

Sustancias nocivas y actividad física en adolescentes

La adolescencia es un periodo clave en el inicio del consumo de sustancias nocivas y la adquisición de conductas dañinas, como el consumo de alcohol y tabaco, por ello el presente estudio tiene como objetivo analizar el consumo de estas sustancias en relación con la práctica de actividad física de los adolescentes y establecer las relaciones existentes entre las variables. Participaron 2.134 estudiantes de edades comprendidas entre los 15 y los 18 años ($M=15,93$ años), que permitió el registro y evaluación de las variables Consumo de Tabaco “Fagerström Test for Nicotine Dependence (FTND)”, Consumo de Alcohol “Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT)” y Actividad física. Los resultados mostraron que nueve de cada diez adolescentes no son fumadores y tres de cada diez bebían alcohol; las chicas predominan en el consumo de alcohol de forma moderada, frente a los chicos, que lo hacen en forma excesiva. Casi siete de cada diez adolescentes practica actividad física de forma extraescolar, frente a un tercio que no practica. Ser físicamente activo está relacionado con no ser fumador o serlo en menos cantidad, pero no hay relación entre consumir alcohol y ser físicamente activo.