



SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health
Services Administration

HABLANDO CON LOS JÓVENES EN CAMINO A LA UNIVERSIDAD SOBRE EL ALCOHOL

Los estudiantes que se preparan para asistir a la universidad ya han tomado varios pasos para lograr su independencia. Decidir dónde van a cursar sus estudios universitarios, qué carrera van a seguir, y cómo financiar una educación avanzada son parte del proceso de aprendizaje de cómo ser un adulto. Pero todavía no son adultos independientes. Los jóvenes siguen necesitando y apreciando la orientación de sus padres en la toma de decisiones sobre su futuro. Una de esas decisiones tendrá que ver con el consumo de alcohol en la universidad, y los padres representan la mejor fuente de asesoramiento sobre el tema.

Hable con su futuro universitario sobre cómo evitar el consumo de alcohol por menores de edad, incluso si sospecha que lo ha consumido en su etapa de estudios secundarios. Varios estudios indican que los adolescentes que hablaron con sus padres sobre estrategias para evitar el alcohol, antes de iniciar el primer año de enseñanza universitaria, estuvieron más dispuestos a evitar el alcohol, a limitar su consumo, y a estar menos tiempo junto a sus compañeros de universidad que consumen alcohol excesivamente.¹

EVITAR EL ALCOHOL PUEDE CONTRIBUIR A QUE EL ESTUDIANTE SE MANTENGA POR EL CAMINO CORRECTO EN SUS PLANES ACADÉMICOS. EL CONSUMO DE ALCOHOL PUEDE AFECTAR UN FUTURO.

Transición a la universidad

La enseñanza universitaria puede abrumar a los nuevos estudiantes que deben hacer frente a expectativas sociales y académicas cambiantes, y a las responsabilidades que implica vivir por su cuenta. La situación puede llegar a ser tan complicada que cerca del 33 por ciento de los alumnos de primer año no se matriculan a su segundo año.²

LOS NUEVOS ALUMNOS UNIVERSITARIOS SON MÁS PROPENSOS A INICIAR O INCREMENTAR EL CONSUMO DE ALCOHOL DURANTE LAS PRIMERAS SEIS SEMANAS DE ESTUDIOS.

Algunos estudiantes pueden recurrir al alcohol como forma de enfrentar las presiones de la universidad. También podrían pensar que el consumo de alcohol es normal y que se espera socialmente entre sus nuevos amigos, y beben para integrarse al grupo. Sin embargo, tienden a sobrevalorar significativamente la frecuencia con la que sus compañeros de universidad consumen alcohol.³

Debido a estas y otras razones, los jóvenes están incorporándose a un entorno donde el consumo de alcohol en estudiantes entre los 18 y 20 años se incrementa drásticamente. En general, los estudiantes de primer año a tiempo completo tienden a beber más que aquellos que no cursan estudios universitarios, y sufren significativamente más consecuencias relacionadas con el alcohol.⁴

Comenzar la conversación

Al hablar del alcohol con los jóvenes, busque oportunidades para que el tema aflore de forma natural. El análisis de las especializaciones y la selección de cursos puede derivar en una conversación sobre las maneras en que el consumo de alcohol puede afectar el éxito académico y las opciones de carreras. La selección de la vivienda puede generar una conversación referente a cómo los dormitorios estudiantiles libres de consumo de sustancias son una buena opción. Hablen de como para manejar situaciones en las que el consumo de alcohol por parte de otros estudiantes pudiera provocar un problema como la interrupción del tiempo de estudio o insinuaciones sexuales indeseadas. Cuando recorran el campus universitario, observe cuántos establecimientos de venta de alcohol hay en la comunidad. Enfatique que, independientemente de la disponibilidad de alcohol, el consumo de alcohol por menores de edad representa un riesgo con consecuencias.

EN VEZ DE SERMONEAR O DARLE UN ULTIMÁTUM AL JOVEN, HÁBLELE DE UNA FORMA QUE LE DEMUESTRE AFECTO, CONFIANZA Y RESPETO.

Familiarícese juntos con la política sobre el consumo de alcohol del centro universitario.

- ¿Tiene la escuela sanciones diferentes para alumnos deportistas y becarios?
- ¿Les exige la escuela a los nuevos estudiantes la realización de un curso en línea sobre el consumo de alcohol antes de instalarse en el campus?
- ¿Cómo podría afectar la capacidad de un joven de permanecer en la Universidad, la expulsión de un dormitorio universitario, de un equipo, o la pérdida de una beca?

Muchos centros de enseñanza universitaria están conscientes de que la comunicación entre padres y estudiantes puede respaldar el éxito académico. Póngase en contacto con el centro universitario al que asistirá el joven para solicitar materiales que ofrezcan consejos para mantener la conexión con los alumnos, o hablar sobre el alcohol.

Analicen las numerosas consecuencias graves y potencialmente transformadoras de la vida que acarrea el consumo de alcohol por menores de edad (página 4). Puntualice que la asociación con estudiantes que consumen alcohol excesivamente eleva el riesgo de consecuencias

OBJETIVOS DE LA CONVERSACIÓN

- **Enfatice en cómo el consumo de alcohol por menores de edad puede afectar la salud, seguridad y rendimiento académico.**
- **Comunique claramente su posición contra el uso del alcohol.**
- **Demuestre su disposición para ayudarlo a buscar alternativas constructivas al consumo de alcohol.**

relacionadas con el alcohol, incluso para estudiantes que no lo consumen.

Comunique su posición con respecto al consumo de alcohol. Los mensajes sobre cero tolerancia son los más efectivos en la prevención del consumo de alcohol y las consecuencias relacionadas con el mismo, incluso si el joven lo está consumiendo.⁵ Describa sus expectativas con relación a la conducta del joven en su etapa universitaria.

Si el joven le pregunta si usted consumió alcohol alguna vez, sea honesto. Reconozca los riesgos que asumió, y las consecuencias que pudo enfrentar, desde faltar a clases o a exámenes, a olvidar períodos de tiempo. Prepárese para dar respuesta a esas preguntas en formas que no sugieran la permisibilidad del consumo de alcohol.

Mantener la continuidad de su conversación

Siga manteniendo abiertas las líneas de comunicación durante toda la etapa universitaria. Las conversaciones regulares demuestran su preocupación continua sobre el bienestar del joven su, y proporcionan además la oportunidad de recalcar su posición de cero tolerancia con respecto al consumo de alcohol por menores de edad. La comunicación constante también facilita verificar si existe algún consumo potencial de alcohol, o señales precoces de un problema. Las dificultades académicas, sociales o emocionales pueden ser señales de consumo excesivo de alcohol, así como de factores de riesgo del consumo de esa sustancia.

Los estudios universitarios son una inversión significativa de tiempo y dinero. Contribuya a garantizar que el joven aproveche al máximo su experiencia universitaria. Lo que diga, o lo que deje de decir sobre el alcohol puede marcar una diferencia para toda la vida.

CONSECUENCIAS ANUALES DEL CONSUMO DE ALCOHOL POR ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

ACADÉMICAS

Cerca del **25 por ciento de los estudiantes reportan consecuencias** académicas del consumo de alcohol, como las siguientes:

- Ausencias a clases,
- Retraso académico,
- Rendimiento insuficiente en exámenes o ensayos, y
- Calificaciones generales más bajas.

DE SALUD

- **1,569 estudiantes pierden la vida** a causa de lesiones relacionadas con el consumo de alcohol, incluyendo accidentes vehiculares.
- 599,000 estudiantes lesionados.
- El 19 por ciento de los estudiantes universitarios reúnen las condiciones referentes a criterios de abuso o dependencia del alcohol.

SEGURIDAD

- 696,000 estudiantes son agredidos por otro compañero que ha estado consumiendo alcohol.
- **97,000 estudiantes son víctimas** de ataques sexuales o violaciones vinculados al alcohol.
- 400,000 estudiantes tienen relaciones sexuales sin protección.
- Más de 100,000 estudiantes reportan haber estado demasiado embriagado para saber si dieron su consentimiento a relaciones sexuales.
- 3,360,000 estudiantes conducen un vehículo bajo la influencia del alcohol.

JURÍDICAS

- El 5 por ciento de los estudiantes se ve involucrado en incidentes con la policía o la seguridad del campus como resultado del consumo de alcohol.
- **110,000 estudiantes son arrestados** por un delito relacionado con el consumo de alcohol.

REFERENCIAS

National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2013). A snapshot of annual high-risk college drinking consequences.

Hingson, R. (2015). *Recent Trends and Findings Regarding the Magnitude and Prevention of College Drinking and Drug Use Problems*. Presentation at the Substance Abuse and Mental Health Services Administration's Summit on Behavioral Health Issues Among College Students, March 16, 2015, Rockville, MD.

Referencias

¹ Turrissi, R., Mallett, K. A., Cleveland, M., Varvil-Weld, L., Abar, C. C., Scaglione, N., & Hultgren, B. (2013). An evaluation of timing and dosage of a parent based intervention to minimize college students' alcohol consumption. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 74(1), 30–40.

² National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. (2010). Fall semester—A time for parents to revisit discussions about college drinking. Rockville, MD.

³ 2009–2011 National Data Executive Summary Core Alcohol and Drug Survey Long Form—Form 194. (2013). SIUC/Core Institute Carbondale, IL.

⁴ Hingson, R. (2015). *Recent Trends and Findings Regarding the Magnitude and Prevention of College Drinking and Drug Use Problems*. Presentation at the Substance Abuse and Mental Health Services Administration's Summit on Behavioral Health Issues Among College Students, March 16, 2015, Rockville, MD.

⁵ Abar, C. C., Morgan, N. R., Small, M. L., & Maggs, J. L. (2012). Investigating associations between perceived parental alcohol-related messages and college student drinking. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 73(1), 71–9.