



Recreational activities for the prevention of alcoholism in adolescents who study Baccalaureate

Actividades recreativas para la prevención del alcoholismo en adolescentes de Bachillerato

Byron Augusto Rivera Lino^{1*}, Elva Katherine Aguilar Morocho²

¹ Universidad Estatal Península de Santa Elena, Ecuador.

² Universidad Técnica de Manabí, Ecuador.

*Correspondence: Byron Augusto Rivera Lino; byron.riveralino2640@upse.edu.ec

ABSTRACT

This study aimed to propose recreational activities that help keep students in actions that benefit the progress of their intellectual, psychological and socio-emotional capacity, as well as their basic physical capacities; promoting a healthy environment, contributing to the insertion of adolescents with problems of consumption of alcoholic beverages. The research is applied in the province of Santa Elena, Cantón Salinas, in the urban parish of Santa Rosa, specifically to a population of 25 unified general high school students from the Dolores Elena Quelal Educational Unit, where data collection was qualitative and quantitative. We used the survey technique and field observation, whose results describe that the average age of adolescents who begin to consume alcoholic beverages ranges from 15 to 16 years of age, a trend that is consistent with the studies of the World Health Organization, with a 100% of the respondents that have tried some type of alcoholic beverages. In addition, it is described that these actions are derived from factors directly associated with family consent, curiosity, and motivation of their "friends", among others, denoting that there is a permissibility with the consumption of alcoholic beverages. Based on this background, it was necessary to implement a program of recreational activities and dynamics, in order to allow the involvement of adolescents and to keep their attention on beneficial aspects. Among the activities implemented, group integration stands out, which was acceptable to 85% of the adolescents, and relationship dynamics, which were acceptable to 90% of the adolescents. This shows the positive influence of group dynamics on adolescents, as they help them stay busy with productive activities.

KEYWORDS

Recreational Activities; Family; Alcoholism; Adolescents; Participation

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo proponer actividades recreativas que ayuden a mantener a los estudiantes en acciones que beneficien al progreso de su capacidad intelectual, psicológica y socioemocional, así como sus capacidades básicas físicas; propiciando un ambiente sano y saludable, contribuyendo a la inserción de los adolescentes con problemas de consumo de bebidas alcohólicas. La investigación se llevó a cabo en la provincia de Santa Elena, Cantón Salinas, en la parroquia urbana Santa Rosa, específicamente a una población de 25 estudiantes de bachillerato general unificado de la Unidad Educativa Dolores Elena Quelal, donde la recolección de datos fue tipo cualitativo y cuantitativo. Utilizamos la técnica de encuesta y la observación de campo, y los resultados mostraron que la edad promedio a la que los adolescentes empiezan a consumir bebidas alcohólicas va desde los 15 a los 16 años, tendencia que concuerda con los estudios de la Organización Mundial de la Salud, con un 100% de los encuestados que ha probado algún tipo de bebidas alcohólicas. Además, se describe que estas acciones derivan de factores asociados directamente con el consentimiento familiar, la curiosidad y la motivación de sus “amigos”, entre otros, denotándose que existe una permisibilidad frente al consumo de bebidas alcohólicas. En base a estos antecedentes, fue necesaria la implementación de un programa de actividades y dinámicas de esparcimiento que permitiesen involucrar a los adolescentes y mantener su atención en aspectos beneficiosos. Entre las actividades aplicadas destaca la integración de grupo, que fue aceptable para un 85% de los adolescentes, y las dinámicas de relaciones, que fueron aceptables para el 90% de los adolescentes. Esto evidencia la influencia positiva de las dinámicas de grupo en los adolescentes, ya que les ayudan a mantenerse ocupados en actividades productivas.

PALABRAS CLAVE

Actividades Recreativas; Familia; Alcoholismo; Adolescentes; Participación

1. INTRODUCCIÓN

Los problemas que hoy en día enfrenta la adolescencia son muy preocupantes para el sistema educativo, puesto que están rodeados de situaciones que afectan tanto al desempeño como al rendimiento académico, cuyas influencias tienen que ver con aquellas adicciones que a temprana edad toman importancia en los estilos de vida de los estudiantes, las mismas que van afectando a la sana convivencia e interrelación con los miembros que los rodean.

Según la Organización Mundial de la Salud (2018) en América y Europa se dan las tasas más altas de consumismos en adolescentes entre 15 a 19 años, situación que es de gran preocupación, debido a que los efectos se dan en el aspecto físico como psicosocial, las mismas que dan paso al aumento de la violencia, escaso nivel de responsabilidad académica y que en muchas ocasiona deserción escolar.

En este sentido, el consumo de alcohol a temprana edad tiene afectaciones en el desarrollo emocional y educativo de los adolescentes, por lo que es necesario adentrarse en la búsqueda de mecanismos que permitan influenciar a los estudiantes al desarrollo de otro tipo de actividades favorables para su salud.

Por otra parte, las estadísticas que muestra el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC, 2022), señalan que la edad a la que la mayoría de adolescentes inicia la etapa del alcoholismo es entre los 13 y 15 años edad, y se da por diferentes motivos, tales como: diversión, problemas familiares, influencia social, entre otros; quienes al no tener actividades distractoras, son fácilmente atraídos por estas problemáticas sociales; específicamente la parroquia Santa Rosa, donde se realiza esta investigación, cuyos estudiantes se ven expuestos a estas situaciones.

Estos antecedentes conllevan al planteamiento del presente estudio, relacionado con las actividades recreativas que favorezcan a la prevención del alcoholismo en los adolescentes del bachillerato de la Unidad Educativa Dolores Elena Cabrera Quelal, ubicada en la parroquia Santa Rosa, cantón Salinas. Las acciones metodológicas de este estudio se orientan al aprovechamiento del tiempo con acciones que beneficien a los estudiantes y mejoren su desempeño académico, social y físico.

Es de suma importancia tomar en cuenta la situación demográfica en la que se encuentra ubicada la institución educativa. Es uno de los principales puertos del país y de la provincia, donde la actividad principal está relacionada con la pesca artesanal, comercialización de los derivados de la pesca, fábricas y juegos de azar y lugares de expendio de alcohol, donde los habitantes que viven en los alrededores del plantel tienen tendencia al consumo de alcohol.

Estas situaciones se convierten en una de las principales barreras que se asocian directamente con la educación, produciendo hábitos erróneos que están afectando a las generaciones que se están formando. Estas conductas inadecuadas de ingesta de bebidas alcohólicas distraen la mente y ocupan el tiempo de los adolescentes, convirtiéndose en un fenómeno que afecta a los establecimientos educativos, por lo cual urge la aplicación metodológica docente para contrarrestar esta problemática educativa y social.

Para ello, se partirá de un análisis de la situación actual, tanto del entorno educativo como de la localidad, para determinar con efectividad las posibles causas que están incidiendo en el comportamiento de los adolescentes. Esto permitirá desarrollar estrategias idóneas que contribuyan al desarrollo integral de los estudiantes en etapa de bachillerato (Castellanos, 2003).

En base a esto, lo que se busca con esta investigación es dar a los jóvenes otras alternativas de sano esparcimiento, que lleven a fortalecer el aprendizaje en el aula, cuyas acciones sean replicadas en el contexto educativo, haciendo partícipes a otros miembros de la comunidad educativa, como la junta cívica, los comités barriales, los clubes deportivos, los GAD municipales y las prefecturas.

Según el reporte de salud y uso del tiempo libre de la Fundación San Vicente (2021), “el tiempo libre es el que queda después de cumplir satisfactoriamente las actividades educativas, laborales, sociales, familiares y personales que habitualmente se realizan”.

Por lo tanto, el tiempo libre se convierte en un tiempo privilegiado para la libertad, la autonomía, la independencia, el desarrollo de destrezas y de habilidades motoras, sensoriales, cognitivas y sociales en los adolescentes, que permite descubrir nuevos intereses y proporciona alternativas sanas para salir de las exigencias, demandas y presiones que generan las actividades cotidianas que habitualmente están enmarcadas en un ambiente de normatividad.

Además, aprovechar el tiempo libre debe ser concebido por los docentes como una forma de fortalecer las capacidades profesionales que ayuden a buscar nuevas opciones y alternativas, para hacer de la educación una verdadera transformación. Es decir, lo que se busca es aprovechar el tiempo y motivar a que estos espacios de ocio ayuden a la aplicación de actividades complementarias dinámicas y recreativas, donde “la recreación viene a ser una forma de experimentar actividades a las cuales se dedica el individuo con el fin de gozar y satisfacer sus necesidades con sentido de libertad, librándose de tensiones y permitiendo un reencuentro consigo mismo (Ochoa & Aguilar, 2022).

Por lo tanto, al implementar técnicas y programas recreativos de intervención con algún grupo de la sociedad es importante conocer el orden adecuado para causar un alto impacto en la población en

función de los objetivos planteados y las características ya estudiadas del grupo: edad, número de participantes y lugar (condiciones físicas), etc., así como las motivaciones, necesidades e intereses de los mismos.

Por lo tanto, con los estudiantes de la Unidad Dolores Elena, se busca que ellos se involucren en actividades como aeróbic, crossfit, natación, desplazamientos en bicicletas, deportes y juegos competitivos (juegos tradicionales, fútbol, voleibol, baloncesto y béisbol), de tal forma que estas prácticas se constituyan como un factor de bienestar social que compita con prácticas no saludables como el consumo de bebidas alcohólicas.

Ardoche Vilar et al. (2019), en la investigación del Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER), indicaron que “se han trazado proyectos integradores que se ofertan a la población a través de diferentes vías, para satisfacer las necesidades de los distintos sectores de la misma, lo que posibilita la participación consciente del hombre en correspondencia con sus motivos e intereses para lograr eficiencia en los servicios de Educación Física, Deporte Masivo y Recreación, aumentando las opciones para la buena utilización del tiempo libre y la promoción de la salud”.

Sin embargo, se determina en este estudio que siguen quedando espacios en los que las personas de esta comunidad dedican su tiempo a la práctica de actividades poco saludables. Por tanto, el reto está planteado. No obstante, no se debe ver esta propuesta como una solución total a la problemática que se ha detectado en la parroquia de Santa Rosa, sino como una solución complementaria a las que se puedan tomar por parte de todos los miembros de la comunidad.

Como punto de partida este trabajo busca crear una base sólida de trabajo, mediante educación a los jóvenes para la formación de su personalidad y la transformación de su mentalidad, para que su conducta sea lo más saludable posible.

“La Educación Física promueve la salud para un cuerpo sano y una mente sana, potenciando las relaciones entre los individuos, grupos de amigos, familiares y colectivos de trabajo, creando entornos propicios. Es conocido que generalmente la práctica de ejercicio físico es mayor en edades tempranas” (Ardoche Vilar et al., 2019).

En la presente investigación se pretende que las actividades recreativas disminuyan el consumo del alcohol en adolescentes que cursan el Bachillerato en una Unidad Educativa, ya que esto mejorará la calidad de vida de los jóvenes. En este contexto, el objetivo general de este estudio es elaborar un programa de actividades recreativas para disminuir el consumo de alcohol en adolescentes que cursan el bachillerato en una Unidad Educativa.

2. MÉTODOS

2.1. Diseño

El presente estudio propone la aplicación de una metodología científica, que ofrece el uso de métodos empíricos, identificando cualidades y hechos reales que caractericen la situación problemática, contrastándola con la teorización; además, se aplica las técnicas de investigación cualitativa que aportaron en la orientación de investigación lineal, las mismas que: enfatizan la naturaleza construida de la realidad y promueven la investigación de los significados, estrategias y sentidos de la vida social para las personas, desde la percepción de los actores involucrados.

Además, se aplicó la metodología cuantitativa centrada en los aspectos observables susceptibles a cuantificación (Bisquerra, 1989); y, para ello, fue necesario el desarrollo de encuestas a la población muestral (n=25) de la Unidad Educativa, mediante un formulario de preguntas abiertas y cerradas, con el que se pudo determinar aquellas principales causales que dan origen a las problemáticas según la perspectiva de los actores involucrados, así como, la identificación de las estrategias metodológicas a utilizar, relacionadas con los juegos recreativos de acuerdo a la necesidad presentada.

2.2. Participantes

El presente trabajo de investigación fue diseñado para evaluar a 25 estudiantes que cursan el primer año de bachillerato en la Unidad Educativa Dolores Elena Cabrera Quelal, cantidad determinada a través de una selección aleatoria como muestra representativa del grupo de estudiantes.

2.3. Procedimiento e instrumentos

La investigación se desarrolló en primer lugar realizando un análisis histórico-lógico que permitió identificar la existencia de un bajo índice de programas enfocados al desarrollo de actividades recreativas en los centros educativos. Esto fue determinado a través de revisión bibliográfica, que facilitó la fragmentación de las partes fundamentales de la investigación, abordando el estudio crítico de las mencionadas fuentes bibliográficas.

Se aplicó observación directa y encuesta a los sujetos de la muestra. La observación directa permitió describir comportamientos y actitudes dentro y fuera del aula del establecimiento educativo. La encuesta aplicada a los actores principales de la investigación (estudiantes) permitió obtener datos e información y determinar la situación actual de la muestra en relación a la temática de estudio.

Una vez descrita la problemática se aplicaron ciertas actividades recreativas propuestas en un programa para los 25 estudiantes que formaron parte de la población muestral. Estas actividades

consistían en: juegos populares, aerobics, actividades de relacionamiento y recreativas. Las actividades descritas fueron desarrolladas en el establecimiento educativo, objeto de estudio, durante dos meses, considerando cinco horas de clase a la semana debidamente planificadas. Para ello se consideraron las sesiones de clase de las asignaturas educación física, educación cultural y artística, así como los momentos libres.

2.4. Análisis estadístico

El análisis estadístico se llevó a cabo con el programa de estadística SPSS (Statistical Package for Social Sciences), versión 24. Se utilizaron técnicas de estadística descriptiva, principalmente frecuencias y porcentajes, para analizar las diferentes variables de estudio.

3. RESULTADOS

Con relación a la práctica de las diferentes actividades desarrolladas presentamos los siguientes resultados:

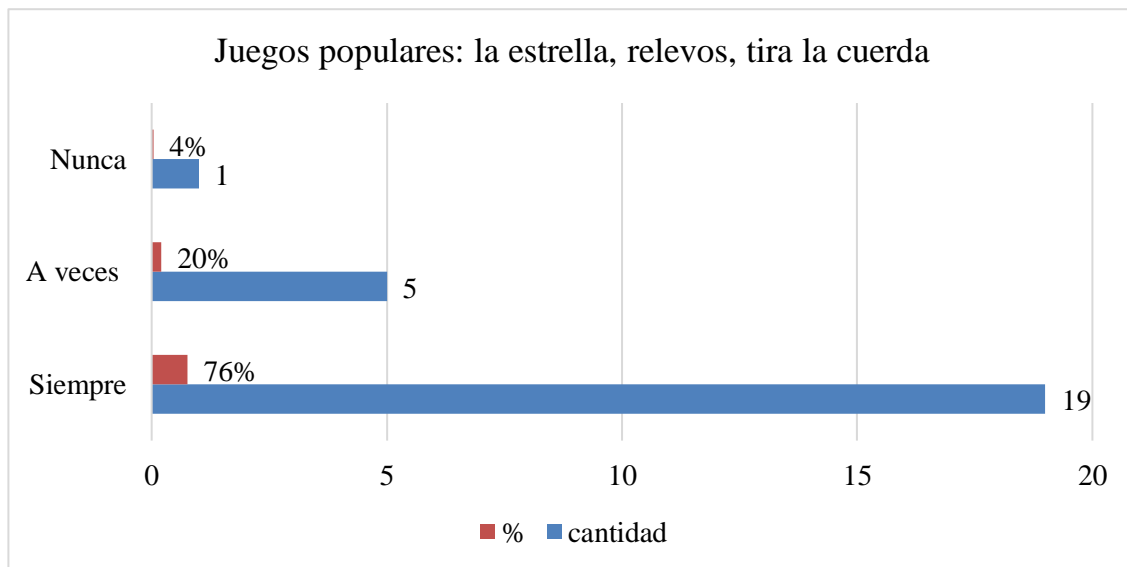


Gráfico 1. ¿Usted ha practicado juegos populares como la estrella, relevos, o tira la cuerda?

El desarrollo de juegos populares, como parte del programa de las actividades recreativas en el contexto social de los estudiantes de bachillerato, ha sido siempre aprovechado en un 76%, lo que indica que gran parte de los educandos mantuvieron una participación activa en la ejecución de los mismos; un 20% a veces lo ha aprovechado en su tiempo libre; mientras que un 4% de los jóvenes que cursan el bachillerato no lo han aprovechado. Esto concuerda con lo que describe la Organización

Panamericana de la Salud (OPS), que afirma que es importante conseguir que los adolescentes participen en actividades productivas que permitan afianzar los lazos de amistad entre pares, y que contribuyan a que no opten por decisiones incorrectas en su temprana edad, las cuales pueden afectar su vida futura.

La Organización Panamericana de la Salud (2019) menciona que “el consumo total de alcohol por habitante en la población mundial de más de 15 años aumentó de 5,5 litros de alcohol puro en el 2005 a 6,4 litros en el 2010, y se mantuvo en el nivel de 6,4 litros en el 2016. Los niveles pueden incrementarse si con esta población no se llevan a cabo acciones que permitan corregir estos problemas. He aquí la importancia de la aplicación de estas acciones, que sirven para aprovechar el tiempo libre, realizar ejercicios físicos, favorecer el desarrollo corporal, afectivo y sociocultural de los educandos, y fortalecer su identidad cultural.

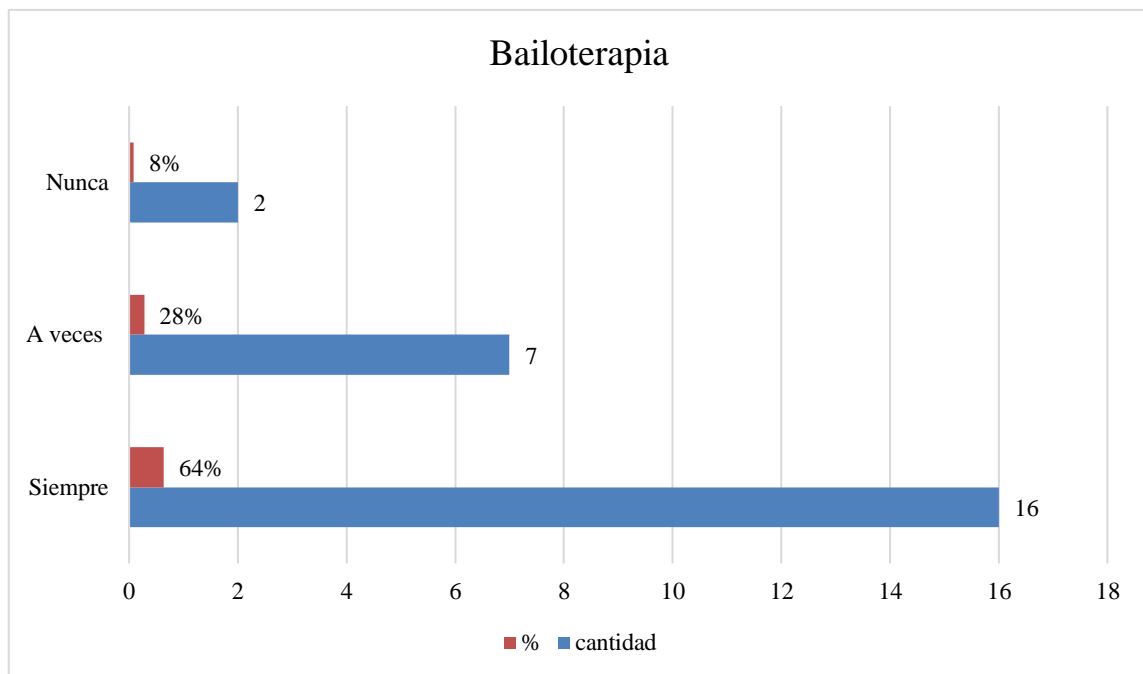


Gráfico 2. ¿Usted ha realizado alguna vez bailoterapia?

En otro de los resultados obtenidos se evidencia que, respecto a la práctica de bailoterapia como parte del aprovechamiento del tiempo libre en los estudiantes de bachillerato, existe un 64% de estudiantes que fueron partícipes de la práctica de bailoterapia, mientras que un 28% a veces realizaban esta actividad y un 8% de las personas inmersas en el estudio no consideran necesaria la práctica de estas actividades.

Medina & Pimienta (2014), en su estudio manifiestan que la bailoterapia no solo es una opción de actividad física divertida, sino que también se presenta como una técnica de entrenamiento físico, abarcando objetivos tan diversos como quemar calorías, mejorar la capacidad cardiorrespiratoria, tonificar la musculatura, y garantizar el desarrollo de todas las dimensiones de la vida personal.

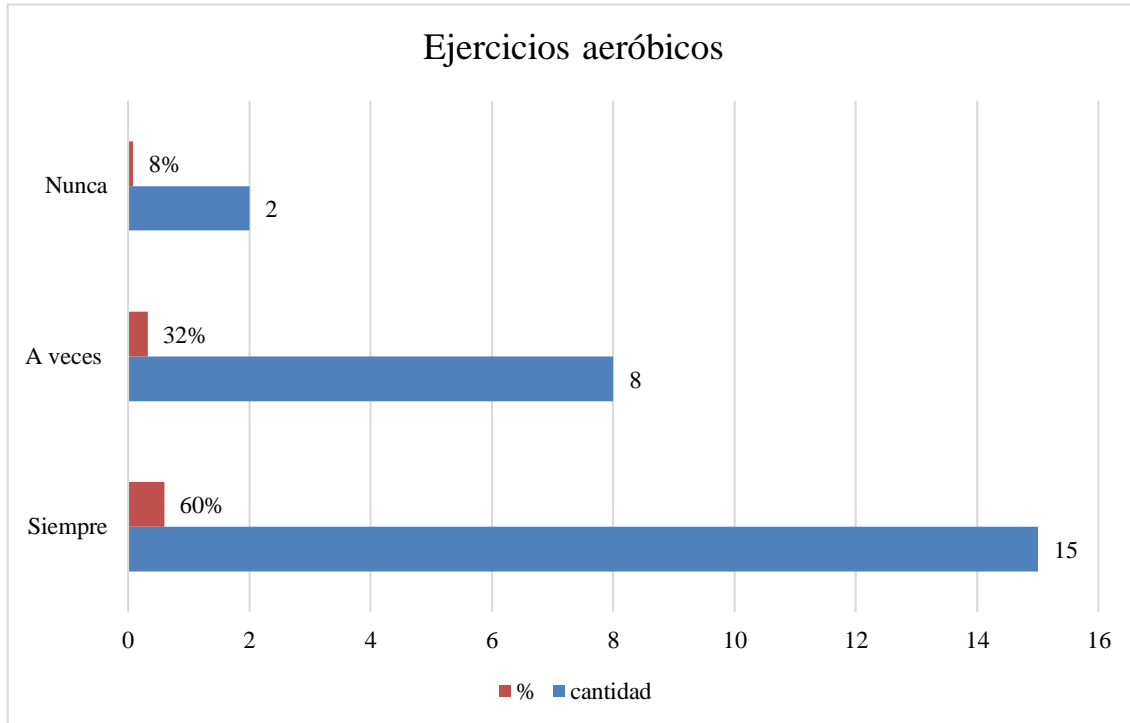


Gráfico 3. ¿Usted practica frecuentemente ejercicios aeróbicos?

Respecto a la práctica de ejercicios aeróbicos, un 60% de los estudiantes indicaron que estos ejercicios han sido muy productivos para mantenerse sanos aprovechando bien el tiempo libre, también un 32% mencionó que a veces han sido productivos, mientras que un 8% dijo que nunca los han aprovechado.

En este sentido, la participación en actividades físicas por parte de los estudiantes en la institución educativa representa una gran oportunidad para que este grupo de adolescentes se sientan atraídos por actividades que les sirvan y los desvinculen de actividades no adecuadas como el consumo de bebidas alcohólicas.

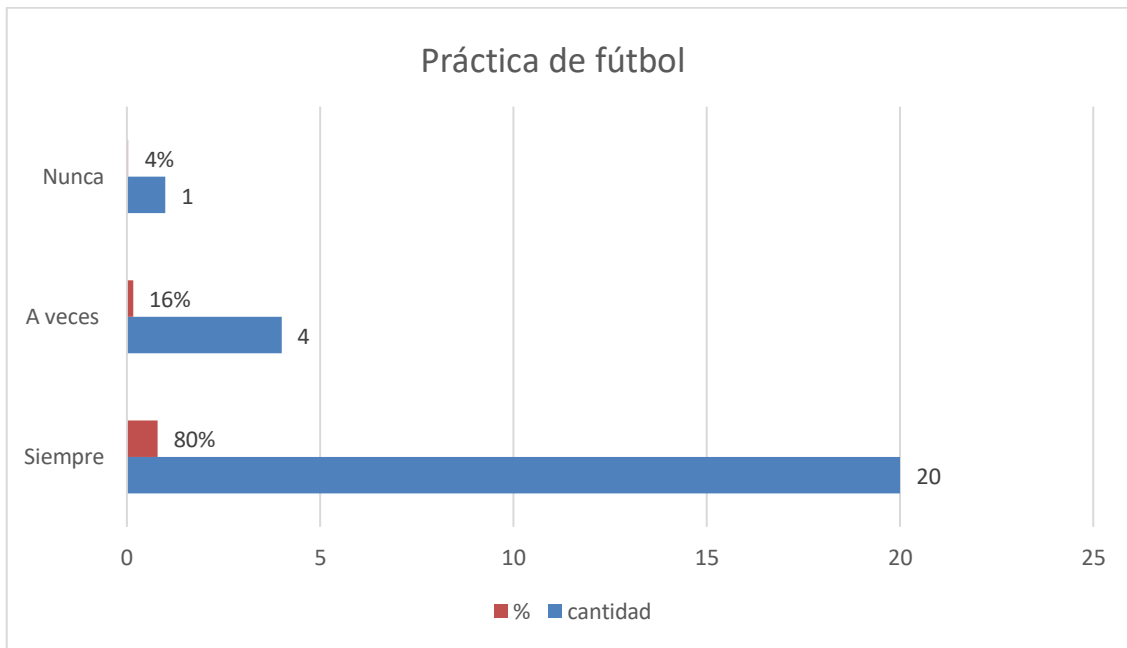


Gráfico 4. ¿Usted practica fútbol?

Al preguntarles a los jóvenes sobre la práctica de fútbol, los resultados mostraron que un 80% practicaban siempre esta actividad deportiva, seguida de un 16% que contestó que esta acción la realizaban a veces, mientras que un 4% indicó no dedicarse a esta actividad. Por lo tanto, el fútbol parece una buena opción para reducir el consumo de alcohol en los adolescentes, en línea con lo manifestado por Varonil (2018), que señala que la práctica de deportes en equipo como el fútbol ofrece a los adolescentes oportunidades de relación con sus compañeros fuera de clase, crea un ambiente de sana competencia, y satisface la necesidad del sentido de pertenencia a un grupo, la cual se acrecienta durante la adolescencia.

4. DISCUSIÓN

Hallazgos principales

A través de la aplicación de la encuesta se pudo establecer que el 50 % de la edad promedio de los jóvenes estudiantes es de 16 años seguida de la edad de 14 y 15 con un 28% la suma de ambas edades, quedando un 22 % con 17 años de edad, datos estadísticos referidos a la edad en la que se inicia el consumo de bebidas alcohólicas, que a la vez concuerda con lo que describe la OMS y la OPS en cuanto a la ingesta de bebidas alcohólicas. Esto debe tomarse en cuenta en las instituciones educativas para promover diversas acciones encaminadas a prevenir estas conductas negativas en los estudiantes.

El 50% de los estudiantes indicaron que habían recibido algún tipo de advertencia por parte de sus padres frente al consumo de bebidas alcohólicas, seguido de un 20% que indicaron que no tienen ningún tipo de restricción frente al consumo de alcohol, mientras que un 25 % indicaron que lo beben sin consentimiento de sus padres, y un 5% que lo hace abiertamente. Esta cuestión tiene una gran relevancia debido a que es importante el trabajo conjunto con los padres, porque son ellos quienes consienten o permiten la ingesta de bebidas alcohólicas a sus hijos.

También se ha evidenciado que un 70% de los encuestados ha consumido bebidas alcohólicas tomando como pretexto el desarrollo de actividades pedagógicas fuera del establecimiento educativo, lo cual permite ver que no se ha estado aprovechando adecuadamente el tiempo en actividades educativas. Esto también se relaciona con los resultados que indicaban que a bastantes estudiantes no les atraen las actividades físicas planteadas en las clases, ya que piensan que son repetitivas y no dinámicas. Esto se debe tener en cuenta para plantear actividades recreativas y deportivas que atraigan más a los adolescentes.

Respecto a la aplicación del programa de actividades recreativas, hubo un 80% de los estudiantes que mencionaron que este tipo de actividades son de mucha importancia para el aprovechamiento del tiempo libre, con la finalidad de prevenir el consumo de bebidas alcohólicas y mejorar la salud física y emocional.

Relación con investigaciones previas

La aplicación de las actividades recreativas y deportivas como parte del programa para la prevención del consumo de bebidas alcohólicas toma relevancia debido a la existencia del problema en los estudiantes de primero de bachillerato, ya que el 85% de ellos tomaron de forma positiva su aplicación, mientras que un 15% se sintió poco atraído con las primeras actividades recreativas.

Al aplicarse actividades recreativas tipo deportivas (aeróbic, crossfit, entre otros) las mismas produjeron mayor atracción en el 100% de los participantes, quienes se sintieron motivados con estas prácticas, que no solo desvían la atención ante el consumo de bebidas alcohólicas, sino que además ayudan a aprovechar el tiempo libre en actividades productivas y beneficiosas tanto para la salud física como mental.

En base estos resultados de la propuesta implementada en la Unidad Educativa Dolores Elena Quelal, su aplicación muestra ser una alternativa viable para buscar ocupar el tiempo libre de los jóvenes de la parroquia Santa Rosa en actividades productivas. Además, estas actividades pueden ser replicadas por los docentes de educación física.

Estos datos se relacionan con aquellos que se mencionan en el presente estudio, debido a que los estudiantes de primero de bachillerato se encuentran en una etapa decisiva para la vida y están en pleno desarrollo de su proyecto de vida, por lo que, al no tener actividades de aprovechamiento del tiempo libre, tienden a ser presa fácil del consumo de las bebidas alcohólicas. Además, ellos no son conscientes de la afectación que tiene el consumo de estas sustancias, y esto es también un problema para la unidad educativa, la cual debe responder de forma certera en su prevención, tomando y aplicando la propuesta de las actividades recreativas y deportivas.

La prevalencia del consumo de alcohol en la población adolescente española presenta una tendencia muy elevada, y la ingesta de bebidas alcohólicas durante este periodo produce consecuencias negativas de rápida aparición, a la vez que aumenta la probabilidad del desarrollo del abuso y de la dependencia del alcohol (Alcedo et al., 2014).

Estos indicadores concuerdan con el presente estudio, debido a que la institución se encuentra ubicada en la parroquia Santa Rosa, que tiene como antecedente que su población presenta gran porcentaje de bares, centro de tolerancia, y lugares de expendio de bebidas alcohólicas. Este es un contexto problemático para el sistema educativo, pero la implementación de actividades recreativas y deportivas permitirá la creación de espacios de sano esparcimiento y de aprovechamiento del tiempo libre en actividades productivas.

5. CONCLUSIONES

Debido a que muchos jóvenes cuentan con una permisibilidad frente al consumo de bebidas alcohólicas, indiferentemente de cual sea su contenido, las instituciones educativas deben competir con la gran cantidad de bares y sitios de tolerancia que se encuentran ubicados en el área de estudio, para evitar que los jóvenes se inicien en el consumo de bebidas alcohólicas.

El consumo de bebidas alcohólicas se ha regulado para que se consuma de manera libre en las familias de los estudiantes y, por ende, existe una permisibilidad frente a esta práctica, lo que hace que se vuelva una problemática más difícil de erradicar por la situación cultural y contexto social de la parroquia.

Por ello, fue necesaria la implementación de actividades recreativas en la Unidad Educativa Dolores Elena Quelal. La elaboración de este programa didáctico de juegos recreativos y deportivos permitió que los docentes de educación física ejecutasen y desarrollasen estas temáticas en sus horas de clase, considerando que la recreación busca fomentar una restauración o renovación del cuerpo aprovechando el tiempo en actividades productivas que mejoren la calidad de vida.

Es importante considerar que posteriormente se tome en cuenta la participación de entidades sociales, culturales y deportivas para aunar esfuerzos en disminuir los problemas del consumo de bebidas alcohólicas a temprana edad, donde sean estos grupos los que repliquen este tipo de iniciativas para prevenir estos malos hábitos en los adolescentes. Su aplicación traerá consigo diversos beneficios en diferentes áreas del desarrollo humano integral en la adolescencia, mejorando la calidad de vida y la salud física, mental y social.

6. REFERENCIAS

1. Ardoche Vilar, D., La O Fuentes, M., & Rubio Pérez, A. A. (2019). Sistema de actividades para prevenir el alcoholismo en la comunidad 30 de diciembre en contra maestra santiago de cuba. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, 3, 1-12.
2. Bisquerra, R. (1989). *Métodos de investigación educativa: Guía práctica* (1ª ed). Barcelona: CEAC.
3. Castellanos, Ó., Chávez, R., & Jiménez, C. (2003). INNOVAR. Propuesta de formación en liderazgo y emprendimiento. *Revista de Ciencias Administrativas y Sociales*, 22, 145-165.
4. Fundación San Vicente. (2021). Informe de sostenibilidad. <https://www.sanvicentefundacion.com/informes-de-sostenibilidad>
5. INEC. (2022). <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/estadisticas/>
6. Ochoa, V., & Aguilar, K. (2022). *Técnicas y dinámicas recreativas para la comunidad*. Círculo Rojo.
7. Organización Mundial de la Salud. (2018). Estadísticas Mundiales de la Salud 2018 de la OMS. <https://codigof.mx/estadisticas-mundiales-de-la-salud-2018-de-la-oms/>
8. Organización Panamericana de la Salud. (2019). Informe sobre la situación mundial del alcohol y la salud 2018. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/51352/OPSNMH19012_spa.pdf?sequence=1

AUTHOR CONTRIBUTIONS

All authors listed have made a substantial, direct and intellectual contribution to the work, and approved it for publication.

CONFLICTS OF INTEREST

The authors declare no conflict of interest.

FUNDING

This research received no external funding.

COPYRIGHT

© 2023 by the authors. This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons CC BY 4.0 license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), meaning that anyone may download and read the paper for free. The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms. These conditions allow for maximum use and exposure of the work, while ensuring that the authors receive proper credit.