

# Uso del tiempo libre en actividades deportivas como factor protector frente al consumo de drogas entre escolares peruanos de educación secundaria

## Use of leisure time in sports as a protective factor against drug use in Peruvian teenagers

Carlos Gonzales<sup>A,B</sup>, Gerson Siura<sup>A,B</sup>, Carla Guerrero<sup>A</sup>, Raquel Castro<sup>A</sup>, Judith Osorio<sup>A</sup>, Gabriela Valerio<sup>A</sup>, Alfonso Solar<sup>A</sup> y César Gutiérrez<sup>C</sup>

### RESUMEN

**Objetivo:** Determinar si el uso de tiempo libre en actividades deportivas (UTLD) está asociado al consumo de drogas legales e ilícitas en escolares peruanos. **Métodos:** Estudio analítico transversal, consistente en el sub-análisis de la base de datos del II Estudio Nacional: Prevención y Consumo de Drogas en Estudiantes de secundaria, 2007, realizada por la Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA). Se determinó la frecuencia del UTLD en los escolares encuestados según las características de sexo, año de estudio, tipo de colegio y tipo de colegio según sexo. Así mismo, se determinó la asociación entre el UTLD y el antecedente de consumo de drogas el último año. **Resultados:** Se entrevistaron 5 647 estudiantes, con una edad promedio de  $14.9 \pm 1.5$  años, el 74.9% provenía de colegios públicos y el 40% pertenecía a colegios de la ciudad de Lima (capital del Perú). El 22% de escolares refirió UTLD, siendo mayor en varones que en mujeres. Los alumnos que usan su tiempo libre en actividades deportivas tienen 9% menos probabilidad de haber consumido alguna droga legal (alcohol o tabaco, OR=0.91 [IC95% 0.90-0.91]), mientras que la probabilidad de haber consumido drogas ilegales es 34% menor (OR=0.66 [IC95% 0.65-0.68]). **Conclusiones:** El uso de tiempo libre en actividades deportivas está asociado significativamente a una menor frecuencia de consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en estudiantes de secundaria peruanos, lo que debería tomarse en cuenta en las estrategias de prevención de consumo de drogas en adolescentes.

**PALABRAS CLAVE:** Consumo de drogas, Salud escolar, Adolescencia, Práctica de deportes.

### INTRODUCCIÓN

En la actualidad el consumo de drogas es un problema de salud pública a nivel mundial y tiende a incrementarse en países en vías de desarrollo. La Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC) en su informe del año 2009 estima que la prevalencia del consumo de drogas en los jóvenes, a lo largo de su vida, es para el Perú aproximadamente el 9%.<sup>1</sup> Las drogas ilegales, como marihuana, la de consumo más frecuente en el Perú, e inhalantes (terokal, pasta básica de cocaína [PBC], benzina y acetona), son consumidas cada vez a edades más tempranas por lo que el grupo con mayor susceptibilidad es la población escolar. Asimismo, el consumo de marihuana se encuentra asociado con una mayor probabilidad de fracaso escolar, menores logros académicos y reducción de los años de educación dependiendo de la edad de inicio.<sup>2</sup> Existen estudios que atribuyen a la práctica de actividades deportivas como un factor benéfico para la no ocurrencia del consumo de drogas.<sup>3</sup>

Otros estudios señalan la importancia de la actividad deportiva en el mantenimiento de la salud y la calidad de vida. Así la actividad deportiva, por ejemplo, produce beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales.<sup>4</sup> Desde el punto de vista fisiológico, el ejercicio deportivo mejora el funcionamiento motor, permite un buen desarrollo del sistema osteomuscular e inmunológico, regula el

sistema hormonal y mantiene la homeostasis corporal, previniendo la aparición de lesiones somáticas. A nivel psicológico, estimula la producción de hormonas que mejoran el bienestar personal al aumentar la capacidad psicomotora del individuo y, con ello, la sensación de autonomía personal, lo que crea un mejor estado de ánimo, necesario para afrontar los trastornos mentales y para fortalecer el control emocional. Desde el punto de vista social, ayuda a mejorar la sociabilidad y las habilidades individuales de influencia social, como la asertividad y la autoestima y, entre algunos grupos de riesgo, ayuda a prevenir problemas de desviación social.<sup>5</sup>

La participación en el deporte durante la adolescencia puede prevenir los problemas de comportamiento.<sup>3-4</sup> Diversos estudios indican que la práctica del deporte es probablemente un fuerte factor

(A) Estudiante de Medicina Humana, Facultad de Medicina de San Fernando, Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM), Lima-Perú. (B) Asociación para el Desarrollo de la Investigación en Ciencias de la Salud (ADIECS). (C) Sección Epidemiología del Instituto de Medicina Tropical Daniel A. Carrión, UNMSM.

Correspondencia a Carlos Gonzáles Medina: [carlosgonzales\\_unmsm@yahoo.es](mailto:carlosgonzales_unmsm@yahoo.es)  
Recibido el 18 de julio de 2010 y aprobado el 29 de diciembre de 2010.

Cita sugerida: Gonzales C, Siura G, Guerrero C, Castro R, Osorio J, Valerio G, et al. Uso del tiempo libre en actividades deportivas como factor protector frente al consumo de drogas entre escolares peruanos de educación secundaria. Rev. peru. epidemiol. 2010; 14 (3) [6 p.]

protector para el consumo de drogas, uno de ellos indica que la práctica frecuente o sistemática de algún deporte aunado a otros factores protectores de índole intrapersonales e interpersonales, se convertiría en factor protector para este consumo.<sup>4,5</sup>

Se ha observado que los estudiantes que no beben alcohol ni consumen drogas usualmente se dedican a otras actividades más productivas, como los deportes, ayudar en casa, hacer la tarea o salir de paseo con la familia, en comparación con los consumidores de drogas y de altas cantidades de alcohol, quienes con más frecuencia acostumbran consumir bebidas alcohólicas con amigos en sus horas libres. Además, la vida familiar les fastidia, o en todo caso no realizan labores del hogar.<sup>6</sup>

Al momento de identificar las instancias que tienen un papel importante para promocionar la actividad deportiva, es natural encontrar a la familia, al sistema educativo y asociaciones deportivas como las más importantes, en ese orden. Junto con el sistema educativo, a la familia se le considera una institución básica para la promoción de los hábitos deportivos perdurables. Ya que los hábitos se generan desde edades tempranas, los individuos las aprenden gracias al lecho familiar hasta los 16 años, primordialmente, debido a que es la etapa en la que se inculcan y refuerzan los valores, y por ende los padres representan un ejemplo a seguir para sus hijos. De este modo, si los padres practican deporte, aumenta la probabilidad de que los hijos también lo hagan a lo largo de su vida.

Junto con la familia, el sistema educativo es un generador fundamental de hábitos y valores en los más jóvenes, ya que la mayoría de los colegios les dan la oportunidad de la práctica deportiva de manera regular durante cierto número de horas semanales. Las organizaciones deportivas, fomentando estas actividades, también son partícipes activos en la prevención del uso de drogas deportivas.<sup>7-8</sup> Es importante tener en cuenta, que la mayoría de deportes se llevan a cabo en grupos sociales. Por lo tanto, participar en deportes con el único objetivo de ampliar la red social incrementaría el consumo de drogas y alcohol, ya que estas también son actividades sociales.<sup>9-10</sup>

Estudios epidemiológicos nacionales concluyen, en relación al género, que en todas las regiones del país el mayor consumo de drogas ilícitas recae en el género masculino.<sup>11</sup> Por tanto, ser mujer es un factor parcialmente protector; ser varón, expone más al peligro del consumo.<sup>12-13</sup>

El tabaco, acápite aparte, se considera tan adictivo como las sustancias ilegales, ya que se trata de un producto psicoactivo que afecta los procesos bioquímicos del sistema nervioso. En la adolescencia, hay un porcentaje importante de varones y mujeres que fuman habitualmente y el de las mujeres está tendiendo a aproximarse cada vez más al encontrado en los varones.<sup>14</sup> Diversos estudios encuentran que las razones más importantes por las cuales los adolescentes fuman son: el grado de placer, la curiosidad, la influencia de los padres, la rebeldía, la insatisfacción con el medio que lo rodea y la familia<sup>14-15</sup> concluyéndose que el tabaco, así como el alcohol, son las sustancias más consumidas por los adolescentes consideradas "puertas de entrada" para el consumo de drogas ilegales tales como marihuana, cocaína, estimulantes, sedantes, etc.<sup>16</sup>

Wichstrom y col, describe cinco características de las actividades deportivas que pueden inducir a la predisposición de los adolescentes al consumo de tabaco, el alcohol o el cannabis. Cuatro indicarían que las actividades deportivas demandan mucho tiempo y que a menudo implican la segregación de edad y sexo. El quinto aspecto hace referencia a la motivación de los adolescentes: aquellos que quieren tener éxito en los deportes se espera que no fumen y

limiten su consumo de alcohol ya que éstos podrían afectar negativamente su rendimiento deportivo. Todas estas características (excepto el hecho de que el deporte es una actividad social) se supone que reducen el riesgo del consumo de drogas.<sup>17-19</sup>

De esta manera el objetivo del presente estudio fue determinar si el uso de tiempo libre en actividades deportivas (UTLD) está asociado con el consumo de tabaco y sustancias ilícitas adolescentes estudiantes de secundaria peruanos. Nuestros resultados pretenden contribuir a la labor preventiva promocional con la difusión de medidas específicas para considerar en el entorno familiar de los adolescentes estudiantes.

## MATERIAL y MÉTODOS

### Fuentes de información

El estudio se llevó a cabo a través de una encuesta autoaplicada, basada en un diseño analítico y transversal. Se utilizó la base de datos del II Estudio Nacional: Prevención y Consumo de Drogas en Estudiantes de secundaria, 2007, realizada por la Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA). Esta se aplicó a estudiantes de 1° a 5° año de secundaria, pertenecientes a instituciones educativas públicas y privadas ubicadas en ciudades de 30 000 y más habitantes de la costa, sierra y selva del país. La muestra fue probabilística, bietápica y estratificada, según el tipo de gestión del colegio y dominios regionales, teniendo como unidad primaria de muestreo a las Instituciones Educativas y como unidad secundaria a las aulas o secciones de 1° a 5° año, las mismas que fueron seleccionadas aleatoriamente. La información para la construcción del marco muestral fue proporcionada por la Unidad de Estadística del Ministerio de Educación, en base a un listado de ciudades previamente seleccionadas por DEVIDA, tomando como criterio la inclusión de al menos una ciudad por región, de las que se obtuvo el registro de matrícula correspondiente.

La muestra fue diseñada para ser representativa y dar estimaciones confiables a nivel nacional y según dominios regionales. El tamaño inicial de la muestra fue estimado en 71 495 estudiantes, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error de  $\pm 1.5\%$ . El factor de corrección por efecto de diseño complejo incluido en el cálculo inicial de la muestra fue estimado en 2 y el ajuste por la no respuesta (TNR) se fijó en 15%, teniendo en cuenta la experiencia de estudios anteriores; lo que, además de incrementar el tamaño de la muestra, permite realizar estimaciones con una mayor precisión que las que se obtienen por muestreo aleatorio simple. El diseño muestral empleado permite hacer estimaciones confiables para los 26 dominios regionales o niveles de inferencia utilizados.

La muestra cubrió un total de 50 ciudades, que incluyó a todas la capitales (48.1%) y ciudades de mayor importancia de las regiones del país (51.9%). Se levantó información de 516 colegios (416 públicos y 100 privados).

Los resultados de la muestra final se expandieron a nivel del marco muestral (N expandido), haciendo uso de factores de expansión para cada uno de los dominios regionales, que vienen a ser la inversa de las probabilidades de inclusión de la muestra en cada una de las etapas de muestreo.

En la encuesta se utilizó la técnica de la encuesta autoaplicada, de carácter confidencial y anónimo, empleada en estudios anteriores.

### Variables del estudio

El uso del tiempo libre se definió como aquella actividad realizada con mayor frecuencia cuando el estudiante no se halla en actividades académicas escolares y se midió en la encuesta según las categorías

Gonzales C, et al. Uso del tiempo libre en actividades deportivas como factor protector frente al consumo de drogas entre escolares peruanos de educación secundaria.

no excluyentes como ver televisión, ayudar en labores del hogar, jugar en internet, hacer deportes (básquet, fútbol, natación, etc.), trabajar, salir con los amigos y otras. En nuestro estudio solo se analizó la categoría hacer deportes a lo que se le denominó Uso del tiempo libre en actividades deportivas y se calculó la frecuencia de esta variable. Además, se midió la prevalencia en un año según el tipo de drogas (legales e ilegales) consumidas por los escolares según el sexo, año de estudio, tipo de colegio y tipo de colegio según sexo.

#### Análisis de datos

Se utilizó estadística descriptiva para la presentación de datos. Se analizó las variables cualitativas según prevalencias y proporciones. La medida de fuerza de asociación fue el OR con IC 95%, siendo el grupo de comparación en todos los casos el grupo que “no hace uso de su tiempo libre en deporte”. Finalmente, se elaboró un modelo de regresión logística (método enter) para cada prevalencia de año de consumo de drogas, incorporándose como variables independientes en los modelos el uso de tiempo libre en actividades deportivas, edad, sexo, año de estudios, tipo de colegio según gestión y tipo de colegio según género. El análisis estadístico se realizó con el programa SPSS 15.0, y la elaboración de los gráficos en el programa Microsoft Office Excel 2003.

## RESULTADOS

El promedio de edad de los participantes fue  $14.9 \pm 1.5$  años, 51.6% de sexo masculino y 48.4% de sexo femenino; 74.9% provenía de colegios públicos. Según la procedencia, el 40% de los escolares vivían en el departamento de Lima, y el 60% restante en los diferentes departamentos del Perú, como Piura (6.7%), Lambayeque (5.4%), Arequipa (5.2%), La Libertad (4.9%), el Callao (4.8%) e Ica (3.5%).

El 22% de los escolares refirieron a la práctica de algún deporte como la actividad que realizaban con mayor frecuencia en su tiempo libre. Los resultados de la frecuencia del UTLD en los escolares encuestados, según las características de sexo, año de estudio, tipo de colegio y tipo de colegio según sexo, se presentan en la Figura 1. Los hombres practican más deportes que las mujeres, lo que se refleja también en el hecho que los alumnos de colegios de varones refieren más esta práctica que los alumnos de colegios mixtos o los de mujeres. Según año de estudio, los resultados muestran una leve

tendencia a mayor práctica de deportes según el avance en los estudios entre el primer y cuarto año, con una leve disminución hacia el quinto año. Los alumnos de colegios privados muestran una mayor frecuencia de UTLD en comparación a los de colegios públicos.

La prevalencia de año de consumo de cualquier droga legal fue del 36.7%, siendo las bebidas alcohólicas (29.9%) más consumidas que el tabaco (22.9%). En cuanto a las drogas ilegales, éstas presentaron una prevalencia de consumo del último año de 3.9%; siendo la marihuana la más consumida (1.9%), seguida de los inhalantes (1.8%), cocaína (0.9%), pasta básica de cocaína (0.7%) y éxtasis (0.6%). Los resultados de las frecuencias de consumo de drogas según el sexo, año de estudio, tipo de colegio según gestión y tipo de colegio según sexo, se presentan en la Tabla 1. En general, los varones consumen en mayor frecuencia drogas legales e ilegales que las mujeres. Según el año de estudio, se observa que el consumo de drogas va incrementándose a medida que el escolar va progresando en sus estudios secundarios. En los colegios privados la prevalencia de consumo de drogas legales es mayor, mientras que el consumo de drogas ilegales es levemente superior en los colegios públicos. Finalmente, en los colegios de varones el consumo de drogas legales es mayor, seguidos de los colegios mixtos y luego de los de mujeres; mientras que el consumo de drogas ilegales es levemente superior en los colegios mixtos que en los de varones, presentando los colegios de mujeres la menor prevalencia.

Al analizar los resultados del análisis multivariado, se determina que el UTLD se comporta como un factor que disminuye la probabilidad de consumo de drogas (Tabla 2). En el caso de las drogas legales, esta disminución de la probabilidad de consumo es del 9% en general, siendo mayor en el caso del tabaco (12%), mientras que para las bebidas alcohólicas el efecto es débil (3%). El UTLD tiene un mayor efecto benéfico en la disminución del consumo de drogas ilícitas, con un 34% de manera general. Al analizar cada droga ilícita en particular, el mayor efecto se observa con la pasta básica de cocaína (64% menos probabilidad), mientras que con la marihuana el efecto es el menor (23% menos probabilidad).

## DISCUSIÓN

El problema del consumo de drogas en adolescentes escolares comprende cómo se desarrolla la psicobiología del adolescente en su desarrollo social pero este problema es un fenómeno complejo y

FIGURA 1. Uso de tiempo libre en actividades deportivas en escolares de educación secundaria según diferentes características. Perú, 2007.

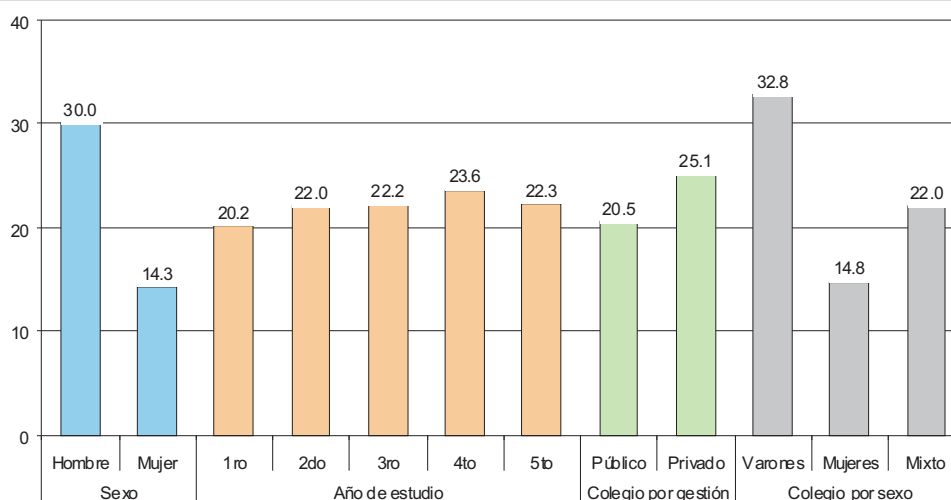


TABLA 1. Prevalencia de año de consumo de drogas en escolares de educación secundaria según diferentes características. Perú, 2007.

Características	Drogas legales			Drogas ilegales					
	Alcohol	Tabaco	Cualquier droga legal	Inhalantes	Marihuana	PBC	Cocaína	Éxtasis	Cualquier droga ilegal
<b>Sexo</b>									
Femenino	28.7%	18.6%	<b>34.1%</b>	1.6%	1.2%	0.4%	0.6%	0.3%	<b>2.8%</b>
Masculino	31.1%	27.4%	<b>38.5%</b>	2.1%	2.6%	1.1%	1.3%	0.9%	<b>5.0%</b>
<b>Año de estudio</b>									
Primero	13.6%	11.6%	<b>19.7%</b>	1.7%	0.9%	0.6%	0.6%	0.6%	<b>2.7%</b>
Segundo	20.0%	15.8%	<b>26.9%</b>	1.8%	1.2%	0.7%	0.7%	0.5%	<b>3.1%</b>
Tercero	34.1%	24.8%	<b>41.2%</b>	2.3%	2.1%	0.9%	1.2%	0.8%	<b>4.3%</b>
Cuarto	39.4%	29.8%	<b>46.8%</b>	1.9%	2.5%	0.8%	0.9%	0.4%	<b>4.3%</b>
Quinto	51.5%	39.7%	<b>58.3%</b>	1.7%	3.4%	1.1%	1.5%	0.6%	<b>5.4%</b>
<b>Tipo de colegio</b>									
Público	26.1%	21.7%	<b>33.1%</b>	2.0%	2.0%	0.9%	1.1%	0.6%	<b>4.0%</b>
Privado	38.3%	25.7%	<b>44.7%</b>	1.5%	1.8%	0.5%	0.7%	0.5%	<b>3.7%</b>
<b>Tipo de colegio según sexo</b>									
Varones	30.1%	26.7%	<b>38.1%</b>	1.7%	1.6%	0.7%	0.9%	0.7%	<b>3.8%</b>
Mujeres	27.3%	15.1%	<b>31.2%</b>	1.8%	0.9%	0.2%	0.5%	0.2%	<b>2.8%</b>
Mixto	30.1%	23.4%	<b>37.2%</b>	1.9%	2.0%	0.8%	1.0%	0.6%	<b>4.0%</b>

multifactorial.<sup>21</sup> El estudio mostró que el consumo de drogas ilegales fue mayor en el sexo masculino similar a las estadísticas mundiales y nacionales, sin embargo, en los últimos ocho años<sup>20</sup> se observa una leve tendencia al incremento en adolescentes mujeres. Por ejemplo, se sabe que ellas tienen más probabilidad de consumo de inhalantes y estimulantes que los varones. Por tanto, en relación al género, los hallazgos obtenidos por CEDRO hace 10 años (1998-1999) se siguen manteniendo hasta la actualidad.<sup>3</sup>

El consumo de drogas legales en ambos géneros tienden a aproximarse, debido principalmente al uso de alcohol, sustancia en la que las diferencias de consumo entre género se han reducido al mínimo, sobre todo en colegios mixtos, en los que el uso de alcohol en hombres y mujeres es prácticamente el mismo.

Las tasas de prevalencia anual (según el estudio Monitoring the Future, MTF, en EE.UU)<sup>21</sup> en el 2008 para el consumo de alcohol, drogas ilícitas y marihuana entre los estudiantes de último año fue del 67%, 37% y 32% respectivamente, resultados muy superiores al nuestro. Además, se incrementa el consumo de drogas (legales e ilegales) a medida que se avanza los años académicos esta situación coincide con el aumento de la edad promedio en los escolares.

TABLA 2. Consumo de drogas según el uso del tiempo libre de los escolares peruanos en la II Encuesta Nacional de Estudiantes de Secundaria 2007.

Consumo de drogas	OR crudo (IC 95%)	OR ajustado (IC 95%)
<b>Prevalencia drogas legales</b>	1.01 (0.99-1.01)	0.91 (0.90-0.91)
Consumo de tabaco	1.02 (1.01-1.03)	0.88 (0.87-0.89)
Consumo de alcohol	1.05 (1.04-1.06)	0.97 (0.96-0.98)
<b>Prevalencia drogas ilegales</b>	0.77 (0.75-0.78)	0.66 (0.65-0.68)
Consumo de Inhalantes	0.61 (0.59-0.63)	0.56 (0.54-0.58)
Consumo de Marihuana	0.91 (0.89 -0.94)	0.77 (0.75-0.79)
Consumo de PBC	0.44 (0.41-0.46)	0.36 (0.34-0.38)
Consumo de Cocaína	0.44 (0.42-0.46)	0.38 (0.36-0.40)
Consumo de Éxtasis	0.63 (0.60-0.67)	0.53 (0.50-0.56)

En los colegios privados a diferencia de los públicos el consumo de drogas legales es mayor esto debería llamar la atención de las autoridades y padres de familia de estas instituciones educativas, de tal manera que se comprometan más con la prevención del consumo de drogas dentro y fuera del espacio escolar.

La disminución de la probabilidad del consumo de drogas legales atribuida al UTLD en el caso del tabaco se encontró asociada significativamente, este resultado coincide con una revisión sistemática publicada el 2010<sup>22</sup> en la que se analizó quince de treinta y cuatro estudios en los que se estudió la relación entre la participación en el deporte y el tabaco. En la mayoría de ellos se encontró una relación inversa entre estas variables y solo un estudio no logró encontrar una relación (Rockafellow y Saules, 2006). Concluyendo en la revisión general que la participación en el deporte es un factor protector contra el consumo de cigarrillos.

A pesar que en nuestro estudio la disminución de la probabilidad de consumo para las bebidas alcohólicas fue menor, en veintidós de los estudios analizados en la misma revisión concluyen que se halla una relación positiva entre estas variables. Además, se espera encontrar en los adolescentes que practican deportes menos frecuencia de consumo de tabaco dado que existe una relación demostrada con el bajo rendimiento físico.<sup>22</sup>

Cuando se analizaron quince estudios en los que se observó la relación entre la participación en el deporte con un menor uso de drogas ilícitas se determinó en nueve de ellos que existe una relación inversa. Sin embargo, dos estudios (Green et al, 2001; Rocafellow y Saules, 2006) encontraron una relación positiva, y tres estudios encontraron que esta relación dependía del deporte y del género (Ewing, 1998; Ford, 2007; Peretti Watel, 2001). Observándose en la mayoría de los estudios un efecto benéfico<sup>22</sup> correspondiéndose con nuestros hallazgos en los que la disminución del consumo de drogas ilícitas en aquellos escolares que hacen UTLD fue mucho mayor.

A pesar de ser la marihuana la droga ilícita de mayor consumo en la población estudiada el efecto del UTLD no es muy considerable en relación con las demás drogas y nuestros resultados son similares a los de Peretti-Watel et al., en el que encontraron que de las drogas ilícitas como la marihuana era la que disminuía su probabilidad de consumo en adolescentes que realizaban deportes.<sup>22</sup>

En Europa se halló que los escolares consumidores poseen hábitos de ocio perjudiciales, en comparación a los que no consumen, que

Gonzales C, et al. Uso del tiempo libre en actividades deportivas como factor protector frente al consumo de drogas entre escolares peruanos de educación secundaria.

son más saludables como la práctica de deportes y la lectura.<sup>24</sup> Un estudio reciente en Noruega publicado el 2010 en adolescentes de 13 a 17 años halló que la participación en deportes organizados durante la adolescencia reduce el consumo de alcohol.<sup>18</sup>

En América Latina, el estudio de Serfaty y cols., realizado en estudiantes escolares argentinos, cuyo promedio de edades es de 15 a 18 años se encontró un efecto protector con de la práctica semanal de deportes.<sup>23-24</sup>

Uno de los hallazgos más consistentes en la investigación sobre la etiología del uso de sustancias en adolescentes es que las influencias sociales son factores centrales de gran alcance que promueven la experimentación o el inicio de su uso. Junto con la exposición a las actitudes positivas y expectativas relacionadas con la utilización de sustancias, el modelado de la conducta de consumo de sustancias por otras personas del entorno (por ejemplo, los padres, hermanos mayores, y los compañeros) es una influencia social negativamente crítica.<sup>25</sup>

Se sabe que la adolescencia es un período clave para la experimentación en la que se da una amplia gama de comportamientos y patrones de estilo de vida. Un adolescente tiende a experimentar con nuevas conductas las que se produce por una serie de razones que tradicionalmente han estado relacionados con el desarrollo psicosocial.<sup>26</sup>

Probar nuevas conductas forma parte de un proceso natural de separación de los padres, ganando aceptación y popularidad con sus compañeros, el desarrollo de un sentido de identidad, autonomía, independencia y madurez, en busca de diversión y aventura. Por

desgracia para un adolescente la participación en el alcohol, el tabaco y drogas ilegales puede ser vista como una forma de lograr la independencia funcional, la madurez, o la popularidad, junto con otros objetivos de su desarrollo.<sup>26</sup> La utilización adecuada del tiempo libre, se muestra como una necesidad social en la cual tiene que tomar parte los centros educativos, fomentando hábitos de vida saludables a través de la buena utilización del tiempo libre que favorezca el proceso de socialización en la vida escolar.<sup>27</sup>

Una de las limitaciones del estudio es que no se evaluó qué tipo de deporte es el que finalmente estaría asociado con mayor frecuencia entre los escolares a la disminución en el consumo de drogas. Además no se evaluó la frecuencia y el tiempo que se destina a esta actividad.

Sería recomendable incrementar el UTLD ya que se muestra con un factor asociado con el consumo de tabaco y sustancias ilícitas. Más aun que en el caso de la marihuana el efecto del UTLD produce una disminución del consumo a pesar de ser inferior con los demás. Así mismo, debería tomarse en consideración otros factores que disminuyan la probabilidad de consumo de esta droga. Para esto se podrían instaurar programas deportivos competitivos para promover la participación activa de los jóvenes y tratar de disminuir el consumo de sustancias ilegales como la marihuana.

Finalmente nuestro estudio concluye que el UTLD esta asociado significativamente a una menor frecuencia de consumo de alcohol, tabaco y drogas ilícitas en estudiantes de secundaria peruanos, lo que debería tomarse en cuenta en las estrategias de prevención de consumo de drogas en adolescentes.

\*\*\*\*

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. OFICINA DE LAS NACIONES UNIDAS CONTRA LA DROGA Y EL DELITO. INFORME MUNDIAL SOBRE LAS DROGAS 2009. RESUMEN EJECUTIVO. NUEVA YORK: ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS; 2009. p. 18.
2. GUTIÉRREZ C, CONTRERAS H, TRUJILLO D ET AL. DROGAS ILEGALES EN ESCOLARES DE LIMA Y CALLAO: FACTORES FAMILIARES ASOCIADOS A SU CONSUMO. AN FAC MED. 2009;70(4):247-54
3. ZAVALETA A, EDITOR. FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS EN LA POBLACIÓN. LIMA: CEDRO; 2001. p. 67.
4. JIMÉNEZ A. DETERMINANTES DE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA. BASES, FUNDAMENTOS Y APLICACIONES. 1º ED. MADRID: DYKINSON; 2006.
5. MOSCOSO D, MOYANO E, COORDINADORES. DEPORTE, SALUD Y CALIDAD DE VIDA. BARCELONA: FUNDACIÓN LA CAIXA; 2009. p. 236.
6. ROJAS M. FACTORES DE RIESGO Y PROTECTORES IDENTIFICADOS EN ADOLESCENTES CONSUMIDORES DE SUSTANCIAS PSICOACTIVAS. LIMA: CEDRO; 2002.
7. ARAIZA V, SILVA A, COFFIN N ET AL. HÁBITOS DE ESTUDIO, AMBIENTE FAMILIAR Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE DROGAS EN ESTUDIANTES. PSICOLOGÍA Y SALUD. 2009(19): 238-240
8. FRAILE C, RIQUELME N, PIMENTA A. CONSUMO DE DROGAS LÍCITAS E ILÍCITAS EN ESCOLARES Y FACTORES DE PROTECCIÓN Y RIESGO. REV LATINO-AM ENFERMAGEM. 2004(12):345-51
9. ROJAS-GUIOT E, FLEIZ-BAUTISTA C, MEDINA-MORAME ET AL. CONSUMO DE ALCOHOL Y DROGAS EN ESTUDIANTES DE PACHUCA, HIDALGO. SALUD PÚBLICA MÉX. 1999; 41(4): 297-308
10. WICHSTROM L. THE IMPACT OF PUBERTAL TIMING ON ADOLESCENTS ALCOHOL USE. J RES ADOLESC. 2001(11): 131-50.
11. ROJAS, MA. FACTORES DE RIESGO Y PROTECCIÓN EN EL ABUSO DE DROGAS ILEGALES EN ADOLESCENTES JÓVENES DE LIMA METROPOLITANA. LIMA: CEDRO; 1999.
12. CONTRADROGAS, PERÚ 1999. ENCUESTA NACIONAL SOBRE PREVENCIÓN Y USO DE DROGAS. INFORME GENERAL 1998. LIMA: CONTRADROGAS, INEI, PNUFID. 1999.
13. PEROTTO P, BALDIVESIO L. FACTORES ASOCIADOS AL CONSUMO DE DROGAS. LA PAZ: CESE; 1994.
14. GONZALEZ L, BERGER K. CONSUMO DE TABACO EN ADOLESCENTES: FACTORES DE RIESGO Y FACTORES PROTECTORES. CIENC. ENFERM. 2010; 8(2): 27-35.
15. IVANOVIC D, CASTRO C, IVANOVIC R ET AL. FACTORES QUE INCIDEN EN EL HÁBITO DE FUMAR DE ESCOLARES DE EDUCACIÓN BÁSICA Y MEDIA DEL CHILE. REV SAUDE PÚBLICA. 1997; 31 (1): 30-43.
16. FLORENTINO R. ALCOHOLISMO Y ABUSO DE OTRAS DROGAS; PROGRAMA DE PREVENCIÓN EN SANTIAGO DE CHILE. EN: OPS. ABUSO DE DROGAS. WASHINGTON: OPS; 1990. p.130.
17. PERETTI-WATEL P. SPORTS AND DRUGS: FURTHER INTERPRETATIVE HYPOTHESES ARE NECESSARY. ADDICTION. 2009; 104(1):150-1.
18. LISHA N, SUSSMAN S. RELATIONSHIP OF HIGH SCHOOL AND COLLEGE SPORTS PARTICIPATION WITH ALCOHOL, TOBACCO, AND ILLICIT DRUG USE: A REVIEW ADDICTIVE BEHAVIORS MAY 2010; 35(5): 399-407
19. WICHSTROM T, WICHSTROM L. DOES SPORTS PARTICIPATION DURING ADOLESCENCE PREVENT LATER ALCOHOL, TOBACCO AND CANNABIS USE? ADDICTION. 2009; 104(1): 138-49.
20. SCHINKE SP, FANG L, COLE KC. SUBSTANCE USE AMONG EARLY ADOLESCENT GIRLS: RISK AND PROTECTIVE FACTORS. J ADOLESC HEALTH 2008; 43(1):191-4.
21. JOHNSTON L, O'MALLEY P, BACHMAN J, ET AL. IN: MONITORING THE FUTURE NATIONAL SURVEY RESULTS ON DRUG USE, 1975-2008. E.E.U.U.: NATIONAL INSTITUTE ON DRUG ABUSE (SECONDARY SCHOOL STUDENTS). 2009.
22. NADRA E, STEVE S. RELATIONSHIP OF HIGH SCHOOL AND COLLEGE SPORTS PARTICIPATION WITH ALCOHOL, TOBACCO, AND ILLICIT DRUG USE: A REVIEW. ADDICT BEHAV. 2010 MAY;35(5):399-407.
23. SERFATY E, ANDRADE J, ORTIZ Z ET AL. CONSUMO DE TABACO, ALCOHOL Y DROGAS EN POBLACIÓN ESCOLARIZADA ADOLESCENTE DE 15 A 18 AÑOS EN LA CIUDAD DE BUENOS AIRES. ACTA PSIQUIÁTRICOL AM LAT. 2006; 52 (4): 227-241.
24. SECADES R, FERNÁNDEZ J. CONSUMO DE DROGAS Y FACTORES DE RIESGO EN LOS JÓVENES DEL MUNICIPIO DE OVIEDO. OVIEDO: PLAN MUNICIPAL DE DROGAS DEL AYUNTAMIENTO DE OVIEDO. 2001.
25. MAYBERRY M, ESPELAGE D, KOENIG B. MULTILEVEL MODELING OF DIRECT EFFECTS AND INTERACTIONS OF PEERS, PARENTS, SCHOOL, AND COMMUNITY INFLUENCES ON ADOLESCENT SUBSTANCE USE. J YOUTH ADOLESC 2009; 38(1):1038-49.
26. KENNETH W, GRIFFIN J, BOTVIN. EVIDENCE-BASED INTERVENTIONS FOR PREVENTING SUBSTANCE USE DISORDERS IN ADOLESCENTS CHILD ADOLESC. PSYCHIATRIC CLIN N AM 2010;19(3): 505-26
27. VANVAN J, WILLIAMS J. CANNABIS USE AND MENTALHEALTH PROBLEMS. ROCHESTER, NY: SOCIAL SCIENCE RESEARCH NETWORK; 2009.

---

**ABSTRACT**

USE OF LEISURE TIME IN SPORTS AS A PROTECTIVE FACTOR AGAINST DRUG USE IN PERUVIAN TEENAGERS

**Objective:** To determine whether the use of free time in sports (UFTS) is associated with the consumption of licit and illicit drugs Peruvian children. **Material and Methods:** cross-sectional study, sub-analysis of the data base of the II Estudio Nacional: Prevención y Consumo de Drogas en Estudiantes de Secundaria, 2007, conducted by the Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas (DEVIDA). We determined the frequency of UFTS on the surveyed schoolchildren, according to the characteristics of sex, year of study, type of school and type of school by sex. Furthermore, we investigated the association between UFTS and history of drug use on the last year. **Results:** 5647 students were interviewed, (average age:  $14.9 \pm 1.5$  years), 74.9% came from public schools and 40% came from schools in the city of Lima (Peruvian capital). 22% of school children reported UFTS, being higher in males than females. Students who use their free time in sports has 9% less likely to consumed any legal drug (alcohol or snuff, OR = 0.91 [95% CI 0.90 to 0.91]), while the probability of having used illegal drugs is 34% lower (OR = 0.66 [95% CI 0.65 to 0.68]). **Conclusions:** The use of free time in sports is associated with significantly lower rates of alcohol consumption, snuff and illicit drugs in Peruvian high school students, which should be taken into account in strategies to prevent drug use in adolescents.

**KEY WORDS:** Drug; School Health; Adolescence; Practice sports.

---

