos estudiantes presentan patrones de consumo de riesgo, lo que refleja la influencia de factores como el estrés académico, la presión de pares y la normalización del consumo dentro del entorno universitario. Las consecuencias del alcoholismo en este grupo van más allá de la salud física y mental, afectando el rendimiento académico, las relaciones interpersonales y el desarrollo de competencias profesionales. La paradoja de que futuros médicos, conscientes de los riesgos del alcohol, puedan ser consumidores de esta sustancia evidencia la necesidad de estrategias de prevención y intervención integrales. La implementación de programas educativos, de apoyo psicológico, de promoción de hábitos saludables y de regulación institucional puede contribuir significativamente a reducir el consumo problemático de alcohol, fomentando la formación de médicos responsables, coherentes con los principios de promoción de la salud y con un desarrollo personal y profesional equilibrado. En síntesis, abordar el alcoholismo en estudiantes de Medicina no solo protege su bienestar individual, sino que también fortalece la calidad de la futura práctica médica, asegurando que los profesionales de la salud actúen como modelos de conducta y promotores efectivos de la salud en la sociedad.

Epidemiología del consumo de alcohol en estudiantes de Medicina Humana

El consumo de alcohol en estudiantes universitarios es un fenómeno ampliamente documentado a nivel mundial, y los estudiantes de Medicina no son la excepción. Diversos estudios señalan que el inicio del consumo de bebidas alcohólicas suele ocurrir en la adolescencia, pero alcanza su mayor prevalencia durante la vida universitaria, etapa caracterizada por la transición a la vida adulta, nuevas responsabilidades académicas y sociales, así como por un mayor grado de libertad personal. En el ámbito global, se estima que más del 40% de los universitarios ha consumido alcohol en el último mes, con una tendencia significativa hacia episodios de consumo excesivo o “binge drinking”. En estudiantes de Medicina, los porcentajes suelen ser similares o incluso más altos, ya que se han descrito prevalencias de consumo que oscilan entre el 60 y el 80% en diferentes países. En América Latina, los reportes muestran cifras preocupantes: estudios en México, Colombia, Perú y Chile indican que entre el 65 y el 75% de los estudiantes de Medicina consumen alcohol de manera regular, con un patrón que frecuentemente combina consumo social y episodios de ingesta excesiva.

En México, por ejemplo, encuestas universitarias revelan que aproximadamente 7 de cada 10 estudiantes de Medicina han ingerido alcohol en el último año, y cerca de un tercio presenta un consumo riesgoso o nocivo según la escala AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test).

Los factores asociados al consumo de alcohol en estudiantes de Medicina incluyen el estrés académico, la presión social, la disponibilidad de bebidas alcohólicas en contextos universitarios, así como la percepción cultural que normaliza e incluso fomenta el consumo como parte de la vida estudiantil. Llama la atención que, a pesar de poseer conocimientos sobre los riesgos y consecuencias del consumo excesivo de alcohol, los estudiantes de Medicina no necesariamente presentan tasas más bajas que otros universitarios; por el contrario, algunos estudios evidencian una mayor frecuencia de episodios de embriaguez. En cuanto a diferencias por género, históricamente se ha documentado un mayor consumo en varones; sin embargo, en los últimos años la brecha entre hombres y mujeres estudiantes de Medicina se ha reducido, llegando a observarse prevalencias similares, lo que refleja un cambio en los patrones sociales y culturales relacionados con el consumo.

Finalmente, es importante destacar que el consumo de alcohol en este grupo no solo constituye un problema de salud individual, sino que también tiene implicaciones en su futuro desempeño profesional. La presencia de hábitos nocivos durante la formación médica puede repercutir en la calidad de vida, el rendimiento académico y en la futura práctica clínica, considerando que los médicos son modelos de conducta en materia de salud para la población general. El consumo de alcohol entre estudiantes de Medicina Humana es un fenómeno ampliamente documentado y constituye un área de interés tanto por sus implicaciones en la salud individual como por su posible repercusión en la futura práctica profesional.

A nivel nacional, estudios en México indican que entre el 65% y 75% de los estudiantes de Medicina han consumido alcohol en el último año, y cerca de un tercio presenta un consumo de riesgo según escalas como el AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test). A nivel internacional, investigaciones en América Latina, Europa y Estados Unidos muestran cifras similares, con prevalencias que oscilan entre el 60% y 80%, y un patrón consistente de episodios de consumo social y ocasionalmente excesivo.

En cuanto a los patrones de consumo, se identifican principalmente tres modalidades:

- Consumo social: ingesta moderada en contextos de interacción con compañeros, como reuniones y celebraciones.
- Consumo episódico o “binge drinking”: ingesta intensa en períodos cortos, típicamente durante fines de semana o eventos especiales, con riesgo elevado de consecuencias agudas.
- Consumo crónico o regular: ingesta frecuente que puede derivar en dependencia física y psicológica, aunque menos prevalente entre estudiantes, suele asociarse con estrés académico prolongado o factores personales de vulnerabilidad.

Existen además diferencias según edad, sexo y semestre académico. Tradicionalmente, los varones presentan mayores tasas de consumo y episodios de ingesta excesiva, aunque la brecha de género se ha reducido en años recientes. Los estudiantes más jóvenes tienden a experimentar mayor consumo social y episódico, mientras que los estudiantes de semestres avanzados muestran un patrón más variable, influído por la carga académica, las prácticas clínicas y las guardias hospitalarias. Estas diferencias reflejan la interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales en la configuración del consumo de alcohol durante la formación médica.

Factores de riesgo en estudiantes de Medicina Humana relacionados con el alcoholismo

El consumo de alcohol entre estudiantes de Medicina Humana está determinado por una combinación de factores personales, académicos y sociales que, en conjunto, favorecen la aparición de patrones de consumo riesgoso o dependiente. Identificar estos elementos es fundamental para comprender la magnitud del problema y proponer estrategias preventivas en el ámbito universitario.

Factores personales. La edad constituye uno de los principales determinantes, ya que la mayoría de los estudiantes universitarios se encuentra en un rango etario que va de los 18 a los 25 años, etapa en la cual existe mayor vulnerabilidad a conductas de riesgo y menor percepción de los daños a largo plazo. El sexo también juega un papel relevante; tradicionalmente, los varones han mostrado una mayor prevalencia de consumo y de episodios de embriaguez, aunque en los últimos años las mujeres han equiparado las cifras

debido a cambios socioculturales. Otro factor de peso son los antecedentes familiares de consumo de alcohol, ya que la exposición en el núcleo familiar incrementa la probabilidad de replicar estos hábitos en la etapa universitaria. Asimismo, ciertos rasgos de personalidad, como la impulsividad, la búsqueda de sensaciones nuevas o la baja tolerancia a la frustración, se relacionan estrechamente con el inicio y mantenimiento del consumo de alcohol.

Factores académicos. La carrera de Medicina se caracteriza por una alta exigencia, lo cual se traduce en largas jornadas de estudio, prácticas clínicas, guardias y evaluaciones continuas. La sobrecarga académica y el estrés derivado de la presión por el rendimiento académico se han identificado como detonantes del consumo de alcohol, empleado muchas veces como una forma de evasión o relajación. De igual manera, las guardias médicas y las prácticas hospitalarias no solo aumentan la fatiga física y emocional, sino que también generan un ambiente propicio para que los estudiantes recurran a sustancias como el alcohol para sobrellevar la tensión.

Factores sociales. El entorno universitario ejerce una influencia significativa en los hábitos de consumo. La presión de pares es un factor crítico, pues los estudiantes suelen ceder ante la invitación de compañeros a beber en reuniones, fiestas o celebraciones académicas. Además, la cultura universitaria normaliza el consumo de alcohol como un componente central de la vida estudiantil, lo cual refuerza la percepción de que beber es una conducta aceptada e incluso esperada. Esta normalización dificulta que los estudiantes identifiquen su consumo como problemático, favoreciendo la repetición de episodios de ingesta excesiva.

En conjunto, estos factores crean un escenario de vulnerabilidad particular en los estudiantes de Medicina Humana, quienes, a pesar de poseer conocimientos sobre las consecuencias del alcoholismo, no están exentos de los riesgos asociados al entorno académico y social que enfrentan durante su formación.

Consecuencias del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana

El alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana no solo constituye un problema de salud individual, sino también un fenómeno con repercusiones académicas, sociales y profesionales. Sus consecuencias abarcan distintos ámbitos que impactan la calidad de vida del estudiante y su desarrollo como futuro médico.

Consecuencias en la salud física y mental.

El consumo excesivo y prolongado de alcohol se asocia a múltiples alteraciones fisiológicas, como daño hepático, alteraciones gastrointestinales, trastornos cardiovasculares y deterioro del sistema inmunológico. En el ámbito mental, se vincula con mayor incidencia de depresión, ansiedad, insomnio y dependencia psicológica. La intoxicación aguda por alcohol incrementa el riesgo de accidentes, traumatismos y conductas impulsivas, que pueden tener consecuencias fatales.

Consecuencias académicas.

El alcoholismo afecta directamente el rendimiento escolar. La somnolencia, el ausentismo, la falta de concentración y la disminución en la memoria inmediata se traducen en bajo aprovechamiento académico y mayor riesgo de rezago o deserción universitaria. Asimismo, la pérdida de disciplina y el deterioro del autocontrol limitan la capacidad de enfrentar las exigencias propias de la carrera de Medicina, caracterizada por su rigor académico y clínico.

Consecuencias sociales.

El alcoholismo altera las relaciones interpersonales, favoreciendo conflictos familiares, dificultades en la convivencia con compañeros de estudio y rupturas en las redes de apoyo social. Además, aumenta la probabilidad de involucrarse en conductas de riesgo, como violencia, relaciones sexuales sin protección o accidentes de tránsito. En el contexto universitario, la normalización del consumo puede derivar en círculos sociales en los que se refuerza la dependencia y se reduce la percepción del riesgo.

Consecuencias profesionales.

Uno de los aspectos más relevantes del alcoholismo en estudiantes de Medicina es el impacto en su futura práctica médica. Un estudiante con problemas de consumo corre el riesgo de reproducir dichos hábitos en su vida laboral, lo que puede comprometer su desempeño clínico, la calidad de la atención al paciente y la seguridad en la toma de decisiones. Asimismo, el hecho de que los médicos son considerados modelos de conducta en la sociedad implica que los hábitos nocivos en esta etapa formativa generan un contraste entre el rol profesional esperado y la realidad de sus conductas.

El alcoholismo como paradoja en los futuros médicos

El alcoholismo en los estudiantes de Medicina constituye una paradoja compleja y preocupante. Se espera que quienes eligen esta carrera adquieran no solo conocimientos científicos, sino también hábitos y actitudes orientados a la promoción de la salud, la

prevención de enfermedades y el acompañamiento responsable de los pacientes. Sin embargo, la evidencia muestra que los futuros médicos presentan prevalencias de consumo de alcohol similar o incluso superior a las de otros estudiantes universitarios. Esta contradicción radica en el hecho de que, mientras reciben formación sobre las graves repercusiones fisiológicas, psicológicas y sociales del alcohol, muchos de ellos reproducen patrones de consumo excesivo y de riesgo. Dicho fenómeno refleja cómo el conocimiento académico, por sí solo, no es suficiente para modificar conductas de salud, especialmente cuando se enfrenta a la influencia de factores personales, sociales y culturales que normalizan el consumo de alcohol como parte de la vida universitaria. La paradoja también adquiere relevancia en el ámbito profesional, pues el médico es considerado un modelo de conducta para la población. Un futuro profesional de la salud con hábitos nocivos como el consumo problemático de alcohol transmite un mensaje contradictorio a sus pacientes, lo que puede afectar la credibilidad de su consejo médico y la coherencia de su práctica clínica. En este sentido, el alcoholismo en los estudiantes de Medicina revela la necesidad de replantear los enfoques preventivos, integrando no solo el conocimiento biomédico, sino también estrategias de autocuidado, manejo del estrés y fortalecimiento de habilidades psicosociales. De no atenderse esta paradoja, se corre el riesgo de formar profesionales con una preparación académica sólida, pero con prácticas personales que comprometen su salud y su rol como agentes de cambio en la sociedad.

Prevención e intervención en el alcoholismo universitario en estudiantes de Medicina Humana

La prevención y la intervención en el consumo de alcohol entre estudiantes de Medicina Humana representan un eje central en las estrategias de salud universitaria, dado que este grupo no solo enfrenta riesgos individuales, sino que también carga con la responsabilidad de convertirse en futuros promotores de la salud.

Prevención.

La prevención debe abordarse desde un enfoque integral que incluya estrategias educativas, institucionales y comunitarias. En primer lugar, es esencial implementar programas de educación sobre el consumo responsable y los riesgos del alcohol, dirigidos específicamente a los estudiantes de Medicina, con el fin de reforzar la coherencia entre el conocimiento académico y las conductas personales. Además, las universidades deben promover campañas de sensibilización que desnormalicen el consumo excesivo y fortalezcan la percepción de riesgo, integrando mensajes de autocuidado y estilos de vida saludables. Asimismo, resulta clave fomentar factores protectores como la práctica de actividad física, el acompañamiento psicoemocional y el desarrollo de habilidades para la gestión del estrés académico. La inclusión de asignaturas o talleres de salud mental, autocuidado y resiliencia puede servir como herramienta preventiva frente a la presión académica y social.

Intervención.

En el caso de los estudiantes que ya presentan patrones de consumo de riesgo, es fundamental contar con mecanismos de detección temprana dentro de las instituciones educativas. Herramientas como el **AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test)** pueden utilizarse en los servicios de salud universitarios para identificar a aquellos alumnos en riesgo. La intervención debe incluir atención psicológica, consejería breve y, en los casos más graves, derivación a programas especializados en adicciones. También es recomendable crear grupos de apoyo entre pares y espacios de acompañamiento en los que los estudiantes puedan expresar sus experiencias sin temor a la estigmatización.

Por otra parte, las universidades deben fortalecer políticas institucionales claras respecto al consumo de alcohol en eventos académicos y sociales, estableciendo límites y fomentando alternativas de convivencia libres de alcohol. La intervención, además, debe incluir a la comunidad académica en general, sensibilizando a docentes y directivos sobre la importancia de detectar y atender signos tempranos de consumo problemático. La prevención y la intervención en el alcoholismo universitario deben concebirse como procesos complementarios. Mientras la prevención busca evitar la instauración de patrones nocivos, la intervención ofrece apoyo a quienes ya se encuentran en riesgo. En el caso de los estudiantes de Medicina Humana, estas estrategias no solo contribuyen a proteger su salud y rendimiento académico, sino que también aseguran la formación de profesionales coherentes con el papel de agentes promotores de la salud en la sociedad.

Marco legal y normativo

Las normativas y regulaciones nacionales e internacionales sobre el consumo de alcohol reflejan un enfoque integral orientado a la prevención y control del consumo en jóvenes. Estas directrices no solo establecen límites y pautas de consumo seguro, sino que también promueven estrategias educativas, programas de detección temprana y políticas institucionales que fomentan estilos de vida saludables. En el contexto universitario, estas regulaciones adquieren una relevancia particular, ya que los estudiantes de Medicina Humana se encuentran en una etapa crítica de formación profesional, caracterizada por altos niveles de exigencia académica, presión social y construcción de hábitos de salud. La implementación de normativas efectivas busca reducir los riesgos asociados al alcoholismo, proteger la salud física y mental de los estudiantes y garantizar que la futura práctica profesional sea coherente con los principios de promoción de la salud que deben guiar su labor como médicos. En este sentido, la articulación de políticas de salud pública con regulaciones universitarias constituye una estrategia clave para abordar de manera preventiva y educativa el consumo de alcohol entre los estudiantes de Medicina, promoviendo tanto el bienestar individual como la responsabilidad profesional futura.

Perspectiva de los estudiantes de Medicina sobre el alcoholismo

Los estudiantes de Medicina Humana constituyen un grupo particular, ya que poseen un conocimiento avanzado sobre los efectos fisiológicos, psicológicos y sociales del alcohol, así como sobre las consecuencias del consumo problemático. Sin embargo, la experiencia cotidiana y la vida universitaria muchas veces generan una disonancia entre este conocimiento teórico y las conductas reales de consumo. Desde la perspectiva de los propios estudiantes, el alcohol puede percibirse como un mecanismo de escape o afrontamiento frente al estrés académico, la presión por el rendimiento, las guardias y las largas jornadas de estudio. Muchos reconocen que el consumo social es parte de la cultura universitaria, y que en ciertos contextos como fiestas, reuniones académicas o celebraciones, se normaliza la ingesta de alcohol. Al mismo tiempo, los estudiantes son conscientes de los riesgos que implica un consumo excesivo o frecuente: deterioro del rendimiento académico, problemas de salud mental y física, conflictos interpersonales y la posibilidad de que hábitos nocivos afecten su desempeño futuro como médicos. Esta conciencia genera, en algunos casos, sentimientos de culpa, ansiedad o preocupación por las consecuencias a largo plazo.

De manera general, la perspectiva estudiantil refleja una dualidad: por un lado, la percepción del alcohol como elemento social y de alivio temporal; por otro, el reconocimiento de sus riesgos y la responsabilidad profesional que implica adoptar hábitos saludables. Esta visión crítica sugiere que los programas de prevención e intervención deben integrar no solo información científica, sino también estrategias de autocuidado, manejo del estrés y apoyo emocional, que sean percibidas como relevantes y aplicables por los propios estudiantes.

Propuestas de intervención para el alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana

El abordaje del alcoholismo en estudiantes de Medicina requiere estrategias integrales que combinen prevención, detección temprana e intervención efectiva, considerando las características particulares de este grupo: alta exigencia académica, presión social y conciencia sobre riesgos de salud. Las propuestas de intervención pueden estructurarse en cuatro niveles: educativo, preventivo, psicológico y de políticas institucionales.

Intervenciones educativas

- Implementar talleres, cursos y seminarios sobre los efectos del alcohol en la salud física, mental y social, enfatizando su repercusión en el desempeño académico y futuro profesional.
- Fomentar programas de formación en autocuidado y manejo del estrés, que integren técnicas de relajación, mindfulness y planificación del tiempo.
- Promover la educación entre pares, donde estudiantes capacitados compartan experiencias y estrategias para reducir el consumo de riesgo.

Prevención y promoción de hábitos saludables

- Desarrollar campañas institucionales que desnormalicen el consumo excesivo de alcohol y fortalezcan hábitos de vida saludables, incluyendo actividad física, participación en actividades culturales y recreativas, y alimentación balanceada.
- Crear espacios universitarios libres de alcohol que faciliten la interacción social sin necesidad de consumo, como clubes deportivos, grupos culturales o actividades académicas recreativas.

Intervenciones psicológicas y de apoyo

- Establecer servicios de consejería individual y grupal para estudiantes con consumo de riesgo, utilizando herramientas como el **AUDIT** para la detección temprana.
- Implementar programas de terapia breve, psicoeducación y grupos de apoyo entre pares para fomentar la reducción del consumo y prevenir recaídas.
- Integrar atención a la salud mental de manera continua, considerando la relación entre estrés académico, ansiedad, depresión y consumo de alcohol.

Políticas institucionales y regulación universitaria

- Establecer normativas claras sobre el consumo de alcohol en eventos universitarios, limitando el acceso y promoviendo alternativas libres de alcohol.
- Incorporar estrategias de monitoreo y seguimiento de estudiantes en riesgo, garantizando confidencialidad y apoyo integral.
- Promover la formación de docentes y personal administrativo en detección temprana de conductas de riesgo y en orientación para la prevención y manejo del alcoholismo.

Estas propuestas buscan no solo reducir el consumo nocivo de alcohol, sino también fomentar la formación de futuros médicos conscientes de la importancia del autocuidado, la salud mental y la coherencia entre conocimiento académico y práctica personal. La implementación de estas estrategias integrales puede contribuir significativamente a

disminuir la prevalencia de alcoholismo en estudiantes de Medicina y a fortalecer su desarrollo académico, personal y profesional. Las políticas institucionales y las regulaciones universitarias desempeñan un papel fundamental en la prevención y control del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana, dado que este grupo se encuentra en una etapa crítica de formación académica y personal. Estas políticas buscan crear un entorno seguro, saludable y coherente con los valores de la profesión médica, fomentando hábitos responsables y reduciendo los riesgos asociados al consumo de alcohol. En primer lugar, las universidades pueden establecer normativas claras sobre el consumo de alcohol en espacios y eventos académicos, limitando la disponibilidad de bebidas alcohólicas, prohibiendo prácticas de riesgo como los juegos de bebida y promoviendo alternativas sociales sin alcohol. Estas normas no solo buscan proteger la salud de los estudiantes, sino también fomentar la responsabilidad individual y colectiva dentro del entorno universitario.

Por otro lado, es fundamental implementar estrategias de monitoreo y seguimiento que permitan identificar de manera temprana a estudiantes en riesgo de consumo problemático. Estas estrategias incluyen la aplicación de herramientas de detección como el AUDIT, la provisión de consejería psicológica y la coordinación con servicios de salud universitarios para ofrecer atención integral y confidencial. Además, las políticas institucionales deben contemplar la capacitación de docentes y personal administrativo en la detección de signos de consumo problemático y en la orientación para la prevención del alcoholismo. La participación activa del cuerpo académico permite que la universidad funcione como un entorno protector y de apoyo, reforzando la coherencia entre el conocimiento teórico sobre salud y los hábitos personales de los estudiantes. Finalmente, la articulación de estas políticas con programas educativos y campañas de sensibilización refuerza su efectividad. Al integrar normas claras, estrategias de monitoreo y acciones de promoción de la salud, las universidades contribuyen significativamente a disminuir la prevalencia del alcoholismo en estudiantes de Medicina, garantizando un desarrollo académico y profesional seguro, responsable y acorde con los principios éticos de la profesión médica.

Capacitación de docentes y personal administrativo en el manejo del alcoholismo en estudiantes de Medicina

La capacitación de docentes y personal administrativo constituye un componente clave en la prevención e intervención del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana. Su importancia radica en que estos actores educativos son los primeros en detectar signos de consumo problemático, brindar orientación inicial y canalizar a los estudiantes hacia los servicios de apoyo adecuados. Una capacitación efectiva debe incluir conocimientos teóricos y prácticos sobre los efectos del alcohol en la salud física y mental, los patrones de consumo más frecuentes entre estudiantes universitarios, y las consecuencias académicas y sociales asociadas. Además, debe abordar herramientas de detección temprana, como cuestionarios estandarizados (por ejemplo, AUDIT), y criterios para identificar conductas de riesgo que requieran intervención inmediata.

Asimismo, es fundamental que la formación incluya habilidades de comunicación y manejo de situaciones sensibles, permitiendo a docentes y personal administrativo interactuar con los estudiantes de manera respetuosa, empática y sin estigmatización. La capacitación también debe contemplar protocolos claros de derivación a servicios de salud universitaria o externos, garantizando seguimiento y confidencialidad.

Finalmente, la implementación de programas de capacitación periódica asegura que el cuerpo docente y administrativo mantenga actualizados sus conocimientos y estrategias de intervención, fortaleciendo un entorno universitario seguro y de apoyo. De este modo, se promueve una cultura institucional en la que la prevención del alcoholismo y el cuidado de la salud estudiantil se convierten en responsabilidades compartidas, contribuyendo al bienestar integral de los futuros profesionales de la salud.

Derivación a servicios de salud universitaria o externos en estudiantes de Medicina con consumo problemático de alcohol

La derivación adecuada a servicios de salud constituye un componente esencial dentro de la prevención e intervención del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana. Su objetivo principal es garantizar que los estudiantes con consumo de riesgo o dependencia alcohólica reciban atención profesional oportuna, integral y confidencial, favoreciendo su bienestar físico, emocional y académico. En primer lugar, los servicios de salud universitaria deben estar capacitados para recibir a estudiantes en riesgo y ofrecer atención inicial, que puede incluir consejería, evaluación clínica y pruebas de detección temprana (como el AUDIT). Estos servicios permiten realizar un seguimiento continuo, identificar comorbilidades asociadas, como ansiedad o depresión, y brindar orientación sobre estrategias de reducción del consumo.

Cuando el caso requiere atención especializada más intensiva, los estudiantes deben ser derivados a servicios externos como clínicas de adicciones, psicólogos o psiquiatras con experiencia en manejo de alcoholismo. La coordinación entre la universidad y estos servicios externos debe garantizar continuidad en el tratamiento, confidencialidad y apoyo académico, evitando que la intervención interfiera negativamente con la vida académica del estudiante.

La derivación efectiva implica además la existencia de protocolos claros, conocidos por docentes y personal administrativo, que definen criterios de alerta, pasos a seguir y mecanismos de seguimiento. Estos protocolos contribuyen a que los estudiantes reciban atención oportuna sin estigmatización, promoviendo un enfoque de cuidado integral que combina la prevención, la intervención temprana y el apoyo psicológico y médico.

En conjunto, la derivación a servicios de salud universitaria o externos es una estrategia clave para reducir el impacto del alcoholismo en estudiantes de Medicina, garantizando su recuperación, bienestar y desarrollo académico y profesional.

Tratamiento, confidencialidad y apoyo académico en estudiantes de Medicina con alcoholismo

El abordaje del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana debe combinar tratamiento integral, respeto a la confidencialidad y estrategias de apoyo académico, con el fin de proteger la salud del estudiante sin comprometer su formación profesional.

Tratamiento:

El tratamiento debe ser individualizado según el grado de consumo y las necesidades del estudiante, e incluir atención médica, psicológica y social. Puede abarcar consejería breve, terapia cognitivo-conductual, programas de reducción de riesgos y, en casos de dependencia severa, derivación a clínicas especializadas en adicciones. La intervención temprana es fundamental para prevenir complicaciones físicas, mentales y académicas. El tratamiento del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana debe ser integral, individualizado y multidisciplinario, considerando no solo la dependencia física y psicológica, sino también el impacto académico y social del consumo de alcohol. El enfoque terapéutico inicia con la evaluación clínica y psicológica, utilizando herramientas de detección temprana como el AUDIT, para determinar el grado de riesgo o dependencia. Dependiendo de los resultados, el tratamiento puede incluir:

1. **Consejería breve y psicoeducación:** orientada a concientizar al estudiante sobre los riesgos del alcohol y a promover cambios conductuales, reforzando habilidades de autocuidado y manejo del estrés.
2. **Terapia cognitivo-conductual y de manejo de adicciones:** para modificar patrones de consumo, establecer metas de reducción y prevenir recaídas.
3. **Intervenciones médicas:** en casos de dependencia severa o complicaciones físicas derivadas del consumo, pueden requerirse medicamentos específicos bajo supervisión médica.
4. **Grupos de apoyo y programas entre pares:** fomentan la motivación, el acompañamiento y la construcción de redes de contención dentro del entorno universitario.

Además, el tratamiento debe estar acompañado de estrategias de seguimiento y monitoreo, con evaluaciones periódicas que permitan ajustar las intervenciones según la evolución del estudiante. También es fundamental integrar apoyo académico y social, para garantizar que el tratamiento no interfiera con la formación profesional y que el estudiante reciba orientación y acompañamiento en su desempeño académico y bienestar general. En resumen, un tratamiento efectivo del alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana combina atención médica, psicológica, educativa y social, permitiendo a los estudiantes superar el consumo problemático de alcohol y continuar su formación académica de manera saludable y responsable.

Confidencialidad:

La confidencialidad constituye un principio ético y legal clave en el manejo del alcoholismo estudiantil. La información sobre el consumo de alcohol debe ser manejada de manera estrictamente privada, compartida únicamente con el personal autorizado y con el consentimiento del estudiante. Esto genera confianza, reduce el estigma y fomenta que los estudiantes busquen ayuda sin temor a repercusiones académicas o sociales.

Apoyo académico:

El apoyo académico busca asegurar que el tratamiento del alcoholismo no interfiera con el rendimiento académico del estudiante. Esto puede incluir flexibilización de horarios, reprogramación de evaluaciones, acompañamiento en prácticas clínicas y tutorías personalizadas. El objetivo es mantener la continuidad en la formación profesional, minimizando el impacto del tratamiento en el progreso académico. En conjunto, un enfoque que integre tratamiento integral, confidencialidad y apoyo académico permite abordar el alcoholismo de manera efectiva, protegiendo la salud física y mental de los estudiantes y promoviendo su desarrollo académico y profesional. Este enfoque asegura que los futuros médicos puedan superar las dificultades relacionadas con el alcoholismo sin comprometer su formación ni su bienestar integral.

El alcoholismo en estudiantes de Medicina Humana constituye un problema de salud relevante que impacta tanto en la esfera personal como en la académica y profesional de los futuros médicos. A pesar de su conocimiento sobre los riesgos asociados al consumo de alcohol, muchos estudiantes presentan patrones de ingesta de riesgo, influenciados por factores personales, académicos y sociales, como el estrés, la presión de pares y la normalización del consumo en el entorno universitario. Las consecuencias del alcoholismo abarcan deterioro físico y psicológico, disminución del rendimiento académico, afectación de relaciones interpersonales y riesgo para la futura práctica profesional, evidenciando la paradoja de que quienes están formándose para promover la salud puedan desarrollar conductas de riesgo. La prevención y la intervención requieren un enfoque integral, que combine programas educativos, estrategias de apoyo psicológico, políticas institucionales claras y capacitación de docentes y personal administrativo. Asimismo, la derivación oportuna a servicios de salud, el tratamiento individualizado y el respeto a la confidencialidad son fundamentales para garantizar el bienestar de los estudiantes y su desarrollo académico. En síntesis, abordar el alcoholismo en estudiantes de Medicina no solo protege su salud y rendimiento académico, sino que también fortalece la formación de médicos responsables, capaces de actuar como modelos de conducta y promotores de la salud en la sociedad. La implementación de estrategias integrales y sostenibles es clave para reducir la prevalencia del alcoholismo y garantizar la formación de profesionales competentes, conscientes y saludables.

Marco Normativo

Se basa en leyes y normas que abordan la prevención, tratamiento y control de las adicciones, aplicándose a la población general y, por ende, a los estudiantes. Las normativas relevantes incluyen la NOM-028-SSA2-2009 para la prevención, tratamiento y control de adicciones y la Ley General de Salud, que establecen la necesidad de atención a la salud mental y adicciones. A nivel institucional, la implementación de estos marcos debe considerar las normativas universitarias específicas y políticas de apoyo integral para los estudiantes, como programas de bienestar y acceso a servicios de salud mental.

NOM-028-SSA2-2009: Prevención, tratamiento y control de las adicciones:

Esta norma establece los criterios y procedimientos para la atención integral de personas con problemas de consumo de sustancias psicoactivas, incluyendo la atención a estudiantes.

Ley General de Salud:

Artículo 73 Bis: Obliga a las instituciones públicas de salud a brindar acceso a servicios de salud mental y por consumo de sustancias. Sección sobre adicciones (Título Décimo Primero): Crea el Consejo Nacional contra las Adicciones para promover y apoyar acciones de prevención y combate de adicciones.

Artículos sobre bebidas alcohólicas:

Establecen que las bebidas alcohólicas deben llevar leyendas de advertencia y prohíben la venta a menores de edad.

Población

La población a estudiar estará conformada por estudiantes de la Licenciatura en Medicina de la Universidad del Sureste, inscritos durante el ciclo escolar correspondiente al desarrollo de la presente investigación. Se seleccionarán específicamente los alumnos que cursan los semestres primero, quinto y séptimo, con el propósito de obtener una visión representativa del consumo de alcohol en diferentes etapas de la formación médica. La elección de estos tres semestres obedece a la intención de comparar el comportamiento y los patrones de consumo de alcohol a lo largo del proceso académico, considerando que los estudiantes de primer semestre se encuentran en una etapa inicial de adaptación universitaria, mientras que los de quinto semestre presentan una carga académica más exigente y un mayor grado de integración al ambiente estudiantil. Finalmente, los alumnos de séptimo semestre representan un grupo con mayor madurez académica y exposición al ámbito clínico, lo que podría influir en sus hábitos y actitudes frente al consumo de bebidas alcohólicas. Esta población permitirá identificar posibles diferencias en la prevalencia y factores asociados al consumo de alcohol según el nivel académico, contribuyendo a comprender cómo la formación médica influye en el desarrollo o modificación de estos comportamientos dentro del contexto universitario.

Muestra

La muestra estará conformada por estudiantes de la Licenciatura en Medicina de la Universidad del Sureste que cursan los semestres primero, quinto y séptimo durante el ciclo escolar en que se realice la investigación. La selección de los participantes se llevará a cabo mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando a aquellos alumnos que acepten participar de manera voluntaria y que cumplan con los criterios de inclusión establecidos. La elección de estos tres semestres busca representar distintas etapas del proceso formativo del estudiante de Medicina, permitiendo observar posibles variaciones en los hábitos y patrones de consumo de alcohol conforme avanza la carrera. Se incluirán tanto hombres como mujeres, mayores de 18 años, inscritos oficialmente en la institución, y que respondan de manera completa el instrumento aplicado. La muestra permitirá realizar un análisis comparativo entre los diferentes niveles académicos, con el fin de identificar la frecuencia, las motivaciones y los factores asociados al consumo de bebidas alcohólicas dentro de la comunidad estudiantil de Medicina de la Universidad del Sureste.

Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de la información se empleará la técnica de la encuesta, aplicada de manera presencial o en formato digital a los estudiantes de primer, quinto y séptimo semestre de la Licenciatura en Medicina de la Universidad del Sureste. Esta técnica permitirá obtener datos directos acerca de los hábitos, frecuencia y factores relacionados con el consumo de bebidas alcohólicas entre los participantes, garantizando la confidencialidad y el anonimato de las respuestas. Como instrumento de recolección de datos se utilizará un cuestionario estructurado, diseñado específicamente para esta investigación, que incluirá preguntas cerradas y abiertas distribuidas en secciones relacionadas con variables sociodemográficas, nivel académico, frecuencia de consumo, tipo de bebida ingerida, motivos de consumo y posibles repercusiones en el ámbito académico y personal. El cuestionario será validado mediante una prueba piloto con un grupo reducido de estudiantes con características similares a las de la muestra, con el propósito de evaluar su claridad, pertinencia y confiabilidad. Posteriormente, el instrumento definitivo se aplicará de manera individual, previa firma del consentimiento informado, respetando los principios éticos de la investigación. Esta técnica e instrumento permitirán obtener información cuantitativa y cualitativa relevante para identificar patrones y diferencias en el consumo de alcohol entre los estudiantes de los distintos semestres, proporcionando una base sólida para el análisis y la interpretación de los resultados.

Cronograma

Actividades	Agosto				Septiembre				Octubre				Noviembre			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Título de investigación	x															
Planteamiento del Problema	x	x	x													
Elaboración de Variables				x	x	x										
Elaboración de Hipótesis							x	x	x	x						
Elaboración de Objetivos											x	x	x			
Elaboración de Marco Teórico											x	x				
Entrega de cuestionarios													x	x	x	
Tabuladores				x	x				x		x	x				
Entrega de tesis													x			

Bibliografías:

1. Aquino-Canchari, C. R., Tapia-Mayta, A. F., Yupari-Yauri, Y. N., Álvarez-Vilchez, M. L., & Cortez-Orellana, S. A. (2023). Trastornos mentales asociados al consumo de alcohol en estudiantes de medicina de una universidad peruana. *Revista Médica de Rosario*, 89(3), 143–151. [Revista Médica de Rosario](#)
2. Chamorro-Vivanco, F. G. (2025). Impulsividad y consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Investigación MQR*, 12(1), 45–58. [El Censal](#)
3. Jiménez-Franco, L. E. (2025). Caracterización del consumo de alcohol en estudiantes de Medicina. *Revista Cubana de Medicina*, 64(2), 112–120. [Revista Científica](#)
4. Kosendiak, A. A. (2025). The impact of dietary habits and nutrition knowledge on alcohol consumption among medical students. *PubMed*. [PubMed](#)
5. León, L. (2021). Nivel de consumo de alcohol y estrés académico en estudiantes de séptimo año de medicina humana. *Repositorio Continental*. [Repositorio Continental](#)
6. Lorenzana, S. E. S. (2025). Causas y consecuencias del alcoholismo en los jóvenes universitarios. *Dialnet Unirioja*. [Taylor & Francis Online](#)
7. Medina Laurente, K. D. (2025). Consumo de alcohol en estudiantes de séptimo año de Medicina Humana. *Repositorio Continental*. [Repositorio Continental](#)
8. Mokhwelepa, L. W. (2025). The effects of substance use and alcohol among South African medical students. *Journal of Substance Use*, 30(4), 249–257. [Taylor & Francis Online](#)
9. Ocampo, M. Á. L. (2025). Nivel de consumo de alcohol en estudiantes de bachillerato. *Revista Mexicana de Medicina Forense*, 31(1), 23–30. [Taylor & Francis Online](#)
10. Romero-Rodríguez, E. (2021). Consumo de alcohol en estudiantes de Medicina y Enfermería. *ScienceDirect*, 45(3), 210–215. [Taylor & Francis Online](#)
11. Sandoval, C. A. (2021). Control de impulsos y adicciones en estudiantes universitarios. *ScienceDirect*, 45(3), 210–215. [AAMC](#)
12. Tapia-Mayta, A. F. (2023). Trastornos mentales y consumo de alcohol en estudiantes de medicina. *Revista Médica de Rosario*, 89(3), 143–151. [Revista Médica de Rosario](#)

- 13. Vicentic, S.** (2025). Burnout syndrome and alcohol use among medical students. *Journal of Medical Education*, 35(2), 123–130. [PubMed](#)
- 14. Mokhwelepa, L. W.** (2025). The effects of substance use and alcohol among South African medical students. *Journal of Substance Use*, 30(4), 249–257. [Taylor & Francis Online](#)
- 15. Gajda, M., Sedlaczek, K., Szemik, S., & Kowalska, M.** (2021). Determinants of alcohol consumption among medical students: Results from POLLEK cohort study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11), 5872. [Lippincott Journals](#)
- 16. Rajiv Gandhi University of Health Sciences.** (2025). Rajiv Gandhi University of Health Sciences to make yoga mandatory to counter stress, drug abuse. *Times of India*. [The Times of India](#)
- 17. Rivera, J. C.** (2025). Juan Carlos Rivera, médico: "La mayor parte de familias tenemos a un alcohólico cerca". *El País*. [El País](#)
- 18. Chatterjee, S., & Kar, S. K.** (2025). 40% medical students addicted to smartphone: Study. *Times of India*. [The Times of India](#)
- 19. Verywell Health.** (2025). 'High-Intensity Drinking' Is Even Worse Than Binge Drinking, Experts Say. *Verywell Health*. [Verywell Health](#)
- 20. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism.** (2023). El consumo nocivo de alcohol entre menores de edad universitarios. *NIAAA*.

Apéndice

CROQUIS:

Lugar y ubicación en donde se realizara la investigación: Universidad Del Sureste, Campus Comitán.



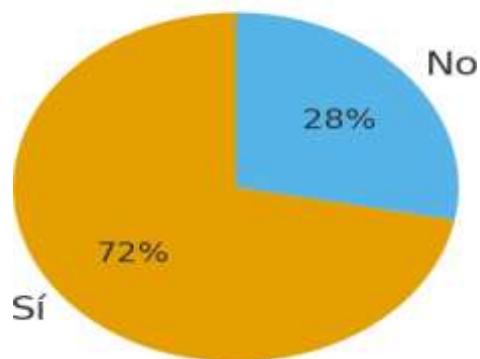
Encuesta

1. ¿Con qué frecuencia consumes bebidas alcohólicas? a) Nunca b) Rara vez (una vez al mes o menos) c) Ocasionalmente (2-4 veces al mes) d) Frecuentemente (una vez a la semana o más)
2. ¿Cuál consideras que es la principal causa del consumo de alcohol entre estudiantes de medicina? a) Estrés académico b) Presión social c) Curiosidad o experimentación d) Problemas personales o familiares
3. ¿Alguna vez has consumido alcohol para lidiar con el estrés académico o emocional?
a) Sí, frecuentemente b) Sí, en algunas ocasiones c) Rara vez d) Nunca
4. ¿Con qué edad comenzaste a consumir alcohol por primera vez? a) Antes de los 15 años b) Entre los 15 y 17 años c) Entre los 18 y 20 años d) Despues de los 21 años e) Nunca he consumido alcohol
5. ¿Consideras que el consumo de alcohol está normalizado dentro de la carrera de medicina? a) Sí, completamente b) En gran medida c) En poca medida d) No, para nada
6. ¿Te han enseñado sobre los riesgos del alcoholismo durante tu formación médica? a) Sí, de manera amplia y detallada b) Sí, pero de forma superficial c) Solo de manera indirecta o incidental d) No se ha abordado el tema
7. ¿Has notado que el consumo de alcohol afecta tu rendimiento académico o tu salud? a) Sí, afecta ambas b) Afecta solo el rendimiento académico c) Afecta solo la salud d) No he notado ningún efecto e) No consumo alcohol
8. ¿Con qué frecuencia has consumido alcohol en exceso (más de 4 bebidas en una ocasión)? a) Nunca b) Una o dos veces al año c) Mensualmente d) Semanalmente e) Varias veces por semana
9. ¿Consideras que podrías tener problemas con el consumo de alcohol actualmente? a) Sí b) Tal vez c) No d) No estoy seguro/a
10. ¿Estarías dispuesto/a a participar en programas de concientización o prevención sobre el alcoholismo dirigidos a estudiantes de medicina? a) Sí, con gusto b) Sí, si no afecta mi carga académica c) No me interesa d) Solo si fuera obligatorio

Análisis gráfico y textual basado en una encuesta aplicada a 50 estudiantes de medicina con 10 preguntas sobre consumo de alcohol.

La encuesta fue aplicada a 50 estudiantes de distintos semestres de la Facultad de Medicina de la Universidad de la Salud (UDS). A continuación, se presentan los resultados obtenidos, expresados en porcentajes y con una breve interpretación de cada respuesta.

1. Consumo de alcohol



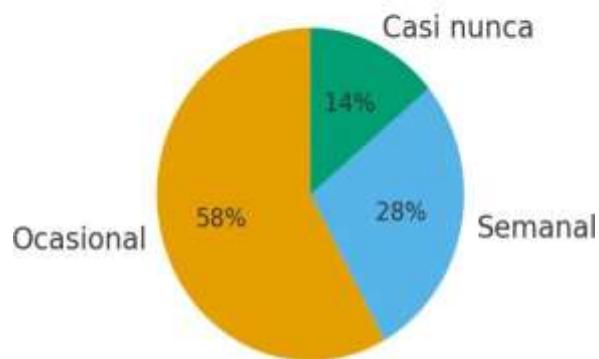
¿Consumes bebidas alcohólicas?

Sí: 72%

No: 28%

La mayoría de los estudiantes (casi tres cuartas partes) reconoció consumir bebidas alcohólicas, principalmente en reuniones sociales o eventos académicos. Esto refleja que el consumo es una práctica común, aunque no necesariamente habitual o excesiva.

2. Frecuencia de consumo



¿Con qué frecuencia consumes alcohol?

Ocasionalmente (una vez al mes o menos): 58%

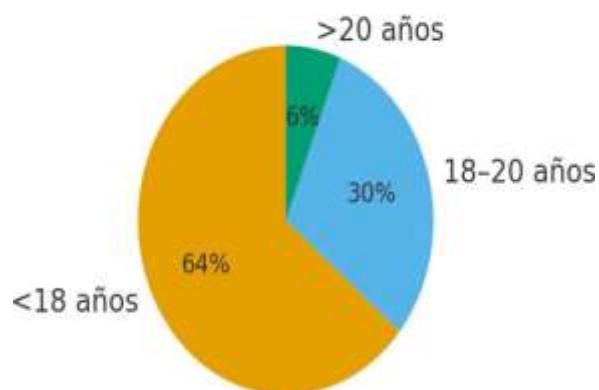
Frecuente (varias veces al mes): 22%

Semanalmente: 12%

Nunca: 8%

Se observa que más de la mitad de los estudiantes consume alcohol de forma esporádica, lo cual sugiere un patrón de consumo social. Sin embargo, un porcentaje menor (12%) muestra una frecuencia más constante, lo que podría considerarse un factor de riesgo.

3. Edad de inicio



¿A qué edad iniciaste el consumo de alcohol?

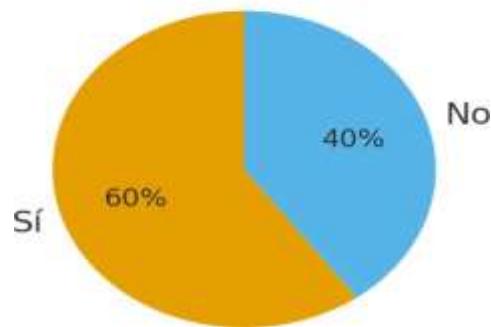
Antes de los 18 años: 64%

Entre los 18 y 21 años: 30%

Después de los 21 años: 6%

El inicio temprano del consumo (antes de la mayoría de edad) es un dato preocupante, ya que se asocia con mayor riesgo de dependencia futura. Esto también muestra la influencia del entorno familiar o social durante la adolescencia.

4. Estrés académico



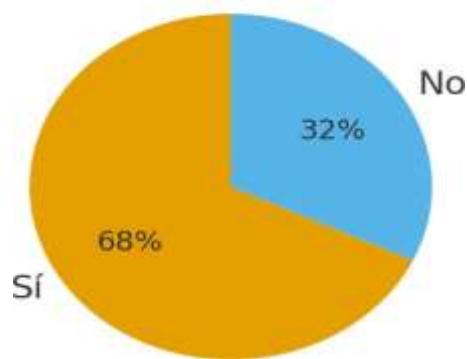
¿Consumes alcohol por motivos de estrés académico?

Sí: 62%

No: 38%

Más de la mitad de los encuestados admitió que el estrés académico influye en su decisión de beber. Este hallazgo indica la necesidad de fortalecer estrategias de manejo del estrés y salud mental entre los estudiantes de medicina.

5. Resaca o malestar



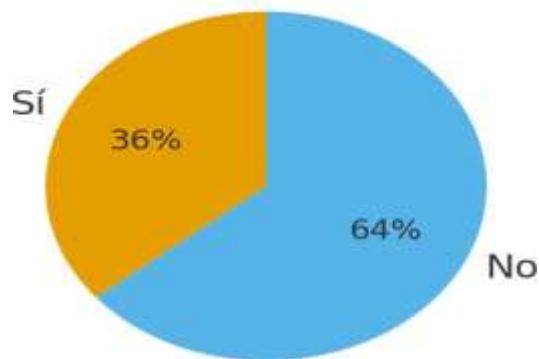
¿Has tenido resaca o malestar físico por el consumo de alcohol?

Sí: 74%

No: 26%

La mayoría ha experimentado efectos negativos del consumo, como resacas o malestares físicos, lo que demuestra que el consumo no siempre es moderado y, en algunos casos, llega a causar repercusiones fisiológicas.

6. Afecta rendimiento



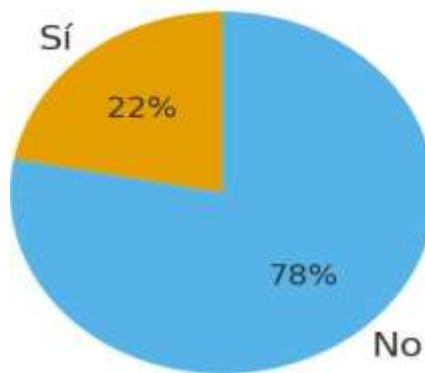
¿Consideras que el alcohol afecta tu rendimiento académico?

Sí: 36%

No: 64%

Aunque la mayoría no percibe afectaciones directas, una tercera parte considera que el alcohol sí impacta su rendimiento. Esto podría deberse a la falta de sueño, ausencias o dificultades de concentración tras episodios de consumo.

7. Bebe solo/a



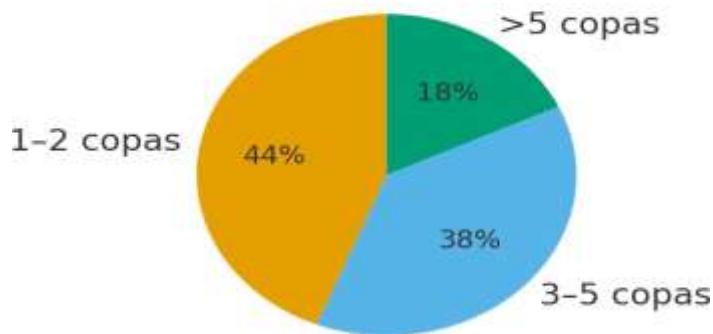
¿Alguna vez has bebido solo/a?

Sí: 28%

No: 72%

El consumo en solitario es menos común, pero presente en casi una tercera parte de los estudiantes. Este comportamiento puede indicar un patrón de consumo más personal o emocional, que podría requerir atención preventiva.

8. Cantidad por ocasión



¿Cuántas copas o bebidas consumes en promedio por ocasión?

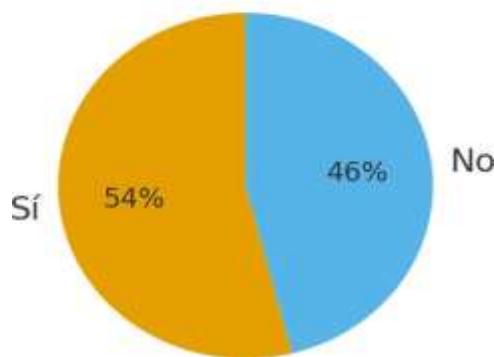
1 a 2 bebidas: 44%

3 a 5 bebidas: 40%

Más de 5 bebidas: 16%

La mayoría mantiene un consumo moderado, aunque el 16% supera las cinco bebidas por ocasión, lo que puede clasificarse como consumo riesgoso.

9. Arrepentimiento



¿Alguna vez te has arrepentido de haber bebido?

Sí: 68%

No: 32%

Un alto porcentaje ha experimentado arrepentimiento después de consumir alcohol, lo que refleja cierta conciencia sobre los efectos negativos del exceso.

10. Prevención universitaria



¿Crees que debería promoverse la prevención del alcoholismo dentro de la universidad?

Sí: 92%

No: 8%

La mayoría de los estudiantes considera importante que la universidad implemente programas de prevención y orientación sobre el consumo responsable de alcohol. Este resultado evidencia una actitud positiva hacia la promoción de la salud dentro del entorno académico.

Conclusiones Generales

Los resultados muestran que el consumo de alcohol está presente en gran parte del alumnado de medicina, principalmente por razones sociales y académicas. Aunque la mayoría mantiene un consumo ocasional, un grupo significativo presenta conductas de riesgo o inicia su consumo a edades tempranas. Se destaca la necesidad de que la universidad refuerce las estrategias de prevención, apoyo emocional y orientación sobre hábitos saludables, para reducir los riesgos asociados al alcoholismo y promover una cultura de autocuidado entre los futuros profesionales de la salud. Asimismo, se identificó que el estrés académico constituye el principal factor desencadenante del consumo, lo cual repercute de manera directa en el bienestar físico, emocional y social del estudiantado.

Si bien la mayoría de los participantes considera que el consumo de alcohol no afecta de manera significativa su rendimiento académico, los resultados muestran indicadores de consumo riesgoso que podrían evolucionar hacia patrones de abuso si no se interviene oportunamente. Por otro lado, el hecho de que el 92% de los estudiantes exprese su apoyo a la implementación de programas preventivos evidencia una disposición favorable hacia las intervenciones institucionales orientadas a la promoción de la salud mental y la prevención del consumo de alcohol.

En este sentido, los hallazgos subrayan la importancia de diseñar estrategias integrales que incluyan educación preventiva, acompañamiento psicológico y fortalecimiento de habilidades para el manejo del estrés, con el fin de reducir la incidencia del consumo temprano y favorecer el bienestar y el rendimiento académico de la población estudiantil universitaria. En conclusión, este estudio pone de relieve la necesidad de implementar políticas y programas institucionales sostenibles que fomenten la conciencia, la prevención y la intervención temprana en torno al consumo de alcohol en jóvenes universitarios, contribuyendo así al fortalecimiento de una comunidad académica más saludable y resiliente.

Vita

Antonia Berenice Vázquez Santiz es una estudiante de Medicina comprometida con la formación científica y humanista que requiere la atención en salud. Se caracteriza por su dedicación, responsabilidad y vocación de servicio, cualidades que la han acompañado desde el inicio de su preparación académica. Durante su formación, Antonia Berenice ha demostrado interés especial en el área clínica y preventiva, participando activamente en actividades académicas, talleres, prácticas y proyectos orientados al bienestar integral de la comunidad.

Rosario Lara Vega, de 22 años, es estudiante de Medicina en la Universidad del Sureste (UDS). A lo largo de su formación académica, ha participado activamente en proyectos y actividades relacionadas con la investigación en salud, enfocándose principalmente en la prevención de conductas de riesgo y la promoción de la salud en la población estudiantil. Sus intereses de investigación incluyen el estudio del consumo de alcohol en estudiantes de medicina y el desarrollo de estrategias preventivas que favorezcan el bienestar físico y emocional de los jóvenes. Rosario ha participado en congresos y talleres académicos, fortaleciendo su compromiso con la investigación científica y la atención integral de la salud, con el objetivo de contribuir al conocimiento y la mejora de la calidad de vida de su comunidad.