

Programa educativo para promocionar estilos de vida saludables para la prevención y/o **disminución del consumo de alcohol**

Myriam Piedad Erazo Martínez

Karina Gallardo Solarte

Docentes Programa de Enfermería
Docentes Posgrados en Salud
Universidad Mariana

La investigación profesoral realizada por los docentes: Myriam Erazo Martínez, Karina Gallardo Solarte, Hugo Campaña Muriel y Gloria Maya Pantoja, de los programas de Enfermería y de Posgrados en Salud respectivamente, fue realizada con estudiantes de Enfermería, en donde se indagó sobre los factores relacionados con el consumo de alcohol, con la finalidad de plantear una propuesta educativa fundamentada en el modelo de autocuidado de Dorothea Orem y el modelo integrativo de Roberto Opazo Castro. La propuesta se articuló con el proyecto que se viene trabajando en el programa titulado: “Si Consumes te Consumes” y de igual forma fortalece el proyecto ZOU (Zonas de Orientación Universitaria). La idea de investigar las sustancias psicoactivas lícitas como es el caso del alcohol, surge del compromiso que tiene el Programa de Enfermería con la Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas (CICAD/OEA), que plantea dentro de sus políticas la reducción, producción, tráfico y consumo de drogas lícitas e ilícitas.

La investigación fue descriptiva transversal, realizada en el primer periodo de 2012, se trabajó con una población de 294 estudiantes de primero a octavo semestre, consumidores de alcohol.

Entre los resultados más destacados se encontró que el 64% de los estudiantes que viven con los familiares, iniciaron el consumo de alcohol a una edad promedio de 16.1 años; el 65.75% de ellos entre los 15 y 24 años de edad, manifestaron que consumir alcohol les ayuda a expresar sentimientos de alegría; el 45.2% consumen alcohol cuando se en-



Participantes trabajo profesoral sobre consumo de alcohol. De izquierda a derecha: Mg. Gloria Maya Pantoja, Mg. Myriam Piedad Erazo Martínez, Mg. Karina Gallardo Solarte, Mg. Hugo Alberto Campaña Muriel.

cuentran deprimidos. Asimismo, se indagó sobre la bebida alcohólica con mayor consumo, encontrando que el 70.9% de los encuestados, consumen con frecuencia cerveza, y que este hábito se da en los diferentes estratos socioeconómicos, consecutivamente, el 45.6% toma aguardiente. Adicionalmente, se pudo establecer que el 50% de los estudiantes separados y el 45.7% de los solteros, manifestaron que el estado de ánimo que motiva el consumo de alcohol es la depresión. El 27.9% de los solteros y el 22.2% de aquellos que viven en unión libre refieren que es la ansiedad.

En esa medida, se puede concluir que los estudiantes del Programa de Enfermería, consumen bebidas alcohólicas al finalizar el período académico, en la mayoría

de los casos se realiza en los bares, seguido de las casas de los amigos, frente a un porcentaje representativo que lo realiza en la calle, parques o puntos de venta.

Los resultados motivaron el planteamiento de la propuesta encaminada a prevenir y/o disminuir el consumo de bebidas alcohólicas en la población estudiantil de la Universidad Mariana, fundamentada en la promoción de estilos de vida saludables junto con la práctica del autocuidado y el modelo integrativo, amparados en la Ley 1122 de 2007, que estipula que la salud pública busca garantizar de manera integrada la salud de la población por medio de acciones dirigidas tanto de manera individual como colectiva.