

Análisis de las actividades de ocio en estudiantes de primer curso de la Facultad de Educación: Relación con el alcohol

Javier EXPÓSITO, Luís M. GARCÍA MORENO, Claudia SANHUEZA y
M^a Teresa ANGULO
Universidad Complutense de Madrid

Recibido: Mayo 2008

Aceptado: Septiembre 2008

Resumen

Mediante un cuestionario hemos analizado las actividades de ocio durante el fin de semana (FS) y el peso que el consumo de alcohol tiene entre ellas en una muestra de 705 estudiantes (18-23 años, 86% mujeres) de nuestra Facultad. Las encuestas revelaron que durante el FS los jóvenes realizan sus principales actividades en ambientes en los que es frecuente el alcohol, y que, de hecho, tienen una amplia experiencia con su consumo, aunque con un perfil de intensidad muy variado. En general, el aumento del consumo en FS se asoció con una mayor prevalencia e intensidad de resacas y de consumo en días laborables. Este perfil, salvo excepciones, es válido para ambos sexos. En cualquier caso, los perfiles de consumo de nuestros estudiantes son similares a los revelados por otras encuestas realizadas a jóvenes españoles de la población general con edades similares.

Palabras clave: Estudiantes de Educación, Actividades de Ocio, Consumo de Alcohol.

Abstract

In this study we have analyzed through a questionnaire the leisure activities over the weekends and the weight of alcohol consumption is between them in a sample of 705 students (aged 18-23, 86% female) of our institution. The results showed that during the weekend students develop their main leisure activities in environments in which alcohol consumption is frequent, and that they also have an extensive experience with alcohol, but with very different profiles of intensity alcohol consumption between them. We found that as levels of alcohol consumption over weekends increase also increase the prevalence and intensity of hangovers and the alcohol consumption during weekdays. Emphasize that these results are, with few exceptions, similar in both sexes. In any case, the alcohol consumption profiles of our students are very similar to that shown by other surveys carried out in Spanish general population of similar age.

Keywords: Education students; leisure time activities, alcohol consumption.

“El ocio, o tiempo libre, se caracteriza por cuatro elementos fundamentales. En primer lugar, es el tiempo que no se dedica a trabajar o estudiar, ni comer o dormir. En segundo lugar, es un tiempo relacionado con el disfrute y la diversión. En tercer

lugar, es un tiempo útil para sentirse bien, para aprender cosas, o para nuestras relaciones afectivas. Por último, es un tiempo en el que hacemos uso de nuestra iniciativa (haciendo lo que deseamos) y de nuestra libertad, ya que no estamos obligados a hacer algo concreto” (Medina y Cembranos, 2002, p.6). Los jóvenes consideran su tiempo de ocio como uno de los aspectos más importantes de su vida. Concretamente, según el Estudio EJ113 del Instituto de la Juventud (INJUVE), en 2006 el 97,7% de los jóvenes entre 15-24 años lo consideraban bastante o muy importante en su vida, y no sólo por su función de evasión sino porque es en este período donde construyen su red de relaciones sociales. Esto convierte al tiempo libre en un factor socializador de primer orden, el tiempo de la vida del joven en el que se producen más intercambios de normas, de conductas y de valores (Centro Nacional de Información y Comunicación Educativa, 2007). En los últimos años el tiempo de ocio de los jóvenes sobrepasa las 25 horas semanales (INJUVE, Estudio EJ124, 2007), que fundamentalmente se localizan en los fines de semana. Estos se han convertido en un período de ruptura con las obligaciones académicas y laborales además de un tiempo en el que exploran su propia autonomía personal. Dentro del hogar, el aislamiento relativo refugiados en televisión, ordenador, videojuegos o cascos del MP3, etc.; fuera, los amigos, la posibilidad de conocer nuevas personas, de establecer nuevas relaciones, de acometer actividades que permiten experimentar nuevas sensaciones (propia autonomía, independencia del adulto, ruptura de normas y límites, toma de riesgos, etc.) que resultan muy estimulantes pero que también implican peligros.

Como iremos analizando, datos procedentes de diversas fuentes ponen de manifiesto que las actividades que desarrollan los jóvenes en su tiempo libre fuera de su hogar son de marcado carácter social y asociadas con frecuencia a la noche y al consumo de sustancias psicoactivas, especialmente alcohol (INJUVE, Estudio EJ124, 2007). Esta asociación entre diversión y consumo de drogas se ha ido asumiendo entre la mayoría de los jóvenes de tal manera que, en la práctica, se ha convertido en un referente estable en lo relativo al tiempo libre y la diversión. Esto responde a diversos factores que sería complejo desmenuzar aquí, pero de los cuales el económico no sería baladí. El ocio genera mucho dinero en un país como el nuestro y los jóvenes manejan dinero y son asiduos consumidores de ocio y durante el ocio.

Sin embargo, es el estudio del consumo juvenil de alcohol durante el ocio el que en los últimos años ha ido cobrando una relevancia especial en nuestro país. En España se ha venido conformando un modelo juvenil de consumo de alcohol, la moda del “botellón”, que se caracteriza por: a) iniciación precoz; b) consumo en días de ocio; c) práctica en compañía de los amigos; d) consumo hasta la embriaguez; y e) preferencia por las bebidas combinadas de alta graduación (Secades, 1998). Este patrón es bastante regular y se mantiene con independencia del nivel de estudios, la clase social o, lo que es especialmente relevante, el sexo. Según el informe de la Encuesta Estatal 2006-2007 sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES 2006-2007) de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas (DGPNSD, 2007), el 79,6% de los estudiantes españoles de 14-18 años han probado alcohol alguna vez en su vida, iniciándose en su consumo a los 13,8 años de media y en su consumo semanal

a los 15,0 años. Considerando los 30 días previos a la encuesta, el 58% de los menores había bebido algún día, el 21,8% había consumido alcohol todos los fines de semana, el 44,1% de los que habían bebido confesaba haberse emborrachado, el 14,6% se ha emborrachado más de 3 veces en ese período. Durante el fin de semana las bebidas de consumo más extendido son los combinados/cubatas (51,6%), seguido de la cerveza/sidra (27,9%), los licores fuertes (23,0%) y de frutas (20,6%). Datos del Instituto de la Juventud correspondientes a Mayo de 2007 en jóvenes de 15 a 19 años de la población general indican que el 61,8% sale las noches del fin de semana de "bares, cafeterías y *pubs*", y que el 37,9% "van de botellón" de forma habitual (INJUVE, Estudio EJ124, 2007).

Así pues, el hecho de que el consumo de alcohol se haya convertido en una práctica muy extendida entre los jóvenes es un tema preocupante, no tanto por el peso real o mediático que puede tener el conocido *botellón*, sino porque implica a un porcentaje significativo de adolescentes y jóvenes que pueden abusar del alcohol y otras sustancias y porque, en muchas ocasiones, dicho consumo se ha convertido en la actividad central de sus días de ocio. Además, junto a las consecuencias negativas más visibles de esta forma de "ocio", como son las molestias para los vecinos, peleas y gamberradas o, sobre todo, los accidentes de tráfico (según la encuesta ESTUDES 2006-2007, el 22% de los estudiantes de 14-18 años y el 34,3% de los de 18 años, reconocen haber sido pasajeros en el último año de vehículos conducidos por alguien bajo los efectos del alcohol), debemos considerar también aquellas relacionadas con el propio organismo del joven. En este sentido es necesario reconocer que aún no se dispone de un conocimiento realmente preciso sobre los efectos nocivos del alcohol sobre el organismo en sujetos jóvenes, debido fundamentalmente a que se ha realizado un número insuficiente de estudios, la mayoría de ellos meramente descriptivos o realizados con modelos animales, y porque se necesita un tiempo de exposición al alcohol para que se produzcan efectos (Comisión Clínica de la DGPNSD, 2007).

Sin embargo, una de las repercusiones orgánicas que más claramente se van estableciendo con relación al abuso de alcohol en jóvenes es su efecto dañino en el cerebro. En la actualidad sabemos que el abuso intermitente de alcohol produce modificaciones neuromorfológicas, neurofisiológicas y cognitivas en el cerebro adulto y joven (Ver revisiones: Oscar-Berman y Marinkovic, 2003 y 2007; Tapert y Schweinsburg, 2005; Zeigler et al., 2005). Este hecho tiene gran importancia en jóvenes porque durante esta etapa de la vida se producen procesos neuromadurativos que hacen a su cerebro más vulnerable al abuso de alcohol que al cerebro del adulto (Crews y Nixon, 2005; Crews, He y Hodge, 2007). Así, con respecto a este último, el cerebro adolescente presenta una mayor tasa de formación de células cerebrales nuevas (neurogénesis), una intensa "poda" sináptica y una extensa mielinización axónica, junto a una amplia reorganización en la inervación de algunos sistemas de neurotransmisores (Zeigler et al., 2005; Carpenter-Hyland y Chandler, 2007; Giedd, 2008). Estos cambios neuromadurativos afectan sobre todo a las estructuras límbicas, claves en el aprendizaje, la memoria y el procesamiento emocional, y a las regiones prefrontales, que lo serían en el desarrollo de las funciones ejecutivas, la atención, la

creatividad, etc., pero también en un aspecto crucial en la vida del adolescente, la interacción social (Blakemore y Choudhury, 2006). De hecho, son estas funciones neurocognitivas las que parecen afectarse primeramente en jóvenes que abusan del alcohol (Tapert y Schweinsburg, 2005; Townshend y Duka, 2005; García-Moreno, Expósito, Sanhueza y Angulo, 2008). Además, el organismo adolescente no sólo es más susceptible a los efectos neurotóxicos del alcohol, sino que con su consumo se produce un aumento persistente de la tolerancia a los efectos hipnóticos y metabólicos del etanol, lo que le hace menos sensible a las señales negativas que contribuyen a moderar la ingesta aguda del mismo (Silvers, Tokunaga, Mittleman y Matthews, 2003). Es decir, los jóvenes, por serlo, tendrían un riesgo añadido de sufrir cambios en la estructura de su cerebro, alteraciones de la actividad neurofisiológica y déficit cognitivo, lo que podría condicionar sus futuras oportunidades en los ámbitos académico, profesional y social, e incluso repercutir en su relación de dependencia con el alcohol (Stephens, 1995; Zeigler et al., 2005).

En este contexto el presente artículo plantea afrontar los siguientes objetivos: a) conocer las actividades principales de nuestros alumnos durante los días de ocio, b) establecer el peso que entre ellas tiene el consumo de alcohol y, c) indagar sobre posibles repercusiones o cambios de conducta achacables a esa relación. En el presente artículo sólo se abordarán los dos primeros objetivos. Para estos propósitos diseñamos un cuestionario autoaplicado que denominamos “Encuesta sobre la Salud y Actitudes de la Juventud” (ESAJ). El ESAJ es un instrumento de recogida de información general donde es el propio joven quien de manera anónima nos aporta datos relevantes sobre diversas áreas de su historia previa (escolar, médica, etc.) y actual (actividades de ocio, experiencia actual universitaria, etc.). Los datos recopilados mediante este instrumento nos permiten además comparar, en la medida de lo posible, el perfil de nuestros estudiantes en esas áreas con los obtenidos por otras encuestas recientes, y así conocer el grado de aproximación de nuestros alumnos al perfil de la población general española de su misma edad. Por último, es necesario subrayar que nuestro estudio en ningún caso pretende ser un análisis sociológico profundo de la población universitaria, sino simplemente describir los resultados del cuestionario para así analizar el grado y tipo de relación que nuestros estudiantes guardan con el alcohol durante sus actividades de ocio y explorar posibles repercusiones debidas a esta relación en distintas áreas de sus vidas.

Metodología

Pasamos a describir someramente las herramientas y el procedimiento seguido para la realización del presente trabajo.

- **Cuestionario:** para el presente estudio desarrollamos un instrumento de recogida confidencial de información que denominamos “*Encuesta sobre la Salud y las Actitudes de la Juventud*” (ESAJ). El ESAJ es un cuestionario autoaplicado en el que a lo largo de 160 preguntas se va recopilando información general sobre diferentes áreas vitales del joven: antecedentes

médicos y psicológicos importantes, historia escolar, actividades habituales de ocio durante el fin de semana, incluido un apartado sobre el consumo de sustancias psicoactivas; también se incluyen preguntas encaminadas a la detección de problemas relacionados con el sueño y la salud física y mental general, un bloque de opiniones respecto al grado de satisfacción sobre distintos aspectos académicos, docentes y de infraestructura de la Facultad de Educación, así como un apartado sobre sentimientos, emociones y actitudes asociados a la reciente experiencia en el entorno universitario. Por cuestiones prácticas, en nuestro estudio hemos equiparado el concepto de “*tiempo de ocio*” con el de tiempo libre, es decir, aquellos intervalos horarios que no se corresponden con la asistencia a clases o con trabajos regulares.

- **Población:** en un principio se incluyeron como posibles sujetos para el estudio a todos los estudiantes matriculados por vez primera en asignaturas de Psicobiología que se imparten en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid, concretamente alumnos cursando las especialidades de Magisterio en Audición y Lenguaje, Educación Especial y Educación Social, así como la licenciatura en Pedagogía. El rango etario elegido fue entre los 18 y los 23 años de edad, ya que se corresponde aproximadamente con la etapa psicosocial denominada “*juventud*” o “*jóvenes en transición*”, es decir, entre la adolescencia y la edad adulta, propuesto por Domingo Comas en “*Las experiencias de la vida: aprendizajes y riesgos*”, parte III del Informe Juventud en España 2004 (IJE-2004) y que establece entre los 19 y 23 años de edad (Aguinaga *et al.*, 2005, p.283).
- **Muestra:** del total de la población de estudiantes de las asignaturas de Psicobiología, el número de alumnos que eligieron libremente cumplimentar la encuesta fue de 745, resultando finalmente válidas para el estudio 705 encuestas, ya que 40 fueron eliminadas por incorrectas o por estar incompletas. La recopilación de datos se realizó a lo largo de cuatro cursos académicos (2003/04 al 2006/07), siempre entre los meses de Noviembre y Diciembre.
- **Análisis estadísticos:** para describir las características de nuestra muestra y clasificar sus actividades de ocio se aplicaron técnicas estadísticas descriptivas y tablas de contingencia. En el caso de considerar posibles relaciones entre variables se empleó la prueba de ji cuadrado (χ^2) como prueba de contraste para variables cualitativas, utilizándose la V de Cramér como coeficiente de asociación (cuyo valor puede ir de 0 ó sin relación, a 1 ó asociación perfecta). Para el caso de variables ordinales se aplicaron técnicas de análisis de varianza no paramétrica (*H* de Kruskal-Wallis) para estimar la influencia de ciertos factores (p. ej., sexo y niveles de consumo) sobre índices concretos y, en el caso de encontrar efectos significativos se realizaron comparaciones individuales entre grupos basados en rangos (*U* de

Mann-Whitney o W de Wilcoxon). Para el caso de variables cuantitativas se utilizaron las correspondientes pruebas paramétricas de análisis de varianza y contraste de medias (F de Fisher y t de Student).

Resultados

Para facilitar el análisis de los resultados vamos a presentarlos en diferentes apartados.

Características de la muestra

La Figura 1 presenta la distribución de los jóvenes de la muestra por edad y sexo. Resulta obvio el predominio de mujeres con respecto a los hombres, un hecho generalizado en todas las titulaciones de la Facultad de Educación. Esta diferencia porcentual no se ajusta a la representatividad real de los sexos en el conjunto de la población general joven, lo que implica que los resultados del presente estudio a partir a partir del global de la muestra no pueden generalizarse de forma directa al conjunto de la población joven universitaria sin el previo análisis del efecto del factor sexo. De resultar este último significativo las inferencias deberían realizarse a partir de cada género por separado, siendo especialmente representativo en el caso de las mujeres. Por otro lado, la media de edad de la muestra fue de 19,35 años (19,27 años para las mujeres y 19,84 años para hombres). Tanto la media como la distribución por edades refleja el mayor peso que en nuestra muestra se concede a los jóvenes de entre 18 y 20 años frente a los de 21 ó más años (Figura 1). Este hecho es previsible ya que las asignaturas de Psicobiología se imparten básicamente en el primer curso de las distintas titulaciones analizadas. Indicar que aunque la diferencia de unos 7 meses entre varones y mujeres resultó significativa ($t=3,75$; $p<0,00018$), no pensamos que tenga un efecto relevante sobre las conductas y variables que aquí se analizan.

Con respecto a la actividad principal desarrollada por los jóvenes de la muestra, indicar que la mayoría de los encuestados, el 69,6%, se dedica exclusivamente a estudiar, mientras que el 30,3% compatibiliza el estudio con otra profesión o con trabajos esporádicos. Se obtiene una diferencia significativa ($t=6,63$; $p<0,00033$) entre la media de edad del grupo de jóvenes que trabaja y estudia, 19,8 años ($\pm 1,5$), y la de aquellos que sólo estudian, 19,1 años ($\pm 1,2$). Así, con independencia de su sexo, los estudiantes que trabajan son en promedio unos 9 meses mayores que aquellos que se dedican a estudiar en exclusiva, probablemente relacionado con la necesidad de buscar una mayor autonomía económica con la edad. Además, aunque la actividad principal de la mayoría de los jóvenes independientemente de su sexo es el estudio, es mayor la proporción de varones que estudian y trabajan (47,9%) que la de mujeres (27,5%) que se dedican a ambas actividades ($\chi^2=16,2$; $p<0,0001$).

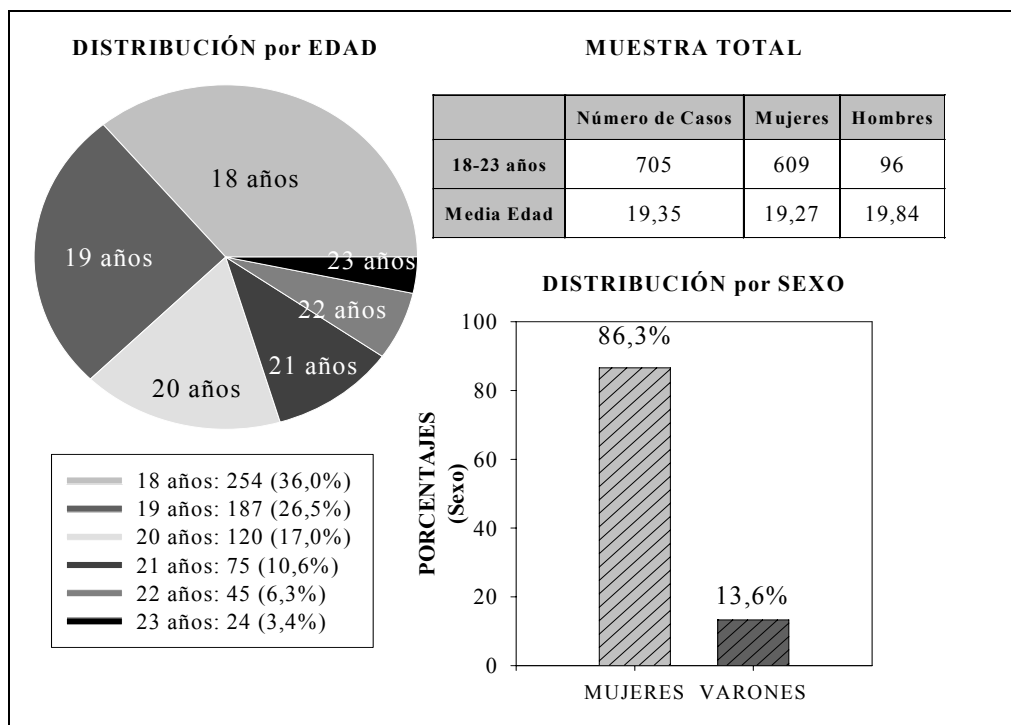


Figura 1. Distribución de la muestra por edad y sexo.

En definitiva, nuestra muestra se caracteriza principalmente por jóvenes de entre 18 y 20 años de edad (79,5%) con predominio acusado del género femenino (86,3%) frente a una relativa minoría de varones (13,6%), unos 7 meses mayores. Su actividad principal es el estudio aunque los varones intentan en mayor grado compatibilizarlo con un trabajo.

Ocio y tiempo libre

A continuación analizaremos la frecuencia con la que nuestros estudiantes suelen realizar distintas actividades en su tiempo libre, básicamente durante los fines de semana. Para ello, el ESAJ presenta un listado cerrado de actividades concretas que sondan diversos campos de ocio, como el deporte, la cultura, la evasión, el descanso, etc. Estas actividades son similares a aquellas analizadas en encuestas y sondeos generales sobre ocio y tiempo libre juvenil, como, por ejemplo, los sondeos publicados por el INJUVE en los años 2004 (Estudio EJ100, Resultados, p.10-14; Estudio EJ089, Resultados marginales del IJE-2004, p.33) y 2007 (Estudio EJ124, Resultados, p.11). El ESAJ se diferencia de los anteriores en que cada actividad está graduada en siete niveles de frecuencia, desde 0 (“nunca jamás”) hasta 6 (“siempre,

todos los días que puedo”) pasando por 3 (“la mitad de los días”), y en la que el joven debe tomar como referencia temporal para decidir sobre lo habitual de una actividad concreta los días de fin de semana del último año, exceptuando el período estival. Este procedimiento aporta información no sólo del porcentaje de estudiantes que realizan o no cada actividad propuesta, sino también de la frecuencia con la que los jóvenes la practican en sus días libres.

La Tabla 1 muestra el porcentaje de jóvenes que en el último año han realizado, en al menos una ocasión, las actividades propuestas. Las actividades se han ordenado según el porcentaje de practicantes del total de la muestra, desglosándose posteriormente los mismos datos por sexo. Como puede observarse el rango de experiencia de los jóvenes en el último año con las actividades propuestas varía ampliamente, ya que mientras algunas tienen un carácter casi universal al haber sido practicadas por un 95% o más de la muestra, otras son mucho más minoritarias interesando en alguna ocasión apenas al 58% de los jóvenes.

Actividades durante el fin de semana (referidas al último año)	% total	% mujeres	% hombres
Ir a bares, locales, fiestas, etc.	99,29	99,51	97,92
Estudiar en casa, biblioteca, etc. (*)	99,14	99,17	98,95
Ir al cine, al teatro, espectáculos, etc.	98,72	98,84	97,92
Ver TV, vídeos, música, internet, etc.	98,36	98,26	98,95
Leer libros	97,79	98,30	94,50
Descansar, no hacer nada	96,84	96,67	97,89
Practicar deporte o ejercicio	93,75	93,26	96,87
Beber con los amigos, hacer botellón	92,14	92,38	90,62
Viajar, turismo, etc.	90,54	91,60	84,04
Excursión al campo o a la montaña	89,06	90,13	82,29
Museos, exposiciones, etc.	85,58	86,39	80,64
Juegos (rol, cartas, PC, consolas, etc.)	85,51	84,05	94,73
Centros de ocio alternativo	84,17	83,64	87,50
Buscar algún trabajo	80,33	79,15	87,36
Cursos, conferencias, etc.	70,41	70,08	72,34
Actividades asociativas y voluntariado	64,66	66,52	55,78
Otras actividades o aficiones no citadas	58,45	59,12	54,18
(*) Durante su tiempo libre			
Base: Total de la muestra			

Tabla 1. Porcentaje de estudiantes que han practicado cada actividad en el último año.

La Tabla 2 presenta las actividades más habituales de los jóvenes en los fines de semana del último año, tanto para el conjunto de la muestra como para cada sexo en particular. Al interesarnos la frecuencia con la que se practica una actividad concreta hemos utilizado como base para esta tabla sólo a aquellos jóvenes que dicen haberlas realizado al menos una vez en el último año. En líneas generales las actividades más practicadas el fin de semana se encuentran, salvo alguna excepción ligada al género, entre una puntuación media de 3 (“*la mitad de los días*”) a 4 (“*bastantes días*”). Se hace evidente que las actividades más habituales el fin de semana son también aquellas más extendidas entre los jóvenes, con la lógica excepción de aquellos que tienen aficiones personales o *hobbies*, es decir, relativamente pocos jóvenes tienen otras aficiones o intereses personales (por ejemplo, cantar o montar en moto) pero como aficiones son muy practicadas por aquellos a quienes les interesan. En la Tabla 2 también presentamos las actividades menos habituales entre los estudiantes y que se sitúan entre una puntuación media de 1 (“*casi nunca*”) a 2 (“*algunos días*”). Los datos indican que las actividades menos habituales o atractivas para los jóvenes son también las menos extendidas en el conjunto de la muestra.

Así pues, la Tabla 2 muestra que las actividades más practicadas por los jóvenes de nuestra muestra en el último año, concretamente en más de la mitad de los días de ocio, son: “*ir a bares, locales y fiestas*”, “*descansar, no hacer nada*”, “*ver televisión, escuchar música, internet*”, “*leer libros*”, “*beber con los amigos*”, “*estudiar*”, “*ir al cine, al teatro o a espectáculos*” y “*otras actividades o aficiones*”. Salvo “*otras aficiones*”, todas las actividades citadas tienen un alto grado de penetrancia entre los jóvenes de la muestra, ya que en el último año han sido practicadas por un 92% o superior. En cambio, las actividades que apenas se realizan en los días de ocio son: “*cursos, conferencias, etc.*”, “*juegos (rol, cartas, PC, consolas)*”, “*ir a museos y exposiciones*” y “*actividades asociativas y voluntariado*”. Estas actividades poseen una extensión entre los jóvenes mucho más variable, habiéndolas practicado al menos una vez en el último año entre el 64% y el 85% del total de la muestra. Aunque una comparación directa de estos resultados con otras encuestas generales sobre actividades de ocio en jóvenes españoles puede resultar algo forzada debido a las diferencias muestrales y metodológicas, pensamos que sí es posible establecer cierto grado de concordancia general entre las actividades más y menos habituales. Por ejemplo, si utilizamos como referencia los citados sondeos publicados por el INJUVE referidos a los años 2004 (EJ100, IJE-2004) y 2007 (EJ124), encontramos que los jóvenes de la población general española de entre 15-19 y 20-24 años de edad, tienen como hábitos preferentes en sus días libres (practicados por un 75% ó más de la muestra): reunirse con amigos, escuchar música o la radio, ver la televisión, usar o jugar con el ordenador e ir al cine. Por el contrario, ambos grupos etarios apenas realizan (practicados por el 25% o menos de la muestra): actividades asociativas y voluntariado, asistencia a conferencias, visitas a museos e ir al teatro. Si comparamos estos resultados en población general con los obtenidos en nuestra encuesta, observamos una razonable semejanza en el perfil de las actividades habituales e inusuales. Sin embargo, también existe una importante discrepancia, concretamente

la alta frecuencia con la que nuestros estudiantes suelen “*ir a bares y locales y fiestas*”, o beben o hacen *botellón* con los amigos, lo que sólo representa una práctica media en los jóvenes de los estudios del INJUVE.

Actividades Más habituales	Frecuencia de realización durante el último año			Diferencia Estadística ⁽¹⁾
	TOTAL	Mujeres	Hombres	
Ir a bares, locales, fiestas, etc.	3,73	3,75	3,61	No significativa
Descansar, no hacer nada.	3,66	3,74	3,26	$U=2,42; p<0,015$
Ver TV, vídeos, música, internet, etc.	3,42	3,44	3,30	No significativa
Leer libros.	3,25	3,35	2,58	$U=4,78; p<0,0001$
Beber con los amigos, hacer botellón.	3,20	3,18	3,32	No significativa
Estudiar en casa, biblioteca, etc.	3,14	3,23	2,58	$U=4,84; p<0,0001$
Ir al cine, al teatro, espectáculos, etc.	3,01	3,05	2,73	$U=2,66; p<0,007$
Otras actividades o aficiones.	3,00	2,98	3,17	No significativa
Practicar deporte o ejercicio.	2,22	2,05	3,21	$U=6,40; p<0,0001$
Actividades Menos habituales	Frecuencia de realización durante el último año			Diferencias Estadística ⁽¹⁾
	TOTAL	Mujeres	Hombres	
Actividades asociativas, voluntariado.	2,00	2,00	1,96	No significativa
Museos, exposiciones, etc.	2,00	2,00	1,96	No significativa
Juegos (rol, cartas, PC, consolas).	2,00	1,90	2,59	$U=5,40; p<0,0001$
Cursos, conferencias, etc.	1,93	1,95	1,83	No significativa
Base: Sólo aquellos jóvenes que las han practicado al menos una vez en el último año.				
Rango de Frecuencia: (1) casi nunca, (2) algunos días; (3) la mitad de los días (4) bastantes; (5) la mayoría; (6) siempre.				
(1) Diferencia estadística entre géneros				

Tabla 2. Actividades más y menos habituales entre los jóvenes de la muestra durante los fines de semana del último año.

La causa de esta discrepancia puede estar en los términos con los que se formula la pregunta a los jóvenes, ya que en el caso de los estudios INJUVE se indaga sobre actividades “durante el tiempo libre” mientras que en nuestro caso se concreta “durante el fin de semana”. De hecho, cuando los sondeos EJ100 (p.18) y EJ124 (p.14) solicitan directamente las actividades que se realizan por las noches los fines de semana los hábitos cambian, siendo las actividades más habituales en ambos grupos de edad (realizadas por más del 50% de los jóvenes): “ir a bares, cafeterías y pubs”, “ir a bailar, a discotecas” y “a casa de algún amigo”.

En un intento por reducir en lo posible la influencia en la respuesta de los términos “*tiempo libre*” y “*fin de semana*”, vamos a realizar otro tipo de aproximación comparativa. Para ello vamos a ordenar las actividades que más se realizan DENTRO y FUERA del HOGAR los días de ocio, de forma similar a las dos tablas incluidas en el Informe Juventud en España 2004 (Aguinaga et al., 2005), y que presentan las actividades a las que los jóvenes dedican más tiempo FUERA (Tabla 3.47, p.334) y DENTRO (Tabla 3.48, p.335) del HOGAR en los últimos tres meses. La Tabla 3 presenta las tres actividades más habituales que practican nuestros estudiantes FUERA y DENTRO del HOGAR durante los fines de semana. En concreto, para FUERA obtuvimos: “*Ir a bares, locales, fiestas, etc.*”, “*Beber con los amigos, hacer botellón*”, e “*Ir al cine, al teatro, espectáculos, etc.*”; y para DENTRO: “*Descansar, no hacer nada*”, “*Ver TV, vídeos, música, internet, etc.*”, y “*Leer libros*”. Si atendemos a la Tabla 3.47 del estudio IJE-2004 encontramos que las actividades de ocio a las que se dedicaba más tiempo FUERA del HOGAR entre los jóvenes de 15-19 y 20-24 años fueron: “*salir con amigos*”, “*hacer deporte*”, “*salir de copas*” e “*ir al cine*” (aunque “*hacer deporte*” tuvo un peso mucho menos importante cuando se le consideró exclusivamente como actividad de ocio, p.69). Por otro lado, la Tabla 3.48 del IJE-2004 muestra que las principales actividades de ocio DENTRO del HOGAR fueron, para el grupo de 15 a 19 años: “*ver TV*”, “*escuchar música*”, “*ordenadores, internet, vídeo juegos*” y “*descansar, no hacer nada*”; y para el grupo de 20-24 años: “*ver TV*”, “*escuchar música*”, “*lectura*” y “*descansar, no hacer nada*”. Por tanto, tomando como referencia los estudios del INJUVE y pese a las diferencias metodológicas, las actividades de ocio de nuestros estudiantes dentro y fuera del hogar no parecen alejarse mucho del perfil general de los jóvenes españoles de su rango de edad.

FUERA del HOGAR	Frecuencia Total Muestra	DENTRO del HOGAR	Frecuencia Total Muestra
Ir a bares, locales, fiestas, etc.	3,73	Descansar, no hacer nada	3,66
Beber con los amigos, hacer botellón	3,20	Ver TV, vídeos, música, internet.	3,42
Ir al cine, al teatro, espectáculos, etc.	3,01	Leer libros	3,25
	Frecuencia Mujeres		Frecuencia Mujeres
Ir a bares, locales, fiestas, etc.	3,72	Descansar, no hacer nada	3,74
Beber con los amigos, hacer botellón	3,18	Ver TV, vídeos, música, internet.	3,44
Ir al cine, al teatro, espectáculos, etc.	3,05	Leer libros	3,35
Ir a bares, locales, fiestas, etc.	3,61	Ver TV, vídeos, música, internet.	3,30
	Frecuencia Hombres		Frecuencia Hombres
Beber con los amigos, hacer botellón	3,32	Descansar, no hacer nada	3,26
Practicar deporte o ejercicio	3,21	Otras actividades o aficiones	3,17
Base: Sólo aquellos jóvenes que las han practicado al menos una vez en el último año.			
Frecuencia: (1) casi nunca, (2) algunos días; (3) la mitad de los días (4) bastantes; (5) la mayoría; (6) siempre.			

Tabla 3. Actividades más habituales realizadas por los jóvenes DENTRO y FUERA del HOGAR durante los fines de semana del último año.

Sin embargo, nuestra muestra presenta la peculiaridad de tener un alto predominio de mujeres, por lo que debemos analizar los datos obtenidos considerando cada sexo por separado. En este sentido, la Tabla 2 nos informa de que las actividades más practicadas el fin de semana por nuestras estudiantes fueron: “*ir a bares, locales, fiestas*”, “*descansar, no hacer nada*”, “*ver televisión, escuchar música, internet*”, “*leer*”, “*estudiar*”, “*beber con los amigos*” e “*ir al cine*”; y en el caso de los hombres: “*ir a bares, locales, fiestas*”, “*beber con los amigos*”, “*ver televisión, escuchar música, internet*”, “*descansar, no hacer nada*”, “*hacer deporte*” y “*otras aficiones*”. Por su parte, las actividades menos frecuentes fueron, en el caso de las mujeres: “*juegos (rol, cartas, PC, consolas)*”, “*cursos, conferencias, etc.*”, “*actividades asociativas y voluntariado*”, e “*ir a museos y exposiciones*”, mientras que en los varones fueron: “*cursos, conferencias, etc.*”, “*actividades asociativas y voluntariado*” e “*ir a museos y exposiciones*”. Los análisis estadísticos mostraron diferencias significativas en la

frecuencia con la que hombres y mujeres practican determinadas actividades (Tabla 2). Así, las mujeres descansan más que los varones, pero también leen, estudian y van más al cine o al teatro. En cambio los varones se entretienen más haciendo deporte y jugando (vídeo juegos principalmente). Entre las actividades que con más frecuencia se practican en el fin de semana y que no deparan diferencias estadísticas entre géneros tenemos: “*ir a bares, locales, fiestas, etc.*”, “*beber con los amigos, hacer botellón*” y entretenerse en casa viendo televisión o vídeos, escuchar música o usar internet. Estas diferencias de género concuerdan con otros estudios del INJUVE en población general, como el sondeo EJ124 de 2007 en cuyas conclusiones nos indican que “los chicos prefieren ir de copas, practicar deporte y usar ordenadores y vídeo juegos, mientras que las chicas se decantan en mayor medida por las actividades culturales (leer, cine, teatro, exposiciones), por ir de compras y por estar con la pareja” (p.18).

En definitiva, atendiendo a la Tabla 3 observamos claramente que, con independencia del sexo, los jóvenes de nuestra muestra, durante su ocio del fin de semana, suelen realizar actividades con sus amigos en “*bares, locales y fiestas*”, y “*bebiendo y haciendo botellón*” (más de la mitad de los días de fin de semana del último año), siendo actividades alternativas el cine o teatro en el caso de las mujeres, y el deporte en el caso de los hombres. En casa se dedican principalmente a descansar y a ver televisión o navegar por la red, y como alternativa las mujeres leen y los hombres se dedican a sus aficiones particulares o se entretienen con vídeo juegos. En líneas generales, este perfil es congruente con el de otras encuestas en jóvenes de la población general de edades similares.

Precisamente porque sus principales actividades de ocio fuera de casa los fines de semana se desarrollan en contextos en los que es frecuente la interacción con el alcohol, y considerando los efectos que el abuso de alcohol tiene sobre la actividad cognitiva y la conducta de los jóvenes, creemos de interés aproximarnos al grado de relación que nuestros alumnos tienen con el alcohol y explorar sus posibles repercusiones en diversos ámbitos de su vida.

Consumo de alcohol.

En este apartado vamos a describir los resultados que hemos encontrado con relación al consumo de alcohol en el contexto del ocio juvenil y sus actividades de interacción social.

Prevalencia

El alcohol es la sustancia psicoactiva cuyo consumo está más extendido entre la población española, incluyendo a jóvenes y adolescentes. Los sondeos y estudios en población joven española nos indican que los lugares donde suelen consumir alcohol los jóvenes son los locales destinados al ocio (bares, discotecas, pubs, etc.), seguido a distancia del consumo en casa (de o con amigos) y los lugares públicos (INJUVE, Estudio EJ100, 2004). En el apartado anterior vimos como los jóvenes de nuestra

muestra, al igual que los de la población general, pasan gran parte de su ocio fuera del hogar precisamente en ambientes donde el consumo de alcohol es frecuente. Recordemos que nuestros datos reflejan que, en los fines de semana del último año, el 99% de nuestros jóvenes estudiantes ha ido a “bares, locales, fiestas, etc.”, y que el 92% ha salido a “beber con los amigos, hacer botellón”. Por este motivo creemos de interés conocer la extensión del consumo de alcohol entre nuestros estudiantes.

Una comparativa de las encuestas disponibles sobre la extensión del consumo de bebidas alcohólicas en jóvenes se presenta en la Tabla 4. Por ejemplo, la encuesta ESTUDES 2006-2007 sobre uso de drogas en Enseñanzas Secundarias (DGPNSD, 2007) indica que el 74,9% de los estudiantes españoles de 14-18 años había probado alcohol en el año previo a la encuesta (p.9), aunque la cifra se eleva al 87,8% para el rango 17-18 años de edad (p.13). La Encuesta Nacional de Salud de España (ENSE-2006) del Ministerio de Sanidad y Consumo (MSYC, 2006) aporta datos de prevalencia del último año para población general entre 16-24 años y para estudiantes a partir de 16 años. En estos últimos el porcentaje de consumidores se sitúa en el 68,9% (p. 51). En un estudio para el INJUVE y la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD), Comas, Aguinaga, Orizo, Espinosa y Ochaíta (2003) encuentran una prevalencia del 64,2% en jóvenes urbanos de 19-20 años con relación a la semana anterior al estudio (concretamente de jueves a domingo), mientras que los resultados del sondeo EJ100 del INJUVE (2004) indican que el 49,3% de los jóvenes de la población general entre 15 y 19 años, y el 65,2% entre 20-24 años reconoce consumir actualmente alcohol (p.18).

Encuesta	Rango de Edad	Referencia Temporal ⁽¹⁾	Porcentaje de Consumidores
Informe 6 OED (DGPNSD, 2003)	15-19 años	1mes	54,7%
	20-24 años	1mes	68,3%
Comas et al. (INJUVE-FAD, 2003)	19-20 años	Último J a D ⁽²⁾	64,2%
EDADES 2003 (OED-DGPNSD, 2005)	15-34 años	1 año	79,5%
EJ100 (INJUVE, 2004)	15-19 años	Actualmente	49,3%
	20-24 años	Actualmente	65,2%
ESTUDES 2004 (OED-DGPNSD, 2005)	14-18 años	1 mes	65,6%
		1 año	81,0%
	17-18 años	1 año	92,%
ENSE (MSYC, 2006)	16-24 años (general)	1 año	64,8%
	16 ó más años (estudiantes)	1 año	69,8%,

EDADES 2005-2006 (DGPNSD, 2006)	15-34 años	1 año	79,4%
ESTUDES 2006-2007 (DGPNSD, 2007)	14-18 años	1 mes	58,0%
		1 año	74,9%
	17-18 años	1 año	87,8%
(1) Indica el período de tiempo sobre el que se indaga el consumo.			
(2) Último jueves a domingo.			

Tabla 4. Comparativa de la prevalencia del consumo de alcohol en encuestas recientes practicadas a jóvenes de edades próximas o que engloban a los de nuestro estudio.

En la Tabla 5 presentamos los datos sobre la prevalencia del consumo de alcohol en el último año en los jóvenes de nuestra muestra, especificándose si el consumo es durante su tiempo libre en fin de semana o en días laborables. Como vemos el 79,5% de nuestros estudiantes reconoce haber bebido alcohol en los últimos doce meses, cifras que se aproximan bastante a aquellas encuestas que también solicitan consumos referidos al año anterior. Tal es el caso, por ejemplo, de las Encuestas sobre Abuso de Drogas en Población General (EDADES) de 2003 (Observatorio Español sobre Drogas-DGPNSD, 2005) y 2005-2006 (DGPNSD, 2006), la ENSE-2006 (MSYC, 2006) o las Encuestas Estatales sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES) de 2004 (OED-DGPNSD, 2005) y 2006-2007 (DGPNSD, 2007).

ESAJ 2003-2006 Edad: 18-23 años Referencia: 1 año	Total (705)	Mujeres (609)	Hombres (96)	Diferencia Estadística⁽¹⁾
Prevalencia Base: total muestra	79,7% (562)	78,8% (480)	85,4% (82)	n.s.
Prevalencia FS Base: consumidores	100% (562)	100% (480)	100% (82)	n.s.
Prevalencia ES Base: consumidores	30,1% (169)	27,7% (133)	44,4% (36)	$\chi^2=9,22$ $p<0,0023$
(1) Diferencia entre géneros				

Tabla 5. Prevalencias y frecuencias absolutas del consumo de alcohol. Se especifica el porcentaje de consumidores de alcohol en fin de semana (FS, viernes a domingo) y entre semana (ES, lunes a jueves) tomando como referencia al grupo de consumidores de alcohol.

Por tanto, la extensión del consumo de alcohol en nuestros estudiantes es muy próxima a la obtenida en la población general española de edades similares con referencias temporales parecidas. Sin embargo, debido al predominio femenino en

nuestra muestra es necesario analizar la prevalencia separadamente para cada sexo (Tabla 5). En este sentido, hemos obtenido un consumo de alcohol del 78,8% para las mujeres y del 84,3% para los hombres. Los algo más de 5 puntos de diferencia entre hombres y mujeres no resultaron significativos por lo que podemos decir que entre nuestros estudiantes no existen diferencias de género en la extensión del consumo. La Tabla 5 nos permite también la comparación de nuestras prevalencias con las obtenidas en otras encuestas que aportan algún dato o análisis del consumo de alcohol en virtud del género del joven, siempre en un rango etario similar, próximo o que englobe al nuestro.

La Tabla 6 nos aporta esta información aunque de inmediato se hace patente la amplia variabilidad en cuanto al rango de edad y temporal de referencia utilizado en las encuestas, lo que dificulta la comparación directa con nuestro estudio. Por ejemplo, según el informe nº6 del Observatorio Español sobre Drogas (OED, 2003), vemos que en 2001 la prevalencia se situaba en el 76,9% para hombres y en el 57,0% para las mujeres entre 20 y 24 años de la población general, así como el 60,2% de hombres y 49,3% de mujeres de 15-19 años. Comas y colaboradores (2003) obtienen prevalencias del 49,8% en mujeres y 62,6% en varones para un rango de 15-24 años (p.117). Según estos estudios el consumo de alcohol está bastante más extendido entre los varones que entre las mujeres (de 10 a 20 puntos porcentuales de diferencia).

En cambio, nosotros obtuvimos una diferencia no significativa de 5,5 puntos porcentuales, próxima a los 7,2 puntos obtenidos en la ENSE-2006 para la población de estudiantes mayores de 16 años (p.51). Es probable que estas diferencias entre encuestas puedan explicarse, al menos en parte, por la influencia del período temporal al que el joven debe remontarse para contestar, 30 días en el OED, “la semana anterior (jueves a domingo)” en Comas y colaboradores y 12 meses en la ESAJ y la ENSE-2006. De hecho, si consideramos los datos de evolución 1994-2006 de la prevalencia del consumo de alcohol en el último año en la encuesta ESTUDES 2006-2007 (p.12), vemos que los estudiantes de Secundaria de 14-18 años tienen tasas de prevalencia por sexo similares a los de nuestra muestra. Por ejemplo, en 2004 y 2006 la prevalencia en los últimos doce meses fue respectivamente del 80,6% y 73,4% en hombres, y del 81,5% y 76,3% en mujeres (nótese que son algo más elevadas en mujeres). De forma similar, a partir de la Figura 1.1.2. de la Encuesta Domiciliaria EDADES 2003 (p.24) podemos inferir, ya que no se presentan tablas de contingencia, que las proporciones de varones y mujeres de 15-34 años consumidores de alcohol en el último año rondan, respectivamente, el 82% y el 75%, lo que se aproximaría mucho a las obtenidas en nuestro estudio. Por tanto, parece que en nuestra muestra la extensión del consumo de alcohol es similar en ambos sexos, de forma análoga a lo que se observa en otras encuestas de carácter más general si se toma como referencia un período de tiempo lo suficientemente amplio.

Encuesta	Rango de Edad	Referencia Temporal	% Mujeres	% Hombres
Informe 6 OED (DGPNSD, 2003)	15-19 años	1 mes	49,3%	60,2%
	20-24 años	1 mes	57,0%	76,9%
Comas et al. (INJUVE-FAD, 2003)	15-24 años	Último J a D	49,8%	62,6%
ESTUDES 2004 (OED-DGPNSD, 2005)	14-18 años	1 mes	65,7%	65,5%
		1 año	81,5%	80,6%
EJ100 (INJUVE, 2004)	15-19 años	Actualmente	46,5%	52,2%
	20-24 años	Actualmente	55,5%	75,1%
ENSE (MSYC, 2006)	16-24 años (general)	1 año	50,5%	74,6%
	16 ó más años (estudiantes)	1 año	66,2%	73,4%
ESTUDES 2006-2007 (DGPNSD, 2007)	14-18 años	1 mes	58,0%	58,1%
		1 año	76,3%	73,4%

Tabla 6. Prevalencias del consumo de alcohol por sexo en encuestas recientes practicadas a jóvenes de edades próximas o que engloban a los de nuestro estudio.

Otro aspecto de interés con respecto a la extensión del consumo de alcohol es el diferenciar entre consumo en fin de semana y entre semana. La Tabla 5 describe claramente que todos nuestros estudiantes que beben alcohol lo consumen el fin de semana. Este dato concuerda con todas las encuestas recientes de población general joven (EJ100, IJE-2004, EDADES 2003, ESTUDES 2004 y 2006-2007) que reflejan que el consumo de los jóvenes se concentra en el fin de semana. Pero, además, el ESAJ revela que el 30% de los jóvenes que bebe alcohol también lo hace los días de labor. La encuesta EDADES 2003, por ejemplo, sitúa la prevalencia en días laborables del último mes para el grupo entre 15-34 años en el 47,3% (p.30), mientras que las ESTUDES 2004 (p.24) y 2006-2007 (p.24) obtienen un consumo de alcohol entre semana en estudiantes de Secundaria del 20,3% y 32,4% respectivamente, también considerando los 30 días previos al sondeo. Así pues, las cifras obtenidas en nuestra encuesta, pese a la distinta referencia temporal considerada, un mes frente a doce, se aproximan más a las obtenidas en encuestas con horquillas de edad más baja (14-18 años) que en encuestas donde se incluyen jóvenes de mayor edad (15-34 años), quizás porque los patrones de consumo de alcohol entre semana de los estudiantes (incluyendo los universitarios) pueden variar en gran medida de los jóvenes de mayor edad pertenecientes a la población general. No olvidemos que la mayoría de nuestros sujetos eran estudiantes de Bachillerato apenas unos meses atrás. También sugiere que, con independencia de la intensidad del consumo,

la mayoría de nuestros alumnos que beben alcohol lo hacen en el fin de semana, lo que implica un patrón intermitente de consumo.

Por género, un 27,7% de las mujeres y un 44,4% de los hombres de nuestra muestra que consumen alcohol el fin de semana lo hacen también a lo largo de la semana laboral, diferencia que esta vez sí resultó estadísticamente significativa. En este mismo sentido, la encuesta EDADES 2003 (p.24) obtiene, para el rango 15-34 años con respecto al mes previo a la consulta, un consumo en días laborables del 34,1% en mujeres y 68,3% para hombres, mientras que la ESTUDES 2006-2007 (p.24) indica, para el mismo período, una prevalencia del 14% para las mujeres y del 32,3% para los varones de 14-18 años cuando promediamos los datos de los años 2004 y 2006 (recordemos que nuestras encuestas se obtuvieron a finales de 2003-2006). Según estos datos la prevalencia del consumo entre semana de nuestros estudiantes que consumen alcohol, de poco más de 19 años de media, parece situarse en un nivel intermedio entre ambas encuestas.

Intensidad

Queda claro pues que el consumo de alcohol es una práctica extendida en nuestra muestra (4 de cada 5 sujetos consumen), razón suficiente para que nos interese conocer el grado de intensidad de su consumo. Por este motivo, en la encuesta ESAJ se solicitaba también el nivel de consumo de alcohol entre aquellos de nuestros estudiantes que reconocían beber alcohol el fin de semana. Para ello se les pidió que indicaran su nivel de consumo de alcohol el fin de semana dentro de un rango que iba de 1 (muy poco) a 6 (todo lo que puedo), y cuyos puntos intermedios fueron: 2 (poco), 3 (medio), 4 (bastante) y 5 (mucho). Se solicitó una decisión similar para los consumidores entre semana. Como medida indirecta de la intensidad de la bebida (grado de intoxicación) se solicitó a los jóvenes que graduasen también su nivel de resaca al día siguiente, igualmente en un rango de 0 (nada) a 6 puntos (máximo). La Tabla 7 resume estos datos. Es importante indicar que estas valoraciones son de carácter subjetivo y no una valoración cuantitativa de la cantidad de alcohol consumida utilizando medidas del tipo “Unidad de Bebida Estándar”, lo que sí se ha incluido en las nuevas versiones de la ESAJ.

Alcohol	Todos los Consumidores	Mujeres	Hombres	Diferencia Estadística ⁽¹⁾
Nivel de consumo FS (de 1 a 6) Base: consumidores FS	2,62	2,54	3,06	$U=2,97$ $p<0,002$
Grado de Resaca FS (de 0 a 6) Base: consumidores FS	1,37	1,32	1,69	$U=2,22$ $p<0,026$
Nivel de consumo ES (de 1 a 6) Base: consumidores ES	1,24	1,17	1,51	$U=3,19$ $p<0,001$
(1) Diferencia estadística entre géneros				

Tabla 7. Nivel del consumo de alcohol y grado de resaca en el fin de semana (FS), y nivel de consumo de alcohol entre semana (ES) en sujetos consumidores de alcohol. Los datos se presentan para el conjunto de consumidores y por género.

A partir de los datos de la Tabla 7 resulta claro que los jóvenes consideran la intensidad de su consumo en fin de semana entre “poco” a “medio”, y que los que beben entre semana lo sitúan entre “muy poco” y “poco”, siempre con los hombres obteniendo valores significativamente más elevados que las mujeres. Los niveles de resaca asociados al consumo de fin de semana se sitúan entre “muy poco” y “poco”.

En cualquier caso la media global de los niveles de consumo no describe de forma adecuada los diferentes perfiles de consumidores, ya que es lógico pensar que hay jóvenes que beben de manera moderada frente a otros que claramente abusan del alcohol. Por este motivo presentamos la Figura 2, la cual refleja la distribución de los jóvenes de la muestra según sus niveles de intensidad de consumo de alcohol los fines de semana, tal y como ellos mismos lo expresaron en la ESAJ: de 0 (nada) a 6 (todo lo que puedo). Se muestra también la media de edad para cada nivel de consumo.

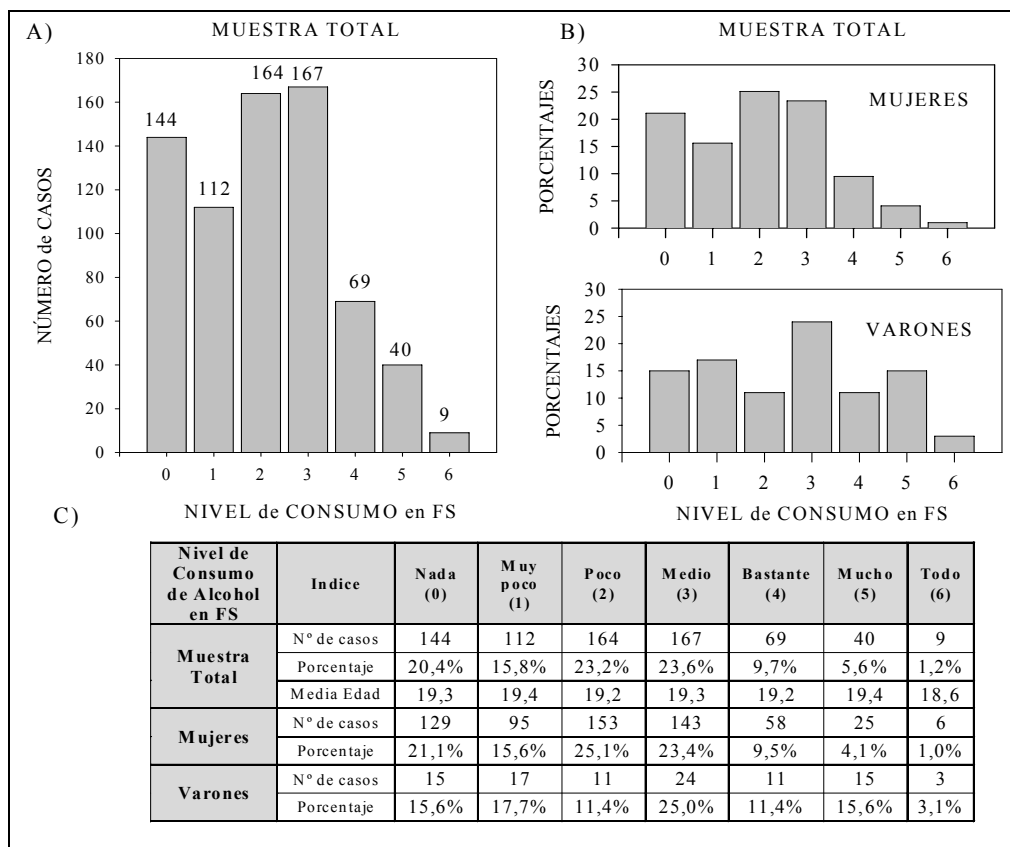


Figura 2. Distribución de la muestra según el nivel de consumo de alcohol en los fines de semana del último año expresado en el ESAJ. A) Número de casos por nivel; B) perfiles de porcentajes en función del sexo; C) tabla de contingencia en la que se incluye la media de edad obtenida en cada nivel.

Atendiendo a la Figura 2AC vemos que los jóvenes se reparten de forma bastante pareja en las cuatro primeras categorías, de “nada” a “medio”, restando un 16,5% de la muestra total que sobrepasa estos niveles de consumo. El máximo porcentaje se obtiene en el nivel “medio” para la muestra total y para los varones, y en “poco” para las mujeres (Figura 2BC). De hecho, el rango medio de consumo es significativamente mayor en los varones que en las mujeres ($U=3,03$; $p<0,0023$). Es interesante subrayar que el aumento del nivel de consumo no se asocia con un incremento (o descenso) paralelo de la edad de los jóvenes, ya que la media de edad fue similar en los seis grupos, considerando tanto la muestra total como cada sexo por separado (no mostrado). Tampoco se encontraron diferencias de edad entre el grupo que no bebe (19,3 años) y los que beben (19,3 años) el fin de semana. Por tanto, contrariamente a lo que ocurría, por ejemplo, con la búsqueda de trabajo, la edad no parece influir sobre la intensidad del consumo de alcohol entre nuestros estudiantes.

Aunque una comparación directa con otras encuestas es difícil ya que nuestros datos se basan en valoraciones personales frente a otras más cuantitativas basadas en unidades de bebida o tipo y cantidad de bebida ingerida, sí creemos posible una comparación general. Por ejemplo, Comas y colaboradores (2003) encuentran que el “consumo alto” de alcohol en jóvenes de 19-20 años en fin de semana (viernes y sábado), rondaría el 25%. Si consideramos “consumo alto” a las categorías 5 (mucho) y 6 (todo) del ESAJ sólo el 6,8% de nuestros estudiantes alcanzaría este nivel, aunque hablaríamos ya del 16,5% si incluimos la categoría 4 (bastante). Asimismo, la encuesta ESTUDES 2006-2007 (p.17) nos indica que un 17,7% de los estudiantes (14-18 años) han tomado al menos en cuatro días del último mes 5 o más cañas/copas de bebidas alcohólicas en una misma ocasión (consumo de riesgo), y si expresamos el consumo intenso como prevalencia de borracheras en el último mes (Comisión Clínica de la DGPSDG, 2007), hallamos que un 14,6% de los que beben confiesa haberse emborrachado 3 ó más veces en esos 30 días (p.18). Por lo tanto, aparentemente la proporción de nuestros estudiantes que consumen altos niveles de alcohol durante el fin de semana parece ser inferior a la de su población general de referencia y a los estudiantes de Secundaria.

Sin embargo, el predominio de las mujeres en la muestra requiere de un análisis de los datos por sexo. Siguiendo los criterios de consumo antes citados, nos encontramos que el consumo alto alcanzaría al 5,1% (14,6% si incluimos “bastante”) de las mujeres, y al 18,7% (30,1% si incluimos “bastante”) de los hombres de nuestra muestra, diferencia apreciable debida en esencia a las diferencias entre varones y mujeres en el nivel 5 (15,6% frente 4,1%), el único de los siete niveles que alcanzó significación estadística ($\chi^2=4,48$; $p<0,034$). Tampoco obtuvimos diferencias en la media de edad de varones y mujeres en función del nivel de consumo. Comparando en lo posible con otras encuestas encontramos que el porcentaje de “consumo alto” de viernes a domingo en la encuesta de Comas y colaboradores (2003, p.118) se situaría en torno al 27,8% en varones y 12,4% en mujeres de 15-24 años (no se aportan porcentajes para el rango 19-20 años), mientras que la ESTUDES 2006-2007 indica que el 12,6% de las mujeres y el 16,7% de los varones se han emborrachado 3 ó más veces en el último mes (p.18). Tanto los porcentajes como el perfil por género nos describen una imagen razonablemente cercana a los de nuestra muestra. Estos datos implican, en primer lugar, el hecho contrastado en todas las encuestas consultadas de que aun no existiendo diferencias de género en la prevalencia a largo plazo del consumo de alcohol, los hombres beben más intensamente que las mujeres en sus días de ocio; en segundo lugar, que el aumento del nivel de consumo en nuestros estudiantes no depende de un aumento o descenso en la media de edad de los mismos; y por último, que como ya apuntábamos más arriba, es necesario analizar la variable sexo antes de realizar cualquier inferencia a partir de los datos del total de la muestra.

Podemos resumir los datos correspondientes al nivel de intensidad de consumo de alcohol de los jóvenes de nuestra muestra diciendo que, en conjunto, los varones nos indican mayores consumos que las mujeres; y por sexo, que una de cada cinco

mujeres no bebe, aproximadamente la mitad bebe con una intensidad media y sólo entre un 5-15% suele abusar del alcohol los fines de semana; mientras que en los varones, el 15% son abstemios, pero uno de cada tres podría estar abusando semanalmente del alcohol.

Resacas y consumo entre semana en función del nivel de consumo en fin de semana.

Otro aspecto que conviene analizar sería la posible relación existente entre consumo durante el fin de semana y consumo entre semana. En concreto, si el aumento del consumo en los días de ocio del fin de semana va asociado paralelamente a una mayor prevalencia e intensidad de consumo de alcohol durante los días laborables. Recordemos que entre semana consume alcohol regularmente el 24% de nuestra muestra, 1 de cada 4 alumnos. Por otro lado, también nos interesa conocer la prevalencia e intensidad (porcentaje y grado) de las “resacas” asociadas al consumo durante el fin de semana, como medida indirecta del grado de intoxicación etílica. Los tres gráficos de la Figura 3 resumen los resultados de estos análisis.

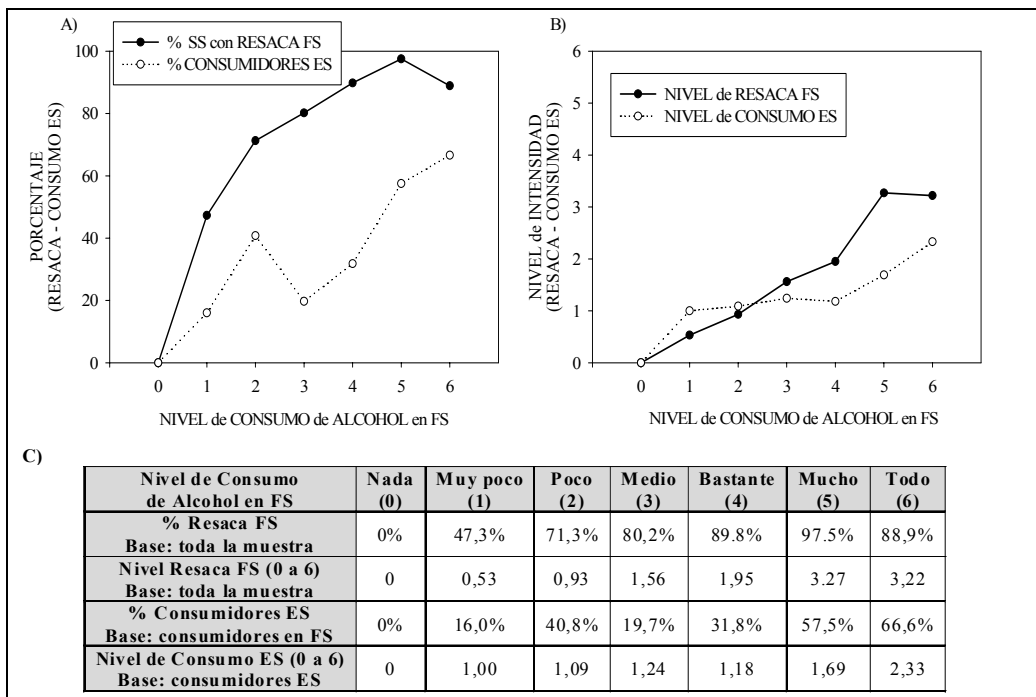


Figura 3. A) Porcentaje de sujetos (SS) con resaca el fin de semana (FS) y de jóvenes que consumen alcohol entre semana (ES) agrupados por niveles de consumo durante el FS. B) Nivel de intensidad de la resaca en FS y de consumo ES para cada nivel de consumo en FS. C) Tabla de contingencia.

Como vemos, se confirma la idea, por otro lado esperada, de que cuanto más alcohol se bebe los días de ocio mayor porcentaje de jóvenes padece al día siguiente resaca ($\chi^2=66,2$; $p<0,0001$; $V=0,34$) y es de mayor intensidad ($H=135,7$; $p<0,0001$). Si bien el aumento de los porcentajes de resaca con la bebida acontece de forma equivalente en ambos sexos, la intensidad es mayor en los varones ($U=2,22$; $p<0,026$). Quizá sorprende más que prácticamente la mitad de los jóvenes que dicen beber “muy poco” de forma habitual tengan resaca al día siguiente. Es probable que los jóvenes ponderen “a la baja” su nivel de consumo a la hora de contestar al cuestionario (hecho ya sugerido en otras encuestas generales), o quizá su resaca se deba, en parte, al consumo concomitante de otras sustancias (policonsumo). Por otro lado, queda claro que el nivel de consumo en fin de semana no sólo se asocia con un progresivo aumento de la prevalencia del consumo de alcohol entre semana ($\chi^2=48,4$; $p<0,0001$; $V=0,29$), sino también con la intensidad de este consumo ($H=53,3$; $p<0,0001$). Estos fenómenos presentan un perfil similar en ambos sexos aunque la prevalencia ($\chi^2=9,22$; $p<0,0023$) y la intensidad ($U=3,19$; $p<0,001$) es superior en varones, sobre todo para los niveles 5 y 6. Los datos de prevalencia para el global de la muestra se representan en la Figura 3A, en la que podemos observar como en los primeros niveles (1-2) se da un incremento rápido del porcentaje de consumidores que se van sumando al consumo entre semana, para descender bruscamente a la mitad (3) y progresar linealmente de nuevo hasta alcanzar el máximo porcentaje en los últimos niveles (5-6). Destaca el “pico” de estudiantes del nivel 2 (41%), que representa a los jóvenes que bebiendo de forma moderada durante el fin de semana, beben también moderadamente entre semana (su nivel medio de consumo entre semana es del 1,1 sobre 6). Es posible que este pico represente al grupo de personas que prefieren consumir alcohol siguiendo un patrón regular y moderado, un patrón de consumo de alcohol que es el tradicional en nuestra cultura frente al modelo anglosajón del “binge-drinking” o “atracción” de alcohol del fin de semana o al simplemente peligroso consumo regular elevado. Con respecto a la intensidad del consumo entre semana (Figura 3BC), se observa claramente que se incrementa con el aumento del consumo en fin de semana, de forma lenta en los primeros niveles (1-4) y acelerándose más en los dos últimos (5-6).

Lo cierto es que con el aumento de la intensidad de consumo en fin de semana se observa un mayor porcentaje y grado de repercusiones físicas indicativas de intoxicación (resaca), junto a un aumento del número de jóvenes que consumen entre semana y a una mayor intensidad de este consumo. Esto puede ser indicativo de un cambio significativo en la relación de los jóvenes con el alcohol. Considerando los datos observados en las tablas y figuras anteriores, este peligroso cambio de perfil parece ocurrir especialmente en aquellos alumnos que se encuentran en los niveles más elevados de consumo en fin de semana (niveles 5 y 6) y que representan el 6,8% del total de la muestra (19,2 años de media), que por sexo representan sólo un 5,1% de la muestra de mujeres (19,0 años), pero que alcanza al 18,7% de la muestra de varones (19,6 años), casi 1 de cada 5 varones (Figura 2C).

Consideraciones

En primer lugar, consideramos necesario recordar que el presente estudio no ha pretendido realizar un análisis sociológico sobre el ocio en la juventud universitaria. Más bien nuestro objetivo principal ha sido describir a un grupo lo más amplio posible de estudiantes de la Facultad de Educación situados cronológicamente entre la adolescencia y la fase adulta (18-23 años), es decir, “jóvenes en transición”, con relación a sus actividades de ocio y, dentro de este análisis, explorar el peso que el consumo de alcohol tiene en esas actividades. La muestra analizada, jóvenes universitarios de primer curso de carrera, principalmente con edades entre los 18 y 20 años de edad (19,3 años de media) y muy sesgada hacia el género femenino (86%), no representa adecuadamente a la población general juvenil española, pero sí puede ser un buen reflejo de la población femenina universitaria de ese rango de edad y, sobre todo, de la realidad existente en la Facultad de Educación, donde las mujeres son abrumadora mayoría en todas especialidades. En realidad el porcentaje de mujeres en la Universidad se ha ido incrementado considerablemente en los últimos años, reflejo de su progresiva incorporación como agente activo a todos los ámbitos de la sociedad española. Este acceso ha venido acompañado de una mayor toma de conciencia por parte de las nuevas generaciones de mujeres de su derecho a progresar, a elegir y a decidir libremente sobre todo aquello que pueda condicionar su futuro. Esta mayor libertad genera oportunidades pero también riesgos, como es la rápida incorporación de la mujer al consumo de sustancias adictivas que hasta hace pocos años eran conductas predominantemente masculinas.

El presente estudio analizó, en primer lugar, las actividades de ocio y tiempo libre preferidas por nuestros jóvenes fuera de casa, y que resultaron ser “ir a bares, locales, fiestas, etc.” y “beber con los amigos, hacer botellón”, siendo actividades alternativas el cine en el caso de las mujeres, y el deporte en el caso de los hombres. En casa descansan, ven televisión, navegan por internet y leen, sobre todo las mujeres. Comparando con otros estudios más amplios en población general, nuestros estudiantes realizan actividades de ocio muy parecidas a las de otros jóvenes de igual edad, y como éstos, sus principales actividades fuera de casa se desarrollan en contextos en los que es frecuente la interacción con el alcohol. Esta relación se ve confirmada por los resultados del ESAJ, que nos indica que el 80% de nuestra muestra consume alcohol, sin diferencias entre hombres y mujeres, y que todo aquel que consume lo hace durante el fin de semana. Este patrón y su prevalencia también son cercanos al de la población general de edad similar, sobre todo si consideramos encuestas con referencia temporal próxima a la de nuestra encuesta (un año). Igualmente, el porcentaje de nuestros estudiantes que también bebe entre semana, uno de cada cuatro, se aproxima bastante a las estimaciones de encuestas más generales.

Por lo tanto, la penetrancia del alcohol entre nuestros estudiantes es amplia, lo que suscita la cuestión sobre la intensidad de su consumo. Consumir no implica abusar, pero en nuestro país, como en otros muchos de Occidente, han ido aparecido nuevas tendencias en los patrones de consumo de alcohol, como una mayor “experimentación”

con el alcohol por parte de menores o un aumento considerable de los consumos de alto riesgo, como el denominado “binge-drinking” o “atración” (consumos excesivos en cortos períodos de tiempo, es decir, borracheras de fin de semana) o el policonsumo, especialmente entre adolescentes y adultos jóvenes. Por este motivo, la encuesta ESAJ recababa también información sobre el grado de consumo de alcohol durante los días de ocio entre aquellos jóvenes que reconocían beber. En conjunto, nuestros estudiantes consumen alcohol con una intensidad que ellos mismos consideran moderada, pero un análisis diversificado por niveles de intensidad de consumo en una escala de 7 puntos reflejó de forma más realista los patrones de consumo existente en nuestra muestra. El porcentaje de jóvenes que confiesan beber “bastante”, “mucho” o “todo lo que puedo” durante el fin de semana, es decir, lo que podemos considerar como consumo medio-alto y abusivo de alcohol, fue de un 14,5% para las mujeres y un 28% para los varones. Subrayar que entre los siete niveles de consumo no se obtuvieron diferencias debidas a la edad, por lo que no parece que se consuma más por ser más mayor o más joven. Otro aspecto que se desprende del análisis por niveles de consumo es que a mayor consumo en fin de semana no sólo aumenta lógicamente el número e intensidad de las resacas (forma “suave” del síndrome de abstinencia alcohólica consecuencia de una intoxicación), sino también el porcentaje y nivel de consumo entre semana, lo que puede reflejar un cambio significativo en la relación de al menos parte de nuestros jóvenes con el alcohol.

En cualquier caso, la realidad es que los datos que hemos obtenido en nuestro grupo de estudiantes no se diferencian esencialmente de los del resto de jóvenes analizados en encuestas de carácter nacional, tanto en lo referente a sus actividades de ocio como a su relación con el alcohol. Por este motivo, creemos que nuestra muestra, peses a sus limitaciones, puede servir adecuadamente para profundizar en el estudio de posibles repercusiones conductuales asociadas a los distintos patrones de consumo de alcohol en fin de semana, objetivo que abordaremos en un próximo estudio.

Agradecimientos

El presente trabajo ha sido financiado mediante una ayuda concedida por la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas (Ref. PR153/03-12277) así como por la concedida a través de los proyectos de investigación Banco Santander-Universidad Complutense (Ref. PR27/05-14004).

Nuestra gratitud a todos los alumnos que han colaborado en este estudio.

Referencias bibliográficas

- AGUINAGA, J., ANDRÉU, J., CACHÓN, L., COMAS, D., LÓPEZ, A. & NAVARRETE, L. (2005). *Informe Juventud en España 2004*. Madrid: Instituto de la Juventud.
- BLAKEMORE, S.J. & CHOUDHURY, S. (2006). Development of the adolescent brain: implications for executive function and social cognition. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 47, 296-331.

- CARPENTER-HYLAND, E.P. & CHANDLER, L.J. (2007). Adaptive plasticity of NMDA receptors and dendritic spines: implications for enhanced vulnerability of the adolescent brain to alcohol addiction. *Pharmacology, Biochemistry and Behavior*, 86, 200-208.
- COMAS, D., AGUINAGA, J., ORIZO, F.A., ESPINOSA, A. & OCHAÍTA, E. (2003). *Jóvenes y estilos de vida: valores y riesgos en los jóvenes urbanos*. Madrid, FAD-INJUVE.
- CREWS, F.T. & NIXON, K. (2005). Adolescent binge drinking causes life-long changes in brain. Adolescence: booze, brains, and behaviour. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research*, 29, 207-210.
- CREWS, F.T., HE, J. & HODGE, C. (2007). Adolescent cortical development: a critical period of vulnerability for addiction. *Pharmacology, Biochemistry and Behavior*, 86, 89-199.
- GARCÍA-MORENO, L.M., EXPÓSITO, J., SANHUEZA, C. & ANGULO, M.T. (2008). Actividad prefrontal y alcoholismo de fin de semana en jóvenes. *Adicciones*, 20, 271-280.
- GIEDD, J.N. (2008). The teen brain: insights from neuroimaging. *The Journal of Adolescent Health*, 42, 335-343.
- MEDINA, J.A. & CEMBRANOS, F. (2002). *Dossier 4. Y tú, ¿qué piensas? Tiempo libre*. Fundación de Ayuda contra la Drogadicción. Madrid: FAD (2ª edición).
- OSCAR-BERMAN, M. & MARINKOVIC, K. (2003). Alcoholism and the brain: an overview. *Alcohol Research and Health*, 27, 126-133.
- OSCAR-BERMAN, M. & MARINKOVIC, K. (2007). Alcohol: effects on neurobehavioral functions and the brain. *Neuropsychology Review*, 17, 239-257.
- SILVERS, J.M., TOKUNAGA, S., MITTLEMAN, G. & MATTHEWS, D.B. (2003). Chronic intermittent injections of high-dose ethanol during adolescence produce metabolic, hypnotic, and cognitive tolerance in rats. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research*, 27, 1606-1612.
- STEPHENS, D.N. (1995). A glutamatergic hypothesis of drug dependence: extrapolations from benzodiazepine receptor ligands. *Behavioural Pharmacology*, 6, 425-446.
- TAPERT, S.F. & SCHWEINSBURG, A.D. (2005). The human adolescent brain and alcohol use disorders. *Recent Developments in Alcoholism*, 17, 177-197.
- TOWNSHEND, J.M. & DUKA, T. (2005). Binge drinking, cognitive performance and mood in a population of young social drinkers. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research*, 29, 317-325.
- ZEIGLER, D.W., WANG, C.C., YOAST, R.A., DICKINSON, B.D., MCCAFFREE, M.A., ROBINOWITZ, C.B., & STERLING, M.L. (2005). The neurocognitive effects of alcohol on adolescents and college students. *Preventive Medicine*, 40, 23-32.

Referencias digitales

- CENTRO NACIONAL DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN EDUCATIVA. (2007). *El ocio y los jóvenes*. La web del estudiante. Ministerio de Educación y Ciencia. Recuperado el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.isftic.mepsyd.es>
- COMISIÓN CLÍNICA DE LA DELEGACIÓN DEL GOBIERNO PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS (2007). *Informes de la Comisión Clínica. N°2. Informe sobre alcohol*. Delegación

- del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Ministerio de Sanidad y Consumo. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.pnsd.msc.es>
- COMISIÓN CLÍNICA DE LA DELEGACIÓN DEL GOBIERNO PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS (2007). *Informes de la Comisión Clínica. N°2. Informe sobre alcohol*. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Ministerio de Sanidad y Consumo. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.pnsd.msc.es>
- DELEGACIÓN DEL GOBIERNO PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS (2006). *Encuesta Domiciliaria sobre Abuso de Drogas en España (EDADES) 2005-2006*. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Ministerio de Sanidad y Consumo. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.pnsd.msc.es>
- DELEGACIÓN DEL GOBIERNO PARA EL PLAN NACIONAL SOBRE DROGAS (2007). *Informe de la Encuesta Estatal sobre Uso de Drogas en Enseñanzas Secundarias (ESTUDES) 2006-2007*. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Ministerio de Sanidad y Consumo. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.pnsd.msc.es>
- INSTITUTO DE LA JUVENTUD (2004). Informe Juventud en España 2004. Resultados marginales. *Estudio INJUVE EJ089*. Madrid: INJUVE. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.injuve.mtas.es>
- INSTITUTO DE LA JUVENTUD (2004). Sondeo de opinión y situación de la gente joven. Ocio y tiempo libre, noche y fin de semana, consumo de alcohol, inmigración. Segunda encuesta 2004. Avance de resultados. *Estudio INJUVE EJ100*. Madrid: INJUVE. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.injuve.mtas.es>
- INSTITUTO DE LA JUVENTUD (2006). Sondeo de opinión y situación de la gente joven. Percepción generacional, valores y actitudes, calidad de vida y felicidad. Segunda encuesta 2006. Tabla de resultados. *Estudio INJUVE EJ113*. Madrid: INJUVE. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.injuve.mtas.es>
- INSTITUTO DE LA JUVENTUD (2007). Sondeo de opinión y situación de la gente joven. Uso de tecnologías, ocio y tiempo libre. Segunda encuesta 2007. *Estudio INJUVE EJ124*. Madrid: INJUVE. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.injuve.mtas.es>
- MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO. INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA. (2006). *Encuesta Nacional de Salud de España 2006. Estilos de vida: distribución porcentual*. Ministerio de Sanidad y Consumo. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.msc.es>
- OBSERVATORIO ESPAÑOL SOBRE DROGAS (2003). *Informe nº 6. Noviembre 2003*. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.pnsd.msc.es>
- OBSERVATORIO ESPAÑOL SOBRE DROGAS (2005). *Informe 2004. Situación y tendencias de los problemas de drogas en España*. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas (Incluye encuestas ESTUDES 2004 y EDADES 2003). Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.pnsd.msc.es>
- SECADES, R. (1998). Uso y abuso del alcohol en los jóvenes. *Revista Electrónica Iberoamericana de Psicología Social*, 1, 1- 6. Recuperado, el 3 de Mayo de 2008, de <http://www.psico.uniovi.es/v1n0/articulo6.html>

Correspondencia con los autores:

Javier Expósito Torrejón
Sección Departamental de Psicobiología.
Facultad de Educación y Centro de Formación del Profesorado.
Universidad Complutense de Madrid.
C/ Rector Royo Villanova s/n. 28040 (Madrid).
E-mail: jet@edu.ucm.es