

**ESTRATEGIAS CONDUCTUALES DE PROTECCIÓN Y SU RELACIÓN CON
EL CONSUMO DE ALCOHOL Y LAS CONSECUENCIAS NEGATIVAS EN
ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**

**PROTECTIVE BEHAVIORAL STRATEGIES AND THEIR RELATIONSHIP
WITH ALCOHOL USE AND ITS NEGATIVE CONSEQUENCES IN
UNIVERSITY STUDENTS**



TRABAJO DE FIN DE GRADO

ALUMNA: HELENA CASTILLA PEINADO.

TUTOR: DR. FERMÍN FERNÁNDEZ CALDERÓN.

CONVOCATORIA: JUNIO 2020.

FACULTAD DE EDUCACIÓN, PSICOLOGÍA Y CIENCIAS DEL DEPORTE.
UNIVERSIDAD DE HUELVA.



Facultad de Educación, Psicología y Ciencias del Deporte

ANEXO III

DECLARACIÓN PERSONAL

D/Dña: HELENA CASTILLA PEINADO, con DNI: 49161343Q, estudiante de la Facultad de Educación, Psicología y Ciencias del Deporte, en calidad de titular de los derechos de autor del Trabajo Fin de Grado titulado:

Estrategias conductuales de protección y su relación con el consumo de alcohol y las consecuencias negativas en estudiantes universitarios

declara que es un trabajo original e inédito y que todo el material utilizado en la elaboración del mismo se encuentra debidamente citado en el texto y recogido en el apartado de Referencias.

Asimismo, declara que conoce la normativa de evaluación de la Universidad de Huelva en lo concerniente al plagio y las consecuencias académicas que presentar un trabajo plagiado puede acarrear.

Por último, declara la no cesión de los derechos de dicho trabajo hasta que se haya producido la defensa y calificación del mismo ante el correspondiente Tribunal.

Huelva, a 8 de JUNIO de 2020.

Firmado: El/la estudiante
Helena Castilla Peinado

ÍNDICE

1. Resumen/Abstract.....	3
2. Introducción.....	5
3. Método.....	7
3.1. Participantes.....	7
3.2. Instrumentos.....	7
3.3. Procedimiento.....	8
3.4. Análisis de datos.....	8
4. Resultados.....	9
5. Discusión.....	13
6. Referencias.....	16

1. Resumen.

Introducción y objetivos. Los patrones de consumo de alcohol de riesgo como la borrachera y el atracón son más frecuentes en estudiantes universitarios. Asimismo, los universitarios se exponen a más consecuencias negativas relativas al consumo. El objetivo del presente estudio es analizar la relación entre el uso de estrategias conductuales de protección (ECP) y el patrón de consumo de alcohol y las consecuencias negativas experimentadas en estudiantes universitarios. **Métodos.** Se administró un cuestionario a una muestra de 538 estudiantes universitarios de Huelva, Almería y Sevilla. Para analizar las relaciones entre las variables se realizaron correlaciones de Pearson y regresiones lineales. **Resultados.** Se encontraron correlaciones negativas entre el uso de ECP y las consecuencias negativas y el patrón de consumo. En cuanto a las regresiones lineales, las ECP medidas mostraron capacidad explicativa sobre las demás variables estudiadas. **Discusión.** El presente estudio arroja más evidencia a favor de que el uso de las ECP predice una menor experimentación de consecuencias negativas y un menor consumo de alcohol. Además, se trata del primer trabajo que conocemos en estudiar este fenómeno en población universitaria española. Los resultados pueden ser útiles para el diseño de intervenciones que promuevan el uso de ECP en estudiantes universitarios.

Palabras clave: estrategias conductuales de protección, consecuencias negativas relativas al consumo de alcohol, patrón de consumo, atracón, reducción de daños, estudiantes universitarios.

Introduction and Aims. University students are more likely to have risky alcohol use patterns such as binge drinking. Also, university students are exposed to more negative consequences related to alcohol use. The aim of this study is to analyze the relationship between the use of protective behavioral strategies (PBS), alcohol drinking patterns and negative consequences in university students. **Methods.** A questionnaire was administered to a sample of 538 university students from Huelva, Almería and Seville. We conducted Pearson correlations and lineal regressions to analyze the relationships between the studied variables. **Results.** Negative correlations were found between the use of PBS and negative consequences and alcohol use patterns. As for the lineal regressions, the different PBS measured showed great explanatory capacity on the other variables studied. **Discussion.** Findings provide additional support for the argument that states that

the use of PBS predicts less experimentation of negative consequences and less alcohol use. Furthermore, this is the first work that we know of that study this phenomenon in the Spanish university students. These results could be useful for the design of interventions that promote the use of ECP in university students.

Key words: protective behavioral strategies, alcohol-related negative consequences, alcohol drinking patterns, binge drinking, harm reduction, university students.

2. Introducción.

Se estima que el 43% de la población mundial mayor de 15 años ha consumido alcohol en el último año (World Health Organization [WHO], 2019). Además, se estima que el 18% de la población mundial ha consumido alcohol con un patrón de atracón caracterizado, por el Observatorio de las Drogas y las Adicciones (OEDA, 2019), como el consumo de cinco o más bebidas alcohólicas, en hombres, o cuatro o más, en mujeres, en un intervalo de dos horas. Este patrón de consumo se presenta sobre todo en jóvenes de entre 20 y 24 años (WHO, 2019).

En Europa, el número de consumidores asciende a más de la mitad de su población (WHO, 2019). Datos de la European Health Interview Survey (EHIS) en 2014 confirman que el 9.2% de los europeos de 15 años o más consumen alcohol todos los días; el 29.6%, lo hacen de forma semanal; y el 23.1%, mensualmente. Asimismo, uno de cada cinco europeos consumidores reportó haber tenido un episodio de atracón al menos una vez al mes. El riesgo de aparición de estos episodios en hombres es casi tres veces mayor que en mujeres (Statistical Office of the European Union [Eurostat], 2018).

En España, el alcohol fue la sustancia psicoactiva más consumida en población de entre 15 y 64 años durante el año 2017. El 91.2% informó haber consumido esta sustancia alguna vez en su vida. En el grupo de edad más joven (15-24 años), este porcentaje fue de un 85.1%. Con respecto al patrón de consumo de alcohol, se encontró que el 62.7% de la población española de entre 15 y 64 años había bebido en los últimos 30 días; el 7.1%, se había emborrachado; y, el 15.1%, había consumido en forma de atracón (OEDA, 2019).

Son numerosos los estudios que refieren que tanto el consumo de alcohol como el patrón y la frecuencia de este conllevan muchas consecuencias negativas asociadas entre las que se encuentran un mayor número de accidentes de tráfico, peleas y lesiones, violencia, homicidio, suicidio, abusos sexuales, problemas crónicos de salud como la cirrosis, comas etílicos y efectos negativos en el rendimiento académico a corto y largo plazo (Eurostat, 2018; Hingson, Edwards, Heeren y Rosenbloom, 2009; Singleton, 2007; WHO, 2019). Además, estos patrones de riesgo son más acusados en jóvenes, los cuales se exponen a más consecuencias negativas (Hingson et al., 2009; Wechsler, Lee, Kuo y Lee, 2000).

Para prevenir y reducir los riesgos y daños del alcohol existen un tipo de estrategias cognitivo-conductuales denominadas estrategias conductuales de protección (ECP) (Benton et al., 2004; Martens et al., 2004; Martens et al., 2005). Martens et al.

(2005) identificaron tres tipos de estrategias: *Manner Of Drinking* (MOD) [manera de beber], *Limiting/Stopping Drinking* (SLD) [limitar o parar el consumo] y *Serious Harm Reduction* (SHR) [reducción de daños importantes]. En la dimensión MOD se encuentran las estrategias referidas al modo en el que las personas consumen alcohol, por ejemplo, evitar mezclar diferentes tipos de alcohol. En el caso de la SLD, las estrategias están dirigidas a limitar la cantidad de alcohol consumido, como puede ser beber lentamente en vez de engullir. Finalmente, la SHR está formada por estrategias dirigidas a evitar la aparición de consecuencias peligrosas, un ejemplo de ellas es asegurarse de volver a casa con un amigo (Martens et al., 2005). Considerando estos tipos de ECP, Martens et al. (2005), construyeron una escala para cuantificarlos, la *Protective Behavioral Strategies Scale* (PBSS). En este estudio se hará uso de la versión española de la adaptación de esta escala de Treloar, Martens y McCarthy (2015), la S-PBSS-20 (Sánchez-García et al., 2020).

Cabe destacar que existe relación entre el uso de estas estrategias y el consumo de alcohol y la aparición de consecuencias negativas asociadas al mismo: un mayor uso de estas se relaciona con una menor experimentación de consecuencias negativas y un menor consumo (Benton et al., 2004; Braitman, Henson, y Carey, 2015; Martens et al., 2004; Martens et al., 2005; Patrick, Lee y Larimer, 2011; Villarosa, Moorer, Madson, Zeigler-Hill y Noble, 2014). La relevancia del uso de ECP para la reducción tanto del consumo de alcohol como de las consecuencias negativas que este conlleva ha sido examinada en países como Estados Unidos, Irlanda y Argentina (Benton et al., 2004; Martens et al., 2005; Moylett y Hughes, 2017; Pilatti, Vera, Guzmán y Pautassi, 2019). No obstante, hasta donde sabemos, se desconoce esta información en estudiantes universitarios en España. Por tanto, analizar el uso de ECP y su relación con el consumo de alcohol y sus consecuencias en estudiantes universitarios españoles puede ser útil para el desarrollo de intervenciones en este contexto.

Teniendo en cuenta esto, el presente estudio tiene como objetivos i) analizar la relación entre las estrategias conductuales de protección (ECP) y las consecuencias negativas experimentadas; y ii) analizar la relación entre las ECP y el patrón de consumo de alcohol, en concreto, la frecuencia de consumo de alcohol, la frecuencia de atracón, la frecuencia de borrachera y la cantidad de alcohol consumido. Considerando la literatura anterior, en el presente estudio se plantean las siguientes hipótesis: 1) una mayor frecuencia en el uso de ECP, se relacionará con menores consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol; 2) una mayor frecuencia en el uso de ECP, se

relacionará con una menor frecuencia de consumo de alcohol; 3) una mayor frecuencia en el uso de ECP, se relacionará con una menor frecuencia de borrachera; 4) una mayor frecuencia en el uso de ECP, se relacionará con una menor frecuencia de atracón; 5) una mayor frecuencia en el uso de ECP, se relacionará con una menor cantidad de consumo.

3. Método.

3.1. Participantes.

Inicialmente, la muestra estaba compuesta por 603 universitarios de Huelva, Almería y Sevilla a los que se accedió mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. La muestra final fue de 538 estudiantes, ya que los datos de 65 sujetos fueron eliminados debido a que informaron no haber consumido alcohol nunca ($n = 49$) o en los últimos tres meses ($n = 14$) o no habían cumplimentado información sobre frecuencia de consumo de alcohol ($n = 2$).

De estos participantes, el 59.3% pertenecían a la Universidad de Huelva; el 24.5%, a la Universidad de Almería; y el 16.2%, a la Universidad de Sevilla. La mayoría eran mujeres (77.9%) con una edad media de 21.1 años ($DT = 3.62$). Con respecto al patrón de consumo de alcohol, el 38.8% informó haber bebido entre una y tres veces al mes.

3.2. Instrumentos.

Consumo de alcohol. Los participantes debían informar acerca del número de días que consumían alcohol, el número de días que se emborrachaban y el número de días que consumían por atracón (consumo de cinco o más bebidas alcohólicas, en hombres, o cuatro o más, en mujeres, en un intervalo de dos horas) en los últimos 30 días, así como el número de bebidas alcohólicas que consumían en una semana típica del último mes.

Cantidad del alcohol consumido. Para medir la cantidad de alcohol consumido en una semana típica del último mes se utilizó el Daily Drinking Questionnaire (DDQ; Collins, Parks y Marlatt, 1985). Siguiendo las recomendaciones del Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (OEDA, 2019), en la cuadrícula donde se preguntaba a los participantes sobre su consumo semanal de seis tipos de bebidas alcohólicas, se incluyó una imagen representativa de cada una. El número de bebidas consumidas fue transformado en Unidades de Bebida Estándar (UBE), que, en España, equivalen cada una a 10 gramos de alcohol puro (Rodríguez-Martos, Gual y Llopis, 1999).

Versión Española de la Protective Behavioral Strategies Scale-20 (Spanish PBSS-20; S-PBSS-20). Para medir el uso de ECP, se hizo uso de la adaptación española de la PBBS-20 (Treloar et al., 2015), la S-PBSS-20. Esta escala cuenta con 20 ítems repartidos

en tres dimensiones: parar/limitar el consumo (SLD), de siete ítems; reducción de daños importantes (SHR), de ocho ítems; y, manera de beber (MOD), de cinco ítems. El formato de respuesta fue tipo Likert, con respuestas desde 1 (*Nunca*) a 5 (*Siempre*) (Sánchez-García et al., 2020). En cuanto a la fiabilidad del instrumento en este estudio, el coeficiente alpha de Cronbach para el total de la escala fue de 0.82. El alpha de cada dimensión fue 0.63 en SHR; 0.69 en SLD; y 0.73 en MOD.

Versión Española de la Young Adult Alcohol Consequences (YAACQ). Se usó la versión adaptada al español por Pilatti, Read y Caneto (2016) para población argentina de la YAACQ (Read, Kahler, Strong y Colder, 2006) aunque con adaptaciones a la cultura española en la redacción de los ítems (Bravo et al., 2018) para medir las consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol experimentadas en los últimos tres meses. Es un cuestionario que cuenta con 48 ítems con formato de respuesta dicotómico (sí/no) en los que figuran diferentes consecuencias negativas que puede producir el consumo de alcohol. Los ítems están agrupados en ocho dimensiones: social e interpersonal, académica/ocupacional, conductas de riesgo, control defectuoso, pobre autocuidado, autopercepción negativa, pérdidas de memoria y dependencia fisiológica (Read et al., 2006; Read, Merrill, Kahler y Strong, 2007; Pilatti et al., 2016). En el presente estudio, la fiabilidad estimada como consistencia interna osciló entre $\alpha = 0.70-0.95$.

3.3. Procedimiento.

La cumplimentación del cuestionario fue autoadministrada, y se realizó en las aulas de clase, con grupos de 20-50 alumnos. Primero, se informó a los estudiantes del carácter voluntario de su participación y se garantizó su anonimato. Tras esto, se les entregó el cuestionario en el que figuraba el consentimiento informado que debían firmar para permitir el posterior tratamiento de los datos. Para llevar a cabo este estudio, se contó con la aprobación del comité de bioética de la Universidad de Almería.

3.4. Análisis de datos.

Para los distintos análisis estadísticos, se hizo uso del programa SPSS. Primero, se realizaron análisis descriptivos de los ítems (medias y desviaciones típicas). Posteriormente, se estudió a partir del coeficiente de correlación de Pearson la correlación entre la S-PBSS-20 y el número de días de consumo de alcohol en el último mes, el número de días de borrachera en el último mes, el número de días de atracón en el último mes, la cantidad de consumo de alcohol en una semana típica del último mes y las consecuencias negativas relativas al consumo.

Para finalizar, se llevaron a cabo cinco análisis de regresión lineal jerárquica. Como variables independientes se introdujeron las dimensiones de la S-PBSS-20 (SHR, MOD, SLD). Como variables dependientes, se introdujeron en los modelos de regresión: número de días de consumo de alcohol, número de días de borrachera, número de días de atracón, cantidad de consumo de alcohol en UBE y consecuencias negativas relativas al consumo. En el paso 1 de todos los modelos de regresión se introdujeron las variables edad y sexo como variables de control.

4. Resultados.

Según los análisis descriptivos que se muestran en la Tabla 1, las estrategias más utilizadas fueron las correspondientes a los ítems 8, 16 y 17: *saber en todo momento dónde está tu bebida* ($M = 4.48$; $DT = 0.89$); *salir sólo con gente que conoces y en la que confías* ($M = 4.17$; $DT = 0.94$); y *evitar mezclar alcohol con porros (hachís, marihuana)* ($M = 4.23$; $DT = 1.27$). Por el contrario, la estrategia menos usada por los encuestados fue *beber agua mientras bebes alcohol* ($M = 1.7$; $DT = 0.94$).

Tabla 1

Medias y desviaciones típicas de los ítems y dimensiones de la S-PBSS-20.

Ítem	Desviación	
	Media	típica
SHR	32.64	4.77
1. Elegir a alguien que no beberá para poder conducir.	3.83	1.45
7. Asegurarte de volver a casa con un/a amigo/a.	3.78	1.23
8. Saber en todo momento dónde está tu bebida.	4.48	0.89
15. Negarte a subir en un vehículo que conduce alguien que ha estado bebiendo.	4.00	1.15
16. Salir sólo con gente que conoces y en la que confías.	4.17	0.94
17. Evitar mezclar alcohol con porros (hachís, marihuana).	4.23	1.27
19. Asegurarte de beber con gente que cuidará de ti si bebes demasiado.	3.90	1.12
20. Comer antes de beber o mientras bebes.	4.21	0.90
SLD	16.41	4.85
2. Determinar un número máximo de bebidas que consumirás.	2.31	1.19

3. Alternar bebidas con y sin alcohol.	2.29	1.18
4. Tener un/a amigo/a que te diga cuando has bebido suficiente.	2.41	1.31
6. Marcharte del bar/fiesta a una hora predeterminada.	2.54	1.12
9. Parar de beber a una hora predeterminada.	2.55	1.15
10. Beber agua mientras bebes alcohol.	1.70	0.94
11. Poner hielo extra en tu bebida.	2.74	1.26
MOD	14.88	4.27
5. Evitar juegos que impliquen beber alcohol.	2.27	1.24
12. Evitar la mezcla de diferentes tipos de alcohol.	3.52	1.20
13. Beber despacio, en lugar de hacerlo rápido o a grandes tragos.	3.35	1.05
14. Evitar seguir el mismo ritmo o beber más que los demás.	3.07	1.36
18. Evitar beber antes de salir.	2.65	1.32
Total	63.74	11.22

Nota: SHR=Serious Harm Reduction [Reducción de daños importantes]; SLD=Stopping/Limiting Drinking [Parar/limitar el consumo]; MOD=Manner Of Drinking [Manera de beber].

Las correlaciones entre la puntuación total de la S-PBSS-20 y las demás variables mostradas en la Tabla 2, fueron negativas: para la YAACQ, la r fue de -0,345; para el número de días de consumo de alcohol, $r = -0,272$; para el número de días de borrachera, $r = -0,332$; para el número de días de atracón, $r = -0,309$; y para la frecuencia de consumo en UBE, $r = -0,291$. La correlación entre cada dimensión de la S-PBSS-20 y las dimensiones del YAACQ y el patrón de consumo fue, en la mayoría de los casos, significativa y negativa.

Tabla 2

Correlaciones entre las puntuaciones de la S-PBSS-20 y las consecuencias, patrón de consumo y cantidad de consumo.

	Consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol			
	SLD	MOD	SHR	TOTAL PBSS
YAACQ-Social/interpersonal	-0.114*	-0.288**	-0.197**	-0.264**
YAACQ-Control defectuoso	-0.185**	-0.309**	-0.174**	-0.283**
YAACQ-Autopercepción negativa	0,007	-0.128**	-0.058	-0.073

YAACQ-Pobre autocuidado	-0.173**	-0.280**	-0.225**	-0.273**
YAACQ-Conductas de riesgo	-0.121**	-0.244**	-0.277**	-0.261**
YAACQ-Académica/ocupacional	-0.170**	-0.263**	-0.232**	-0.275**
YAACQ-Dependencia fisiológica	-0.129**	-0.248**	-0.188**	-0.237**
YAACQ-Pérdidas de memoria	-0.115**	-0.242**	-0.184**	-0.212**
YAACQ-TOTAL	-0.194**	-0.356**	-0.282**	-0.345**

Patrón de consumo de alcohol

	SLD	MOD	SHR	TOTAL PBSS
Número de días de consumo de alcohol en el último mes	-0.181**	-0.238**	-0.235**	-0.272**
Número de días de borrachera en el último mes	-0.258**	-0.299**	-0.233**	-0.332**
Número de días de atracón en el último mes	-0.239**	-0.276**	-0.218**	-0.309**
Frecuencia de consumo de alcohol en una semana típica del último mes	-0.200**	-0.263**	-0.242**	-0.287**
Frecuencia de consumo de alcohol en una semana típica del último mes en UBE	-0.212**	-0.264**	-0.237**	-0.291**

Nota: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$. SHR=Serious Harm Reduction [Reducción de daños importantes]; SLD=Stopping/Limiting Drinking [Parar/limitar el consumo]; MOD=Manner Of Drinking [Manera de beber]; PBSS=Protective Behavioral Strategies Scale [Escala de Estrategias Conductuales de Protección]; YAACQ=Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire [Cuestionario de Consecuencias para Adultos Jóvenes]; UBE=Unidad de Bebida Estándar.

En cuanto a las regresiones lineales y a la vista de los resultados de la Tabla 3, la dimensión MOD mostraba capacidad explicativa sobre todas las variables dependientes estudiadas. En el caso de la dimensión SHR, el valor de β fue significativo en todas las variables exceptuando la de atracón. Finalmente, la dimensión SLD solo se mostraba explicativa para las variables siguientes: borrachera ($\beta = -0,108^*$) y atracón ($\beta = -0,108^*$).

Tabla 3

Regresión jerárquica de la PBSS-20 en relación con el YACCQ, el patrón de consumo y la cantidad de consumo.

Variab les dependientes e independientes	β	EE	IC (95%) para β	β estandarizada
Consecuencias negativas (YAACQ)				
Sexo	-0.058	0.0814	-1.657 1.542	-0.003
Edad	-0.231	0.0890	-0.406 -0.057	-0.116**
SHR	-0.318	0.080	-0.476 -0.161	-0.202**
SLD	0.086	0.084	-0.079 0.251	0.054
MOD	-0.510	0.094	-0.695 -0.324	-0.288**
Número de borracheras en los últimos 30 días				
Sexo	-0.076	0.249	-0.565 0.412	-0.014
Edad	-0.048	0.027	-0.102 0.006	-0.079
SHR	-0.061	0.024	-0.109 -0.013	-0.128*
SLD	-0.051	0.025	-0.101 -0.001	-0.108*
MOD	-0.096	0.028	-0.152 -0.040	-0.181**
Número de días de consumo de alcohol en los últimos 30 días				
Sexo	-0.132	0.471	-1.057 0.793	-0.013
Edad	0.054	0.052	-0.047 0.156	0.048
SHR	-0.121	0.046	-0.212 -0.03	-0.137**

SLD	-0.041	0.048	-0.136	0.053	-0.047
MOD	-0.163	0.054	-0.268	-0.057	-0.165**

Número de días de atracón

en los últimos 30 días

Sexo	-0.062	0.280	-0.612	0.487	-0.010
Edad	0.021	0.031	-0.040	0.081	0.030
SHR	-0.053	0.028	-0.108	0.001	-0.101
SLD	-0.057	0.029	-0.113	0.000	-0.108*
MOD	-0.109	0.032	-0.172	-0.046	-0.184**

Cantidad de alcohol (UBE)

en los últimos 30 días

Sexo	0.879	1.573	-2.212	3.970	0.026
Edad	-0.198	0.168	-0.529	0.133	-0.055
SHR	-0.402	0.153	-0.702	-0.101	-0.141**
SLD	-0.155	0.159	-0.468	0.157	-0.055
MOD	-0.532	0.177	-0.880	-0.184	-0.166**

Nota: *p<0.05, **p<0.01. EE=Error Estándar; SHR=Serious Harm Reduction [Reducción de daños importantes]; SLD=Stopping/Limiting Drinking [Parar/limitar el consumo]; MOD=Manner Of Drinking [Manera de beber]; PBSS=Protective Behavioral Strategies Scale [Escala de Estrategias Conductuales de Protección]; YAACQ=Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire [Cuestionario de Consecuencias para Adultos Jóvenes]; UBE=Unidad de Bebida Estándar.

5. Discusión.

Hasta donde sabemos, este es el primer estudio que analiza las relaciones entre el uso de ECP, las consecuencias negativas y el patrón de consumo de alcohol en una muestra de estudiantes universitarios españoles. Los resultados obtenidos son coherentes por los encontrados en estudios anteriores (Benton et al., 2004; Braitman et al., 2015; García,

Fairlie, Litt, Waldron y Lewis 2018; Martens et al., 2004; Martens et al., 2005; Patrick et al., 2011; Villarosa et al., 2014) y apoyan las hipótesis planteadas. Los estudiantes universitarios que hacen uso de estas estrategias frecuentemente experimentan menos consecuencias negativas, consumen alcohol menos días, tienen menos episodios de atracones, se emborrachan con menor frecuencia, y, además, consumen una menor cantidad de alcohol.

En relación con los tipos de ECP, las estrategias referidas a la manera de beber muestran una mayor relación con la experimentación de consecuencias negativas, el número de días consumo de alcohol, borrachera y atracón, y la cantidad de consumo que las demás ECP (reducción de daños importantes y limitar/parar el consumo). En otras palabras, las estrategias que con mayor frecuencia se asocian a un menor consumo de alcohol en cualquiera de los patrones expuestos y a una menor experimentación de consecuencias negativas son las relativas a la manera de beber. Los resultados de numerosos estudios coinciden con estos resultados (Cadigan, Weaver, McAfee, Herring y Martens, 2015; Frank, Thake y Davis, 2012; García et al., 2018; Horváth, Foley y Urbán, 2020; Napper, Kenney, Lac, Lewis y LaBrie, 2014).

Por otro lado, las estrategias relativas a la reducción de daños importantes se ligaron más a las consecuencias negativas que las relativas a limitar/parar el consumo. No obstante, el uso de las primeras tiene una relación más débil con el número de días de atracones y borracheras. Estos resultados son consistentes con los de otros estudios (Martens et al., 2005; Martens et al., 2007).

Al contrario que en trabajos anteriores que afirmaban que el uso de estrategias para limitar/parar el consumo no se asociaban ni con el patrón ni con las consecuencias negativas, los resultados de este estudio apoyan que un mayor uso de estas estrategias se vincula con una menor frecuencia de atracones, borracheras y consecuencias negativas experimentadas (Frank et al., 2012; Martens et al., 2005; Martens et al., 2011). Asimismo, en consonancia con otros estudios (Martens et al., 2005; Martens et al., 2007), el uso de ECP relativas a la manera de beber y a la reducción de daños importantes, se vinculan con menores consecuencias negativas experimentadas. Por el contrario, los resultados en limitar/parar el consumo no son significativos.

Con respecto al patrón de consumo, los cambios en el uso de estrategias relativas a la manera de beber se relacionan en mayor grado con el número de días de consumo, número de días de borrachera y cantidad de consumo de alcohol en los últimos 30 días que las estrategias relativas a la reducción de daños importantes y a limitar/parar el

consumo. Tanto en este trabajo como en otros (Frank et al., 2012; Martens et al., 2005; Martens et al., 2007), se encuentra que los cambios en el uso de estrategias de limitar/parar el consumo no se relacionan de forma significativa con el número de días y la cantidad de consumo.

Una de las fortalezas de este trabajo reside en que, en España, solo conocemos el análisis de este tipo de estrategias en policonsumidores (González-Ponce, Díaz-Batanero, Vera, Dacosta-Sánchez y Fernández-Calderón, 2020; Vera, Vidal, Lozano y Fernández-Calderón, 2018). Sin embargo, al tratarse de un estudio transversal, cuenta con la desventaja de no poder establecer inferencias causales. Además, el uso de un muestreo no probabilístico para seleccionar la muestra limita la generalización de los resultados.

Otra limitación en el presente estudio se encuentra en la validez del autoinforme. Las respuestas de los sujetos pueden haberse visto afectadas por la deseabilidad social o por el sesgo por el recuerdo.

Por todo esto y para obtener una mayor validez externa, sería conveniente extender la muestra a la población general, no solo a estudiantes universitarios. Asimismo, se deberían estudiar los datos de forma longitudinal para poder establecer relaciones de predicción entre el uso de ECP y las consecuencias negativas y el patrón de consumo de alcohol. Futuras intervenciones en universitarios podrían apoyarse en estos resultados para promover el uso de ECP, y, así, reducir el número de consecuencias negativas y la frecuencia de consumo de alcohol y del atracón.

6. Referencias.

- Statistical Office of the European Union. (Marzo de 2018). *Alcohol consumption statistics*. Eurostat Statistics Explained. Recuperado el 12 de mayo de 2020 de https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Alcohol_consumption_statistics#Heavy_episodic_drinking
- Benton, S. L., Schmidt, J. L., Newton, F. B., Shin, K., Benton, S. A., y Newton, D. W. (2004). College student protective strategies and drinking consequences. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 65(1), 115-121. doi: 10.15288/jsa.2004.65.115
- Braitman, A. L., Henson, J. M., y Carey, K. B. (2015). Clarifying observed relationships between protective behavioral strategies and alcohol outcomes: The importance of response options. *Psychology of Addictive Behaviors*, 29(2), 455-466. doi: 10.1037/adb0000024
- Bravo, A. J., Pearson, M. R., Pilatti, A., Read, J. P., Mezquita, L., Ibáñez, M. I., y Ortet, G. (2018). Impulsivity-related traits, college alcohol beliefs, and alcohol outcomes: Examination of a prospective multiple mediation model among college students in Spain, Argentina, and USA. *Addictive Behaviors*, 81, 125-133. doi: 10.1016/j.addbeh.2018.02.009
- Cadigan, J. M., Weaver, C. C., McAfee, N. W., Herring, T. E., y Martens, M. P. (2015). A confirmatory factor analysis of the Protective Behavioral Strategies Scale among OEF/OIF veterans. *Addictive Behaviors*, 51, 127-130. doi: 10.1016/j.addbeh.2015.07.010
- Collins, R. L., Parks, G. A., y Marlatt, G. A. (1985). Social determinants of alcohol consumption: the effects of social interaction and model status on the self-administration of alcohol. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 53(2), 189-200.
- Frank, C., Thake, J., y Davis, C. G. (2012). Assessing the protective value of protective behavioral strategies. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 73(5), 839-843. doi: 15288/jsad.2012.73.839
- García, T. A., Fairlie, A. M., Litt, D. M., Waldron, K. A., y Lewis, M. A. (2018). Perceived vulnerability moderates the relations between the use of protective behavioral strategies and alcohol use and consequences among high-risk young adults. *Addictive Behaviors*, 81, 150-156. doi: 10.1016/j.addbeh.2018.02.001

- González-Ponce, B. M., Díaz-Batanero, C., Vera, B. D. V., Dacosta-Sánchez, D., y Fernández-Calderón, F. (2020). Personality traits and their association with drug use and harm reduction strategies among polysubstance users who attend music festivals. *Journal of Substance Use*, 25(2), 177-185. doi: 10.1080/14659891.2019.1672818
- Hingson, R. W., Edwards, E. M., Heeren, T., y Rosenbloom, D. (2009). Age of drinking onset and injuries, motor vehicle crashes, and physical fights after drinking and when not drinking. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 33(5), 783-790. doi: 10.1111/j.1530-0277.2009.00896.x
- Horváth, Z., Foley, K., y Urbán, R. (2020). Is there a higher-order factor of alcohol-related protective behavioral strategies? further analysis of the protective behavioral strategies scale's (pbss) factor structure. *Addiction Research & Theory*. doi: 10.1080/16066359.2020.1762866
- Martens, M. P., Taylor, K. K., Damann, K. M., Page, J. C., Mowry, E. S., y Cimini, M. D. (2004). Protective behavioral strategies when drinking alcohol and their relationship to negative alcohol-related consequences in college students. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18(4), 390. doi: 10.1037/0893-164X.18.4.390
- Martens, M. P., Ferrier, A. G., Sheehy, M. J., Corbett, K., Anderson, D. A., y Simmons, A. (2005). Development of the protective behavioral strategies survey. *Journal of Studies on Alcohol*, 66(5), 698–705. doi: 10.15288/jsa.2005.66.698
- Moylett, S., y Hughes, B. M. (2017). The associations among personality, alcohol-related protective behavioural strategies (PBS), alcohol consumption and sexual intercourse in irish, female college students. *Addictive Behaviors Reports*, 6, 56-64. doi: 10.1016/j.abrep.2017.08.001
- Napper, L. E., Kenney, S. R., Lac, A., Lewis, L. J., y LaBrie, J. W. (2014). A cross-lagged panel model examining protective behavioral strategies: Are types of strategies differentially related to alcohol use and consequences? *Addictive Behaviors*, 39(2), 480-486. doi: 10.1016/j.addbeh.2013.10.020
- Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones (2019). *Encuesta sobre uso de drogas en enseñanzas secundarias en España (ESTUDES) 1994-2018* [Cuestionario]. Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas, Madrid. Recuperado el 1 de abril de 2020 de

- http://www.pnsd.mscbs.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/pdf/ESTUDES_2018_Cuestionario_ALUMNOS_castellano.pdf
- Patrick, M. E., Lee, C. M., y Larimer, M. E. (2011). Drinking motives, protective behavioral strategies, and experienced consequences: Identifying students at risk. *Addictive Behaviors, 36*(3), 270–273. doi: 10.1016/j.addbeh.2010.11.007
- Pilatti, A., Read, J. P., y Caneto, F. (2016). Validation of the Spanish Version of the Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire (S-YAACQ). *Psychological Assessment, 28*(5), e49–e61. doi: 10.1037/pas0000140
- Pilatti, A., Vera, B. D. V., Guzmán, M. L., y Pautassi, R. M. (2019). Estrategias conductuales de protección y consumo de alcohol en estudiantes universitarios: variaciones entre cursado y receso académico de verano. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento, 11*(3), 46-60.
- Read, J. P., Kahler, C. W., Strong, D. R., y Colder, C. R. (2006). Development and preliminary validation of the young adult alcohol consequences questionnaire. *Journal of Studies on Alcohol, 67*(1), 169–177. doi: 10.15288/jsa.2006.67.169
- Read, J. P., Merrill, J. E., Kahler, C. W., y Strong, D. R. (2007). Predicting functional outcomes among college drinkers: Reliability and predictive validity of the Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire. *Addictive behaviors, 32*(11), 2597-2610. doi: 10.1016/j.addbeh.2007.06.021
- Rodríguez-Martos, D. A., Gual, S. A., y Llopis, L. J. (1999). The "standard drink unit" as a simplified record of alcoholic drink consumption and its measurement in Spain. *Medicina Clínica, 112*(12), 446–450.
- Sánchez-García, M., Lozano-Rojas, O., Díaz-Batanero, C., Carmona-Márquez, F., Rojas-Tejada, A. J., y Fernández-Calderón, F. (2020). Spanish adaptation of the protective behavioral strategies scale-20 (S-PBSS-20) and evaluation of its psychometric properties. Artículo enviado para su publicación.
- Singleton, R. A. (2007). Collegiate alcohol consumption and academic performance. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs, 68*(4), 548-555. doi: 10.15288/jsad.2007.68.548
- Treloar, H., Martens, M. P., y McCarthy, D. M. (2015). The Protective Behavioral Strategies Scale-20: Improved content validity of the Serious Harm Reduction subscale. *Psychological Assessment, 27*(1), 340. doi: 10.1037/pas0000071
- Vera, B., Vidal, C., Lozano, O., y Fernández-Calderón, F. (2018). Harm reduction behaviors among polysubstance users who consume ecstasy: can they reduce the

- negative consequences? An exploratory study. *Drugs: Education, Prevention and Policy*, 27(1), 49-59. doi: 10.1080/09687637.2018.1544225
- Villarosa, M. C., Moorer, K. D., Madson, M. B., Zeigler-Hill, V., y Noble, J. J. (2014). Social anxiety and alcohol-related negative consequences among college drinkers: Do protective behavioral strategies mediate the association? *Psychology of Addictive Behaviors*, 28(3), 887-892. doi: 10.1037/a0037628
- Wechsler, H., Lee, J. E., Kuo, M., y Lee, H. (2000). College Binge Drinking in the 1990s: A Continuing Problem Results of the Harvard School of Public Health 1999 College Alcohol Study. *Journal of American College Health*, 48(5), 199–210. doi: 10.1080/07448480009599305
- World Health Organization. (2019). *Global status report on alcohol and health 2018*. World Health Organization.