

## Programa educativo para reducir consumo de alcohol en estudiantes de Tecnología de la Salud.

Educational program to reduce alcohol consumption in Health Technology students

Piñirí Méndez Alexander. MSc. Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. Cuba. [alexanderpiniri@gmail.com](mailto:alexanderpiniri@gmail.com) .

Contreras Palú. María Elena. MSc. Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. Cuba. [mecontreras@infomed.sld.cu](mailto:mecontreras@infomed.sld.cu)

Mugia Pérez Livia María. MSc Facultad de Tecnología de la Salud. Universidad de Ciencias Médicas de La Habana. Cuba. [lmugia@infomed.sld.cu](mailto:lmugia@infomed.sld.cu)

### RESUMEN

**Introducción:** La nueva pauta de consumo de alcohol en la población juvenil representa uno de los aspectos más destacados en el estudio de los consumos de drogas en los últimos años. El consumo de alcohol en los jóvenes constituye un problema de la salud pública, destinándose grandes esfuerzos a su identificación y prevención. A partir del aumento en el consumo de bebidas alcohólicas en los estudiantes y la necesidad de realizar acciones inmediatas y efectivas para disminuir este consumo, se propone desarrollar un programa educativo para el abordaje del consumo de alcohol en los estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud. **Objetivos:** - Identificar la situación relacionada con el consumo de alcohol en los estudiantes de Tecnología de la Salud y Diseñar un programa educativo para reducir el consumo de alcohol. **Metodología:** Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal, se utilizó encuestas para estudiantes, entrevistas a profesores, así como métodos teóricos y empíricos para el análisis y procesamiento de los resultados. **Resultados:** Para realizar el diagnóstico educativo se utilizó el Modelo PRECEDE, a partir de lo cual se diseñó la intervención, estructurándola en sesiones y luego fue sometida a criterio de expertos, realizando una valoración positiva de la misma. Conclusiones Todos los estudiantes manifestaron consumo de sustancias adictivas legales en su vida en diferentes actividades. Los comportamientos adictivos no solo causan deserción estudiantil, sino que pueden limitar el desarrollo general y específico de competencias profesionales.

**Palabras clave:** consumo de alcohol; modelo PRECEDE; prevención; programa educativo.

### SUMMARY

**Introduction:** The new pattern of alcohol consumption in the youth population represents one of the most notable aspects in the study of drug consumption in recent years. Alcohol consumption in young people constitutes a public health problem, with great efforts devoted to its identification and prevention. Based on the increase in the consumption of alcoholic beverages in students and the need to take immediate and effective actions to reduce this consumption, it is proposed to develop an educational program to address alcohol consumption in students of the Faculty of Technology of the Health. **Objectives:** -Identify the situation related to alcohol consumption in Health Technology students and design an educational program to reduce alcohol consumption. **Methodology:** A descriptive cross-sectional study was carried out, using surveys for students, interviews with teachers, as well as theoretical and empirical methods for the analysis and

processing of the results. Results: To carry out the educational diagnosis, the PRECEDE Model was used, from which the intervention was designed, structuring it in sessions and then it was submitted to expert judgment, making a positive evaluation of it. **Conclusions:** All students expressed consumption of legal addictive substances in their lives in different activities. Addictive behaviors not only cause student dropout, but can limit the general and specific development of professional skills.

**Keywords:** alcohol consumption; model PRECEDES; prevention; educational program

## INTRODUCCIÓN

En la lucha contra el alcoholismo, no existe remedio más efectivo que su prevención, impidiendo que se produzca el primer contacto entre el joven y la droga, en función de este propósito es fundamental dotar al joven de información que le permita conocer las características “del enemigo”, el alcohol, y los peligros a que se expone.

Si por “curiosidad” o por la “influencia de los amigos” sucumbiera a los deseos de “probar, experimentar, sentir nuevas sensaciones”, una rápida retirada o la búsqueda temprana de ayuda, podrán evitar años de sufrimiento para él, su familia y el entorno social <sup>1, 2, 3, .</sup>

Según el Anuario Estadístico de Salud en su edición 2022, el consumo de alcohol y los trastornos mentales debidos al uso del alcohol se encuentran entre las 35 primeras causas de muerte en Cuba. <sup>4</sup> El alcohol es la sustancia legal de mayor consumo con una prevalencia anual de 67%. En Cuba, el alcohol continúa siendo la droga de mayor consumo y la portera para el inicio en las drogas ilegales, sobre todo entre adolescentes y jóvenes.<sup>5,6</sup> Muchos refieren que esto los calma y relaja a pesar de conocer del peligro para su salud y los gastos que le provoca este consumo. Otro elemento que no tienen en cuenta es que ellos son los promotores de estilos de vida saludables a la población que atienden o atenderán y que por sus funciones como salubristas deben ser resilientes ante las adversidades, para poder tener fortaleza y potenciar bienestar saludable a través de la promoción y prevención de enfermedades incluyendo las adicciones.

Las universidades desempeñan un papel protagónico en la sociedad, orientadas al liderazgo y al desarrollo del conocimiento. Son escenarios de formación técnica y profesional encargada de la educación, la investigación, la transmisión del saber, que apoya los cambios en diversos espacios nacionales e internacionales.<sup>7</sup>

Estas universidades Promotoras de Salud definen, a las entidades de Educación Superior que impulsan una cultura organizacional guiada por los principios de la Promoción de la Salud, apoyada en la política institucional que promueve y mantiene acciones de promoción. Instituciones cuyo proyecto educativo labora en la promoción de la salud para mejorar la calidad de vida de los miembros, trabajan para lograr un desarrollo humano saludable.<sup>8,9</sup> Los resultados en contextos internacionales también señalan de la implementación de modificaciones en la actuación de estudiantes que se convertirán en futuros promotores de la salud y de realizar acciones desde antes de su comienzo en la universidad.<sup>9</sup> La intervención, desde edades tempranas de la vida, a través de la escuela y la familia, para el desarrollo de habilidades sociales (relaciones interpersonales, autocontrol, manejo de problemas, toma de decisiones y autoestima), permite crear una actitud de rechazo al consumo, promover patrones de vida sanos y formar actitudes de autocuidado, que favorezcan la no iniciación, en las prácticas de sustancias adictivas. <sup>10</sup> Los niveles de vigilancia epidemiológica, se consideran a nivel de cada facultad y residencia estudiantil

de la UCMH y los responsables de la recogida de la información, de tomar las medidas inmediatas y de la evaluación de la situación de las instituciones son los asesores de CEDRO en dichas instancias. <sup>11</sup>De esa forma se constituyen como conjunto de niveles locales en los que se recoge, condensa, analiza y evalúa la información y además se divulgan y plantean las medidas de acción y administrativas que se tomen.<sup>11</sup>

Es de gran significación el trabajo que ha ejecutado el Departamento de Investigaciones en Adicciones de la Universidad Ciencias Médicas de La Habana (CEDRO). En este sentido se ha realizado un arduo trabajo de orientación por diferentes vías a los adolescentes y jóvenes de cómo se puede utilizar el tiempo libre, con varias sugerencias tales como: evitar el exceso de información estresante (infodemia), ser optimista y sobreponerse, control de emociones negativas, ejercicios de respiración, relajación, meditación, actividades que nos resulten agradables, manualidades, baile, entre otras, tratar de gestionarse actividades que sean gratificantes y contribuyan a controlar las emociones negativas, además de buscar ayuda psicológica con profesionales de salud mental, puede ser vía telefónica u otras alternativas, que le permitan lograr bienestar psicológico y calidad de vida.<sup>12</sup> Para los autores, resulta contradictorio que estudiantes universitarios de las carreras de Tecnología de la Salud, tengan el hábito de consumo de alcohol y tabaco, lo cual se convierte en un reforzador social de la población a la que le transmiten mensajes de educación para la salud, centrados en la conducta antitabáquica, y de consumo irresponsable de alcohol. Esto implica un conflicto ético porque la sociedad requiere de un papel dinámico y ejemplar de dichos profesionales.

En la Facultad de Tecnología de la Salud se ha constatado dentro del banco de problemas, el incremento de estudiantes con consumo frecuente de alcohol en las actividades recreativas o de participación masiva. Esta investigación estuvo centrada en estudiantes universitarios de la Facultad de Tecnología de la Salud, quienes por su área de conocimiento tienen los fundamentos teóricos de los daños latentes del consumo de alcohol y tabaco en el organismo, la etapa de vida por la que transitan, juega un papel importante debido a que pueden ser influenciados fácilmente por sus colegas. Por lo tanto, este estudio representa una oportunidad para la institución, proporcionando información para el diseño de intervenciones que ayuden en la promoción de la salud y prevención de adicciones en la comunidad universitaria, en su interacción con la población y sus familiares.

Saber que el problema del abuso de alcohol concierne a toda la sociedad servirá para que situemos en su contexto el aporte que puede hacer el sistema educativo a su prevención, lo que no nos exime de nuestra responsabilidad de educadores. Ya hay muchos enfoques y programas basados en teorías contrastadas, y que han demostrado su eficacia preventiva. Su presentación aquí servirá para cumplir con este compromiso de la escuela con la sociedad que es preparar al ciudadano para la vida <sup>1, 2, 7</sup>. Además, sobre las drogas existe un principio universal: mientras más joven se inicie en el consumo, más daño produce, donde en ocasiones existe una baja capacidad del joven de reconocer los posibles daños, el grado de vulnerabilidad y consecuencias del consumo de alcohol, en función de la cual se conforman los mecanismos de autorregulación para evitar o reducir este comportamiento y asumir comportamientos saludables <sup>12</sup>. Ante esta realidad se hace necesario buscar la manera de preparar las nuevas generaciones para que no sean las víctimas de esta epidemia. Prevenir el abuso del alcohol es lo más recomendado, y una forma de prevenirlo es a través de la aplicación de programas educativos.

## Objetivos

1. Identificar la situación relacionada con el consumo de alcohol en los estudiantes de Tecnología de la Salud
2. Diseñar un programa educativo para reducir el consumo de alcohol.

## Metodología

Tipo de estudio: se desarrolló un estudio descriptivo transversal con estudiantes de 2do año de Tecnología de la Salud, matriculados en las carreras (RS), Higiene Epidemiología (HE), Bioanálisis Clínico, (BAC), pertenecientes a la Facultad de Tecnología de Salud de la provincia de La Habana en el período comprendido del 20 de enero al 20 abril del 2023: se estudió un universo de 286 estudiantes y una muestra de 198 estudiantes, que representa el 30 % de esta matrícula. Variables y recolección de datos: se utilizaron para la recolección de datos y medición de las variables, los métodos y técnicas: revisión documental, observación, encuesta, Para la sistematización de los antecedentes y la actualidad del tema se empleó la revisión documental de las leyes, lineamientos, resoluciones, reglamentos, programas y otros documentos del Ministerio de Salud Convención Internacional de Salud y Cuba Salud 2022 Pública, relacionados con la prevención del alcoholismo y el tabaquismo en este sector, en particular, con los centros de docencias médica superior. Se empleó una guía de observación que permitió no solo la constatación del consumo de tabaco y alcohol; además, se obtuvieron evidencias relacionadas con las acciones preventivas y educativas institucionales, sin eludir las deficiencias percibidas.

## Resultados

La observación permitió la apreciación de un consumo de cigarrillos en áreas cerradas (aulas) y abiertas (pasillos, patios, áreas deportivas y perimetrales); presencia de colillas en el suelo, en los aleros de las aulas, puede inferirse el consumo activo de cigarrillos. Algunos profesores requerían a los alumnos cuando fumaban en la institución, lo cual se pudo constatar durante el proceso de investigación (en 12 ocasiones). De igual manera, no se percibió exigencia con los fumadores durante su consumo, y se violan las normas mínimas de respeto a los espacios de los no fumadores, en las diferentes actividades. La edad promedio de los estudiantes encuestados fue de 19,8 años y predominó del sexo femenino con un 78%. Se observó que todos los estudiantes consumían algún tipo de sustancia adictiva (100 %); la principal sustancia fue el café (96 %); hábito de fumar fue de (67,17%) y (88,38%) consumía bebidas alcohólicas, y no existió consumo de drogas ilícitas (Tabla1).

La edad promedio de los estudiantes encuestados fue de 19,8 años y predominó del sexo femenino con un 78%. Se observó que todos los estudiantes consumían algún tipo de sustancia

Tabla.1 Tipo de sustancias adictivas consumidas por los estudiantes de Tecnología de la Salud. (n=198)

Tipos de sustancias	Cantidad de estudiantes	Porcentaje
Café	195	98,48
Tabaco	133	67,17
Alcohol	175	88,38
Drogas	0	0

Fuente: encuesta.

En cuanto las causas del consumo de estas sustancias, se pudo precisar que la mayoría de los estudiantes lo hacían en circunstancias especiales en el caso del tabaco (48,98%) y en el caso del alcohol (68%), generalmente en las fiestas, ll

En cuanto las causas del consumo de estas sustancias, se pudo precisar que la mayoría de los estudiantes lo hacían en circunstancias especiales en el caso del tabaco (48,98%) y en el caso del alcohol (68%), generalmente en las fiestas, llama la atención que el (42,92) fuman para relajarse (tabla 2).

Tabla 2. Causas por las cuales los estudiantes refirieron consumir sustancias adictivas (n=198)

Causa del consumo	Tabaco		Alcohol	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Cuando estoy en la fiesta	97	48,98	135	68,18
Me ayuda a relajarme	85	42,92	33	16,66
Hábito que no puedo prescindir	45	22,72	9	0,4
Cuando estoy con mi pareja	27	13,63	63	31,81

Fuente: encuesta.

En esta investigación se constató que los jóvenes se inician en adicciones en este período tan importante para su desarrollo vital y como se puede apreciar tienen incorporados a su vida estos hábitos tóxicos. Los resultados obtenidos son similares a los que muestran los estudios internacionales consultados,<sup>14</sup> en los cuales el consumo de alcohol es muy alto alrededor de un 60 % como, por ejemplo, Colombia, España que tienen altos niveles de consumo y también utilizan con regularidad la marihuana, cocaína y medicamentos psicoactivos, y en esta investigación no hayamos ese tipo de consumo. En la entrevista con los profesores y dirigentes estudiantiles, los planteamientos estuvieron alrededor de la falta de medidas con el consumo de cigarrillos dentro de la institución y la necesidad de divulgar más el efecto de ambas sustancias y otro elemento importante referían de que la mayoría de las veces se consume bebidas alcohólicas en actividades extensionistas y no siempre hay un llamado de atención en este sentido.

## DISCUSIÓN

El consumo del alcohol en América Latina ,cada vez es mayor , esto lo demuestran los siguientes estudios: Ecuador (52%) de consumo en jóvenes, México 1 de cada 10 adolescentes y una tercera casas particulares, es por todos conocidos dada la disponibilidad y fácil acceso a las bebidas alcohólicas y el tabaco en la sociedad cubana.<sup>14</sup> Por lo que es necesario que, desde edades tempranas, se desarrollen actitudes y habilidades desde los hogares atendiendo a: comunicación, control de impulso, desarrollo de autoestima, manejo de estrés y resiliencia ante el consumo de sustancias adictivas. Otras investigaciones realizadas en Cuba, hacen énfasis en la comprensión de las características de la percepción de riesgo respecto al consumo de tabaco y alcohol desde una perspectiva dinámica, multidimensional y contextualizada.<sup>15</sup>

El trabajo educativo no solo debe centrarse en los aspectos informativos, aunque se reconoce su importancia, sino que debe trascender esta dimensión, es imprescindible activar los mecanismos motivacionales para fomentar un cambio en el comportamiento.<sup>14,15,16</sup> La Universidad debe fomentar la formación integral del estudiante, transformar el contexto socio-cultural, promover

hábitos y estilos de vida saludables que incluya aspectos como: actitudes de resiliencias antes las presiones de los pares, habilidades comunicativas, percepción de riesgo, entre otros. Es necesario intervenir de manera preventiva en los primeros años de estudios, para favorecer la reflexión y confrontación en torno al consumo de drogas lícitas e ilícitas y sus consecuencias.<sup>17</sup> En las instituciones educativas y de salud, se debe promover el desarrollo personal, académico y social de sus estudiantes, para lograr una futura sociedad más saludable, genuina y eficiente ante las adicciones y cualquier actitud negativa que no desarrolle competencias profesionales y de ejemplo. Las acciones para la prevención y reducción del tabaquismo, alcoholismo, y otras sustancias, así como para aumentar los niveles de salud y potenciar en los estudiantes de Tecnología estilos de vida saludables, que le permitan transformarse y transformar el medio en que se desenvuelven.

## **PROGRAMA EDUCATIVO PARA ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE TECNOLOGÍA DE LA SALUD**

**Beneficiarios directos:** Estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud.

**Beneficiarios indirectos:** La comunidad del Cerro, Profesores de la Facultad de Tecnología de la Salud.

Facultad de Tecnología de la Salud de la Universidad de Ciencias Médicas de la Habana.

**Facilitadores:** Los profesores y especialistas que impartirán el programa. **Objetivos:** 1. Brindar información a los estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud; acerca de las drogas, haciendo énfasis en el alcohol como droga portera. 2. Propiciar estilos de vida saludables; habilidades de promoción de salud y favorecer cambio de comportamientos en ellos y su entorno familiar y laboral.

### **Estrategia educativa**

El programa se fundamenta en el trabajo de un equipo de profesores y especialistas de la Facultad de Tecnología de la Salud, el cual incluye psicólogos, médicos, farmacólogos, tecnólogos y profesores de la Facultad, con el propósito de brindar conocimientos a los estudiantes de Tecnología que participaran en la investigación.

### **Principios básicos**

- Carácter social del hombre.
- Carácter necesario de la participación activa de la persona en el cuidado de su salud.
- Conveniencia de la comunicación en pequeños grupos para la toma de decisiones y el desarrollo de un estilo de vida saludable.

### **Principios comunicacionales**

- Actividades en pequeños grupos y en relación interpersonal.
- Que cada miembro del grupo emita y reciba información.
- Que el mensaje de salud se reelabore y surja del grupo.



## **Principios pedagógicos**

Desarrollo de capacidades para (la reflexión y toma de decisiones compartidas con el proveedor de la salud) pensar y decidir junto al proveedor de salud. Diseño de situaciones problemáticas y uso de técnicas participativas para promover análisis, discusión y búsqueda de soluciones.

## **Principios éticos:**

Los estudiantes que integren los grupos de estudio, aun cumpliendo los criterios de inclusión tendrán derecho a decidir su participación como sujetos de investigación mediante el correspondiente consentimiento informado y salir de la misma en caso que así lo decidan.

Se garantiza la seguridad de que no existirán riesgos que atenten contra la integridad de los individuos participantes, eludiendo el abuso tecnológico en el marco de las actividades programadas y cuyos resultados de interés científico-social estarán al alcance de cualquier miembro del equipo que pudiese estar interesado.

## **Metodología de la enseñanza.**

- Con respeto máximo a las apreciaciones y criterios de las personas.
- En un ambiente de comprensión mutua.
- Con plena libertad para expresar sentimientos, inquietudes, barreras percibidas y dificultades objetivas.
- Escuchar, escuchar, escuchar y luego opinar.
- Facilitar el diálogo y la reflexión.
- Orientar es mejor que imponer.
- Convencer es mejor que vencer.

## **Etapas del proceso educativo.**

Las actividades educativas se organizan en sesiones de trabajo.

Las actividades educativas de trabajo se desarrollarán en nueve sesiones de manera periódica, 1 una vez por semana en los horarios que no interfiera en el proceso docente educativo (PDE) de los estudiantes.

## **Metas de aprendizaje.**

- De comprensión general, que los estudiantes logren:
- Identificar los factores y riesgos del consumo del alcohol como droga.
- Obtener conocimientos básicos acerca de los daños a la salud desde lo psicológico, lo biológico y lo social consecuentes al consumo del alcohol como droga portera y su prevención.
- Identificar las características fundamentales de la etapa juvenil que propician riesgo de consumo.
- Desarrollar recursos personológicos, particularmente el de asertividad, que contribuya a sentar las pautas de un consumo responsable.

- Estar capacitados para la vida como futuros profesionales de la salud.

Actividades educativas

**Para mejorar los conocimientos.**

- Diálogo y discusión en el grupo
- Contenido sencillo y práctico relacionado con el tema de las adicciones, en particular el alcoholismo.
- Brindar solo uno o dos mensajes a la vez.
- Reformular los mensajes con el aporte de la discusión.

**Para mejorar las conductas:**

- Técnicas de análisis y reflexión.
- Que los beneficiarios directos busquen alternativas de solución a los problemas planteados.
- Los grupos asumirán y dirigirán el proceso. Todos participarán y apoyarán a partir de su experiencia y saber. Todos contribuirán a la toma de decisiones.

**PROGRAMA ANALÍTICO:**

Programa educativo sobre alcoholismo para estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud.

El curso está programado para ser impartido por espacio de dos meses en nueve sesiones de trabajo, un día a la semana.

Las actividades se imparten en sesiones grupales.

**Metas a corto plazo.**

Desarrollar conocimientos y destrezas para disminuir el consumo de alcohol en los estudiantes.

1. Adecuada información sobre el consumo de alcohol y el alcoholismo.
2. Identificar posibles bebedores de riesgo.
3. Prever posibles dificultades en el proceso docente educativo (PDE).

**Meta a largo plazo.**

Contribuir a elevar la calidad de vida de los estudiantes.

**Temas a impartir:**

**Tema 1.** Presentación y encuadre del programa.

**Tema 2.** Adicciones y Alcoholismo. Generalidades.



- Concepto de droga
- Tipos de drogas
- Concepto de Alcoholismo

**Tema 3.** El consumo de alcohol y su representación cultural.

- La presencia de alcohol en las diferentes culturas
- Incidencia e influencia del alcohol en la cultura de Cuba.

**Tema 4.** El consumo de alcohol y sus daños a la salud

- Conocer los daños a la salud del consumo irresponsable de alcohol como droga.
- Mitos y creencias erróneas sobre el consumo de alcohol.

**Tema 5.** Juventud y consumo de alcohol. Consecuencias.

- Conocer los efectos del consumo de alcohol como droga portera en adolescentes y jóvenes desde lo psicológico y lo social.

**Tema 6.** Consumo de alcohol y los medios masivos de comunicación (MMC).

- Influencia de los medios masivos de comunicación para favorecer o no el consumo de alcohol.

**Tema 7.** Consumo de alcohol y el proceso docente educativo (PDE).

- Influencia del consumo de alcohol en el proceso docente educativo.

**Tema 8.** Asertividad ante el alcohol.

- Participación de la regulación personalógica en la adicción al alcohol - Que significa ser asertivo - Como puede potenciar la seguridad una persona asertiva Causas del déficit de asertividad y su relación con el alcoholismo

**Tema 9.** Cierre de las sesiones y aplicación de las técnicas.

**Conclusiones:** Todos los estudiantes manifestaron consumo de sustancias adictivas legales en su vida en diferentes actividades, principalmente el alcohol y el tabaco.

A pesar de que conocen que estos comportamientos adictivos son perjudiciales para su salud, la de la familia y la población en general, así como la implicación social y económica, no tienen percepción de riesgos.

Los comportamientos adictivos no solo causan deserción estudiantil, sino que pueden limitar el desarrollo general y específico de competencias profesionales para prevenir el abuso de estas drogas y otras adicciones en la población general.



El programa educativo, está concebido para insertarse en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de la Facultad de Tecnología de la Salud para prevenir dificultades en el proceso docente educativo de forma inmediata, contribuyendo a largo plazo a elevar la calidad de vida en estos jóvenes y formar valores.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Adunola M, y. M. (2014). Percepción de riesgo y consumo de alcohol en estudiantes de la universidad. Villa Clara.
2. Alarcón R, y. R. (2015). Relaciones entre gratitud y felicidad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Psychologia*, <http://revista.usbbog.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/592>, 59-69.
3. Calafat M, A. M. Educación sobre el alcohol. (ISBN:84-8150-205-7, Ed.) Dos personas fallecen cada hora por tabaquismo activo en Cuba. [Internet]Red cubana de la ciencia; 2021 [citado el 5/3/2022]. Disponible en: <http://www.redciencia.cu/noticias/2021-5-31/dos-personas-fallecen-cada-hora-por-tabaquismo-activo-en-cuba/9255>
4. Fernández-Castillo E, Moleiro Pérez O, López Torres L, Cruz Peña A, Grau R. Percepción del riesgo respecto al consumo de tabaco en jóvenes universitarios cubanos. *Rev Cubana Med Gen* [Internet] 2016[citado el 21/3/2022];32(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252016000200001](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252016000200001)
5. Suárez Lugo N. Normas legales para la reducción del consumo de cigarrillos en Cuba. *Horizonte sanitario* [Internet] 2021 [citado el 6/3/ 2022];20(1):37-48. Disponible en: <http://www.redalyc.org/journal/4578/457868616005/html/>
6. Oficina Nacional de Estadística e Información. Anuario Estadístico de Cuba. Año 2021 enero-diciembre 2021. Disponible en <http://www.onei.gob.cu/node/18491>
7. Rodríguez SM. Tesis de grado. Comportamientos predisponentes a la recaída y la recuperación en adolescentes adictos a drogas ilegales. Universidad de La Habana; 2018.
8. Organización Panamericana de la Salud. Promoción de la Salud. Un enfoque innovador y eficaz. Noticiase información del centenario. Información de prensa [Internet] 2022[citado 2022enero 06] disponible en: <http://www.paho.org/Spanish/DP/100feature47.htm>
9. Vento. Ruiz M, Ordaz-Hernández-Conova B, Sivia-Ramos O. La formación de promotores estudiantiles de estilos de vida saludables. *rev. Universidad y sociedad*. [Internet]. 2020 [citado 2022enero 06] e12(1):80. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1561](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561)
10. Lorenzo-Vázquez E, Fabelo-Roche J, González-Herrera N. La prevención del tabaquismo en Cuba. *Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana* [Internet] 2019 [citado el 21/3/2022];15(1) Disponible en: <http://www.revvhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/44>
11. Fabelo Roche JR, Iglesias Moré S. Consultoría especializada y observatorio universitario: Buenas prácticas sobre promoción de salud en la universidad de Ciencias Médicas de La Habana. Editora: Publicaciones e Imágenes Institucional Universidad de Burgos, España,2022.



12. Salgado CE, Torrecilla C, Pérez K, Zayas E. Caracterización del tabaquismo en estudiantes de las ciencias médicas de Cuba. Rev Ciencias Médicas [Internet] 2021 [citado el 21/3/2022];25(4) en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S156131942021000400010&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S156131942021000400010&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
13. Sotolongo-Acosta M, Fernández-Bereau V, Batista-Mainegra A. Evitar las drogas desde el contexto universitario. RUS [Internet]. 2020 [citado 08/11/2020];12(3):[aprox. 3 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202020000300203](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000300203)
14. Sandoval C, Ugarte G, Zelada-Ríos M, Pacsi-Inga S. Control de impulsos y adicciones en estudiantes de medicina de la Universidad Ricardo Palma, Lima-Perú. Educ Med [Internet]. 2020 [citado 10/11/2020];1(6): [aprox. 5 p.]. Disponible en: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1575181320300516?token=C4748C08561AB16D5E97E75B90613321AB53D10A803503CC096086BD2A412C85C93EF1E58E3791873B6A46A391624E5C&originRegion=us-east-1&originCreation=20210407031018>
15. Guadalupe GA, Pazos DA, Salcedo LG, Guerra CE. Análisis del nivel de consumo de alcohol en estudiantes universitarios. Revista puce [Internet]. 2021 [citado 30 ene 2022]; 112:65-82. Disponible en: <http://www.revistapuce.edu.ec/index.php/revpuce/article/view/356>
16. García-Sigas L, Rosales-Lahera M, Gómez-Anaya Y. Caracterización del consumo de drogas legales en jóvenes universitarios del Área Norte de Palma Soriano. EDUMECENTRO [Internet] 2019 [citado 17/11/2020];11(4):[aprox. 8 p.]. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742019000400095](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742019000400095)
17. Serrat Hernández T. Intención de consumo de alcohol en adolescentes de Enseñanza técnica Profesional y su relación con variables sociodemográficas y de consumo [Tesis en opción al título de Licenciada en Psicología]. La Habana, Facultad de Psicología. Universidad de La Habana,2019.