



Estrategias de Afrontamiento para el Manejo del Trastorno por Consumo de Alcohol: Una Revisión Sistemática

Coping Strategies for Managing Alcohol Use Disorders: A Systematic Review

Estratégias de coping para a gestão de perturbações por uso de álcool: uma revisão sistemática

Augusta Yubi-Vázquez ^I

ayubiv11@est.ucacue.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0009-4674-480X>

Johanna Luzuriaga-Mera ^{II}

johanna.luzuriaga@ucacue.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-8544-2964>

Maribel Polo-Martínez ^{III}

eulalia.polo@ucacue.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-0429-8716>

Correspondencia: ayubiv11@est.ucacue.edu.ec

Ciencias de la Salud
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 10 de marzo de 2025 * **Aceptado:** 23 de abril de 2025 * **Publicado:** 12 de mayo de 2025

- I. Universidad Católica de Cuenca, Ecuador.
- II. Universidad Católica de Cuenca, Ecuador.
- III. Universidad Católica de Cuenca, Ecuador.

Resumen

Cada persona enfrenta las distintas situaciones de vida de manera única, lo que se conoce como estrategias de afrontamiento. En el caso del Trastorno por Consumo de Alcohol (TCA), estos mecanismos suelen ser desadaptativos, ya que la ingesta de alcohol se utiliza como una forma de disminuir el estrés derivado de la dificultad para resolver conflictos de manera funcional. Debido a esa realidad, el objetivo de la presente investigación es describir las Estrategias de Afrontamiento (EA) para el manejo del TCA. Se realizó una revisión sistemática, la búsqueda se efectuó en bases de datos: Scopus, PudMed, Taylor&Francis SciElo, y Redalyc, apoyada el método PRISMA, obteniéndose 7 artículos como producto de la depuración y para la medición de su calidad se utilizó la escala PEDro (*Physiotherapy Evidence Database*) y la declaración STORBE. Los resultados reflejaron que los mecanismos de afrontamiento adaptativos como la búsqueda de apoyo profesional, la religión, aceptación, reformulación positiva, humor, pensamiento positivo potencialmente disminuyen el consumo de alcohol en contraste con los estilos de afrontamiento desadaptativos como la negación, evitación emocional, apoyo instrumental, negación, autodistracción y uso de sustancias mantuvieron el TCA. Se concluye que las estrategias desadaptativas como el apoyo instrumental y evitación se presentan con más frecuencia en el desarrollo y mantenimiento del TCA, por otro lado, las estrategias adaptativas con mayor asociación a la mejora en el TCA son reformulación positiva, aceptación y búsqueda de apoyo profesional.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento; Trastorno por Consumo de Alcohol; Alcoholismo; Psicoterapéutico.

Abstract

Each person faces different life situations in a unique way, which is known as coping strategies. In the case of Alcohol Use Disorder (AUD), these mechanisms are often maladaptive, since alcohol intake is used as a way to reduce the stress derived from the difficulty in functionally resolving conflicts. Due to this reality, the objective of this research is to describe Coping Strategies (CS) for the management of AUD. A systematic review was conducted, searching the following databases: Scopus, PudMed, Taylor & Francis SciElo, and Redalyc, using the PRISMA method. Seven articles were obtained as a result of the filtering. Their quality was measured using the PEDro

(Physiotherapy Evidence Database) scale and the STORBE declaration. The results showed that adaptive coping mechanisms such as seeking professional support, religion, acceptance, positive reframing, humor, and positive thinking potentially reduced alcohol consumption, while maladaptive coping styles such as denial, emotional avoidance, instrumental support, denial, self-distraction, and substance use maintained the ED. It was concluded that maladaptive strategies such as instrumental support and avoidance are more frequently present in the development and maintenance of EDs. Furthermore, the adaptive strategies most closely associated with improvement in EDs are positive reframing, acceptance, and seeking professional support.

Keywords: Coping strategies; Alcohol Use Disorder; Alcoholism; Psychotherapy.

Resumo

Cada pessoa enfrenta diferentes situações da vida de uma forma única, o que é conhecido como estratégias de coping. No caso da Perturbação por Uso de Álcool (TA), estes mecanismos são frequentemente desadaptativos, uma vez que o consumo de álcool é utilizado como forma de reduzir o stresse resultante da dificuldade em resolver funcionalmente os conflitos. Perante esta realidade, o objetivo desta investigação é descrever as Estratégias de Coping (EC) para a gestão dos distúrbios alimentares. Foi realizada uma revisão sistemática, a pesquisa foi realizada nas bases de dados: Scopus, PudMed, Taylor & Francis SciElo e Redalyc, apoiada pelo método PRISMA, obtendo-se 7 artigos como produto da filtragem e para medir a sua qualidade foram utilizadas a escala PEDro (Physiotherapy Evidence Database) e a declaração STORBE. Os resultados refletiram que os mecanismos de coping adaptativos, como a procura de apoio profissional, a religião, a aceitação, a reformulação positiva, o humor e o pensamento positivo, diminuem potencialmente o consumo de álcool, em contraste com os estilos de coping desadaptativos, como a negação, a evitação emocional, o apoio instrumental, a negação, a autodistração e o consumo de substâncias, que mantiveram o TE. Conclui-se que estratégias desadaptativas como o apoio instrumental e a evitação estão mais frequentemente presentes no desenvolvimento e manutenção de perturbações alimentares. Por outro lado, as estratégias adaptativas mais intimamente associadas à melhoria nas perturbações alimentares são a reformulação positiva, a aceitação e a procura de apoio profissional.

Palavras-chave: Estratégias de coping; Perturbação por Uso de Álcool; Alcoolismo; Psicoterapêutico.

Introducción

En el presente trabajo se pretende realizar un análisis sistemático Estrategias de Afrontamiento Para el Manejo del Trastorno por Consumo de Alcohol, entendiendo que la dependencia a las sustancias psicoactivas es uno de los problemas de salud pública más graves, puesto que los seres humanos todo el tiempo están expuestos a situaciones estresantes, volviéndose parte de la vida cotidiana. En donde aplican estrategias de afrontamiento que no siempre son adaptativas, una de las formas desadaptativas es el consumo de sustancias, por lo cual los individuos suelen ingerir drogas para enfrentar dichos conflictos y disminuir el malestar que esto genera (Crisóstomo et al., 2023).

Según las Naciones Unidas (2022) en su informe sobre las drogas y el delito refiere que alrededor de 284 millones de personas de entre 15 y 64 años consumieron drogas en todo el mundo en 2020, por lo tanto, se observa un aumento del 26% respecto a la década anterior. De todas las regiones, condiciones y características, consumía SPA tanto legales como ilegales. De la misma manera, refiere que la conciencia de la enfermedad en los consumidores es baja.

El trastorno por consumo de alcohol o denominado alcoholismo consiste en una enfermedad crónica y progresiva que se destaca por un patrón de consumo sin control, a pesar de las posibles repercusiones negativas que esto pueda acarrear en la vida de la persona afectada (Marín et al., 2019). Tiene repercusiones en el área física y mental lo que provoca la aparición de una necesidad física y emocional. Viladrich (2019) explica que los individuos que sufren de este trastorno a menudo se ven impulsados por un deseo incontrolable de ingerir bebidas y encuentran obstáculos para restringir o regular su consumo, incluso cuando hacen un esfuerzo consciente para lograrlo.

Siendo una condición de salud mental compleja que puede desencadenarse debido a una interacción de diversos elementos genéticos, biológicos, psicológicos y sociales; así como factores relacionados con las interacciones familiares y sociales, la tensión emocional, la influencia de los compañeros y experiencias traumáticas, pueden incrementar la probabilidad de padecer dicha enfermedad (Pilco et al., 2021).

Los signos de la adicción al alcohol pueden ser muy diversos, yendo desde manifestaciones leves ha graves, tales como la dificultad para controlar el consumo una vez que se ha iniciado, la necesidad de incrementar la cantidad ingerida para lograr los mismos efectos (tolerancia), experimentan síntomas de abstinencia (ansiedad, irritabilidad, temblores leves, dolores de cabeza:

náuseas y vómitos) lo que agrava aún más la situación al afectar la calidad de vida y la funcionalidad en ámbitos laborales, sociales, académicos y económicos (Méndez et al., 2022; Áviles & Guamán, 2023). Los efectos de esta enfermedad pueden tener un impacto significativo en el consumidor, dando lugar a una serie de consecuencias negativas que abarcan desde trastornos de la salud mental como la depresión irritabilidad, cambios de humor y la ansiedad, hasta complicaciones físicas que afectan el hígado (Hepatitis alcohólica, Cirrosis hepática...), el corazón (cardiomiopatía alcohólica, insuficiencia cardíacas...) y en el sistema nervioso (Neuropatía alcohólica, demencia alcohólica, epilepsia inducida por el alcohol...) (García, 2021).

Baquero et al. (2022) determinan que las conductas desadaptativas y el abuso de sustancias se incrementa cuando los individuos tienen grandes demandas del ambiente y recursos para hacerle frente a estos conflictos. Quienes postulan que las estrategias afrontamiento desadaptativas pueden aumentar el riesgo de abuso de sustancias cuando existen factores de vulnerabilidad dentro del entorno en el que se desenvuelva. En base a esta problemática se pretende realizar un análisis sistemático mediante la indagación de varios artículos científicos que engloben dichas estrategias. Por lo cual, el objetivo de la revisión sistemática es identificar las estrategias de afrontamiento en el manejo del trastorno por consumo de alcohol.

Participar en el tratamiento de esta enfermedad es un desafío que requiere un enfoque integral y personalizado (Soriano & Jiménez, 2022). Las estrategias de afrontamiento incluyen diversas técnicas diseñadas para ayudar a las personas a gestionar las dificultades derivadas de su dependencia (González & Jurado, 2022).

Según Macías et al. (2013), el afrontamiento es un proceso dinámico que implica esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar situaciones percibidas como abrumadoras. En este sentido, las estrategias de afrontamiento son recursos psicológicos que las personas utilizan para afrontar el estrés, con el objetivo de reducir o evitar conflictos y obtener beneficios personales que contribuyan a su fortalecimiento. Sin embargo, su aplicación no siempre es adecuada (Valadez et al., 2016).

Es decir, todo el tiempo los seres humanos están expuestos a situaciones estresantes, volviéndose parte de la vida cotidiana, en donde aplican estrategias de afrontamiento que no siempre son adaptativas, una de las formas desadaptativas es el consumo de sustancias, puesto que los individuos suelen ingerir drogas para enfrentar dichos conflictos y disminuir el malestar que esto genera (Mejía & Tamayo, 2024).

Las EA se pueden dividir en tres categorías principales: centradas en el problema, centradas en las emociones y centradas en la evitación. Las estrategias centradas en el problema tienen como objetivo cambiar o eliminar la fuente del estrés, por ejemplo, desarrollando la capacidad de evitar el consumo de alcohol. Las estrategias centradas en las emociones, como las técnicas de relajación o la meditación, ayudan a regular las respuestas emocionales a las situaciones. Finalmente, las estrategias de evitación implican mantenerse alejado de la fuente de estrés, lo que puede resultar útil a corto plazo, pero peligroso si se convierte en el principal foco de atención (Barquín et al., 2018).

Las estrategias de afrontamiento expuestas por Caver & Weintraub (1989) en su escala COPE se clasifican en tres tipos:

1. Las centradas en el problema están compuestas por: reinterpretación positiva, afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades distractoras y aceptación.
2. Las centradas en la emoción incluyen búsqueda de apoyo social emocional, búsqueda de apoyo social instrumental y desahogo emocional.
3. En la evitación se incluye desconexión mental, desconexión conductual, refrenar el afrontamiento, negación, humor y consumo de sustancias. (López V., Montalván, Díaz, Scott, & Ramos, 2023).

Por otra parte, Lazarus & Folkman (1986) quienes exponen dos tipos de afrontamiento el centrado en el problema o afrontamiento por aproximación que busca manejar y resolver conflictos. Y el centrado en la emoción que hace referencia a regular la respuesta emocional ante un problema siendo un afrontamiento por evitación. (Aceiro, Torrecilla, & Moreno, 2020, p. 9).

Tipos de estrategias de afrontamiento

Kubáková et al. (2023) describen las siguientes EA:

El apoyo instrumental hace referencia a la búsqueda de un consejo o apoyo específico. Autoculpa es culpabilizarse por lo sucedido.

Planificación, es pensar y desarrollar estrategias para solucionar el problema.

Humor es una reevaluación positiva de los factores estresantes al enfatizar el lado positivo de una situación estresante; por lo tanto, el problema puede resolverse cambiando la perspectiva sobre el factor estresante.

Aceptación hace referencia a la admisión de la realidad de una situación estresante y está preparado para afrontar este hecho de forma eficaz.

Reformulación positiva tiene como objetivo el manejo de las emociones, cuando el paciente reevalúa una situación estresante y trata de encontrarle un significado positivo.

Autodistracción se refiere a que el sujeto se centra deliberadamente en otros pensamientos o cosas para no tener que pensar en su situación estresante.

La espera una estrategia que pretende que la situación se resuelva al pasar el tiempo.

Búsqueda de apoyo profesional mediante un profesional solucionar el conflicto o los efectos de este.

Reacción agresiva es una estrategia comportamental que mediante la expresión de la ira y la hostilidad como consecuencia de la reacción ante el conflicto.

Religión, mediante el rezo u oración el problema se tolere, se solucione o a su vez se gestionen las emociones.

Afrontamiento activo hace referencia al manejo directo de las causas del problema o el estresor con el fin de reducir o eliminar el impacto que esto genera.

Negación es una manera de afrontar el estrés en base a la evasión, ignorando o minimizando la realidad con el objetivo de reducir el malestar emocional (Morán et al. 2009)

El pensamiento positivo se refiere a pensar en las consecuencias positivas de estar abstinerente.

Pensamiento negativo va encaminado a pensar en los resultados positivos de mantenerse sobrio.

En la evitación se trata de reflexionar los efectos negativos que tendrá el consumo en todas las áreas de vida del sujeto.

La distracción es obviar situaciones que estén vinculadas con la ingesta de alcohol. Son las habilidades encaminadas a generar nuevas actividades agradables que faciliten la omisión del consumo.

Apoyo social es la búsqueda de una persona que favorezca la estabilidad emocional en base a una sugerencia sobre la resolución de un conflicto. (Constant et al. 2014)

Finalmente, para Roger et al. (1993) el afrontamiento racional es el uso de estrategias lógicas y planificación para resolver problemas. El afrontamiento distante va encaminado al distanciamiento emocional de la fuente de estrés, el afrontamiento emocional son las reacciones emocionales ante situaciones estresantes y el afrontamiento evitativo son los intentos de ignorar o escapar de la situación problemática.

Estas estrategias han sido creadas con el fin de asistir a los individuos que luchan contra el consumo de alcohol al proporcionarles herramientas para identificar y controlar los factores desencadenantes

que los llevan a beber, manejar los deseos irresistibles de ingerir alcohol y adquirir destrezas encaminadas a mantenerse abstemios de manera continua (Álvarez et al., 2021).

El estrés y el consumo de alcohol tienen una estrecha relación al estar moderadas por la ausencia de habilidades efectivas de afrontamiento. Los individuos que carecen de estrategias adaptativas, como las centradas en la resolución de problemas, tienden a recurrir al consumo excesivo de alcohol como mecanismo para manejar emociones negativas, siendo este patrón el que aumenta el riesgo. Por otra parte, las estrategias evitativas de afrontamiento están asociadas tanto con el consumo excesivo de alcohol como con sus consecuencias (Montoya & Torres, 2023).

Es necesario resaltar los modelos terapéuticos que engloban las EA como: El modelo de afrontamiento del estrés para consumo de sustancias que está basado en Teorías Cognitivo-Conductuales, plantea que el alcohol se utiliza como respuesta al estrés para mejorar el estado de ánimo o reducir emociones negativas. Aunque puede ser efectivo a corto plazo, esta estrategia se considera desadaptativa y limitada a largo plazo, sobre todo cuando el consumo de alcohol se convierte en el principal mecanismo de afrontamiento aumentando el riesgo de desarrollar conductas problemáticas relacionadas a este consumo (Barquin et al. 2018).

El modelo de vulnerabilidad-estresor desde la Teoría Cognitiva Social, explica el consumo excesivo de alcohol como una respuesta de afrontamiento frente a la angustia, sugiere que los individuos aprenden a utilizar el alcohol como estrategia de afrontamiento cuando perciben que no tienen otras opciones (Guasti & Rodríguez 2023).

El modelo se basa en dos argumentos principales: primero, las expectativas sobre los efectos del alcohol interactúan con factores individuales, como el estilo de afrontamiento y el estrés, para predecir el consumo de alcohol. Segundo, estos factores individuales afectan el consumo a través del mediador de beber para afrontar las situaciones estresantes (Rodríguez, 2023).

El modelo de Prevención de Recaídas de Marlatt y Gordon (1985) enfatizan la importancia de las estrategias de afrontamiento en el contexto del uso de drogas. Según este modelo, después de un período de abstinencia, la recaída puede ocurrir cuando la persona se enfrenta a situaciones de alto riesgo y no emplea las estrategias de afrontamiento adecuadas. Este enfoque destaca la necesidad de entrenar tanto en estrategias conductuales como cognitivas para enfrentar estos desafíos. Dichas estrategias consisten principalmente en anticipar y planificar cómo manejar posibles situaciones de alto riesgo en el futuro (Menon et al., 2018).

Dentro de los tratamientos del TCA, las estrategias suelen combinar enfoques centrados en los problemas y en emociones. Por ejemplo, la Terapia Cognitivo Conductual (TCC) ayuda a reestructurar el pensamiento disfuncional mientras desarrolla habilidades prácticas para manejar situaciones que generen estrés (Rodas, 2020).

La capacidad de manejar el estrés a través de técnicas de relación o estrategias de resolución de problemas es un predictor positivo de la disminución del consumo de alcohol. Existe evidencia de que las terapias que enseñan habilidades asertivas, como la TCC, son efectivas para manejar los síntomas de los pacientes (Hidalgo, 2020).

El uso de estrategias grupales también resulta útil en grupos de autoayuda, en donde los participantes comparten experiencias, crean un sentido de comunidad y apoyo emocional; esta motivación promueve la adherencia al tratamiento y proporciona herramientas de afrontamiento adicionales, como modelos de comportamiento positivos (Victoriano et al., 2020). Las interacciones grupales complementan las intervenciones individuales al aumentar la motivación y el compromiso con la recuperación.

Los tratamientos psicoterapéuticos para el trastorno por consumo de alcohol se centran en modificar la forma en que el paciente responde ante situaciones difíciles, especialmente aquellas marcadas por pensamientos automáticos negativos o distorsionados que influyen en su conducta (Bello et al., 2021; Sánchez, 2021). En este contexto, las estrategias de afrontamiento adquieren un papel clave en el proceso de recuperación, ya que permiten a las personas manejar el estrés, regular sus emociones y fortalecer la capacidad para resistir el consumo ante factores desencadenantes (González et al., 2021; Ponce et al., 2021).

Una de las metas principales reside en el desarrollo de habilidades de afrontamiento eficaces que abarcan tácticas para lidiar la tolerancia, la abstinencia y las respuestas cognitivas y afectivas asociadas con el estrés, la ansiedad y la ira (Camacho et al., 2024); su uso resulta crucial para fijar objetivos que sean prácticos y posibles de lograr en lo que respecta a la recuperación (López et al., 2023). Al utilizar dichas estrategias el paciente puede identificar metas precisas de modificación de conducta, tales como disminuir la cantidad de alcohol consumido, optar por la abstinencia y luego crear un enfoque estratégico con pasos concretos para alcanzar la deshabitación del consumo (da Silva & Marti, 2021).

Sin embargo, cabe señalar que la eficacia de dichas estrategias puede variar según las características personales del paciente, como el nivel de autoconciencia, la gravedad del trastorno

y el entorno social; por lo tanto, la personalización de las intervenciones es importante para maximizar los beneficios (Bello et al., 2021). Es decir, estas estrategias no sólo abordan los problemas del consumo de alcohol, sino que también ayudan a mejorar la calidad de vida de los pacientes, aumentar la resiliencia y desarrollar la capacidad de afrontar futuras adversidades (Robles, 2018).

Metodología

Para el desarrollo del artículo se realizó una revisión sistemática descriptiva, siguiendo las directrices de la declaración PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) en su actualización de 2020 (Page et al., 2021). La herramienta informática Rayyan es una plataforma en línea creada para optimizar la revisión sistemática de literatura, particularmente en la selección y clasificación de estudios pertinentes. Su propósito principal es asistir a los investigadores en el filtrado de artículos de forma eficaz, posibilitando el trabajo colaborativo entre varios revisores y minimizando el sesgo en la selección (Ouzzani et al., 2016). Esto con el propósito de presentar a la comunidad científica de forma transparente y veraz la naturaleza de la presente investigación.

Criterios de elegibilidad

Los criterios de inclusión fueron: **a)** estudios que hayan sido publicados en los últimos 5 años para los artículos producto de la revisión sistemática; **b)** artículos científicos de acceso abierto, **c)** Tipo de estudio (estudios empíricos, cuantitativos, cualitativos, ensayos clínicos controlados, estudios de cohorte y revisiones sistemáticas o metaanálisis sobre estrategias de afrontamiento en el consumo de alcohol) **d)** documentos en idioma inglés y español **e)** artículos científicos que traten de los mecanismos de afrontamiento en el TCA. Mientras que los criterios de exclusión que se han tomado en cuenta para la selección son: **a)** investigaciones que involucren comorbilidades significativas con otros trastornos mentales o enfermedades físicas, **b)** Análisis de caso, cartas al editor u opinión de expertos, **c)** investigaciones con enfoques terapéuticos que no consideren el afrontamiento y **d)** artículos de acceso restringido.

Fuente de información y estrategia de búsqueda

Consecutivamente se empleó la búsqueda de artículos científicos utilizando las bases datos: Scopus, PudMed, Taylor&Francis SciElo, y Redalyc, donde se ejecutaron los términos “Estrategias de afrontamiento”, “Trastorno del consumo de alcohol”, “Alcoholismo”, “Psicoterapéutico”,

dichas palabras clave aseguraron un cribado más claro de los documentos y de mayor influencia en el medio científico, usando las siguientes combinaciones con operadores booleanos:

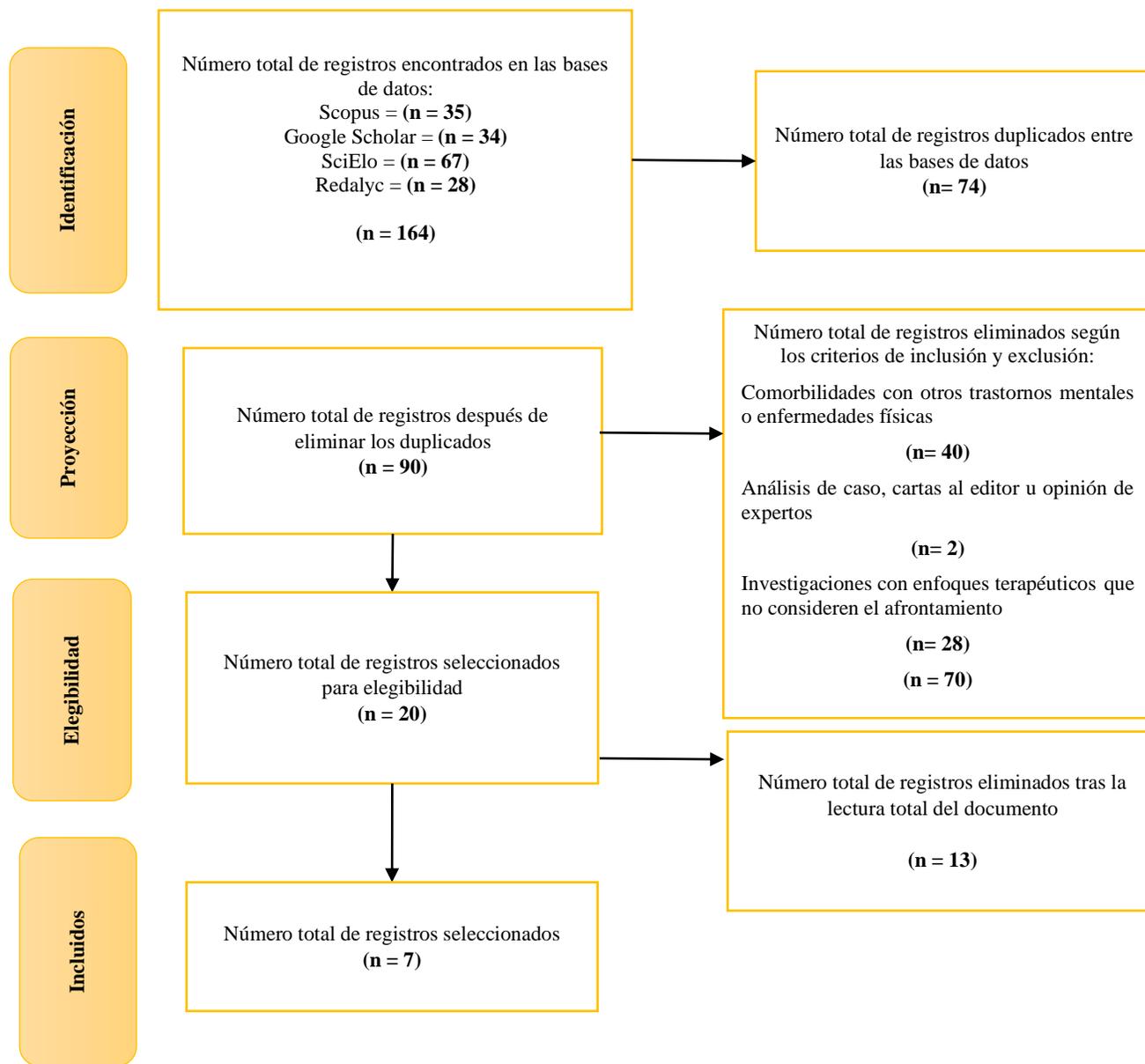
Tabla 1. Combinación de palabras clave para la búsqueda bibliográfica:

Palabra Clave	Operador	Combinación
Estrategias de afrontamiento	OR	“Estrategias de afrontamiento”
Trastorno del consumo de alcohol	AND	[AND]/ [OR] “Trastorno del consumo de alcohol”
Alcoholismo	OR	“Alcoholismo” [AND]/ [OR]
Psicoterapéutico	AND	“Psicoterapéutico”
Psicoterapéutico	OR	“Psicoterapéutico” [AND]/ [OR]
Estrategias de afrontamiento	AND	“Estrategias de afrontamiento”

Proceso de selección y extracción de estudios

En el desarrollo de esta investigación se encontraron un total de 164 artículos en las diferentes bases de datos, mismas que se muestran en el flujograma (*Figura 1*). Investigaciones que se analizaron con la ayuda de la herramienta informática Rayyan para optimizar el proceso de selección y extracción de los datos. De manera específica, una vez cargados en el software los artículos que cumplían con los criterios de inclusión en el programa, se procedió a la eliminación de los duplicados. A continuación, con la lectura del tema, el resumen o abstract, las palabras claves y resultados, se realizó un proceso de depuración de los artículos ajenos al objetivo de esta investigación. Al finalizar este proceso se seleccionaron un total de 7 artículos científicos que tienen información de estrategias de afrontamiento usadas en intervenciones psicoterapéuticas para el manejo del trastorno por consumo de alcohol.

Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de selección de artículos



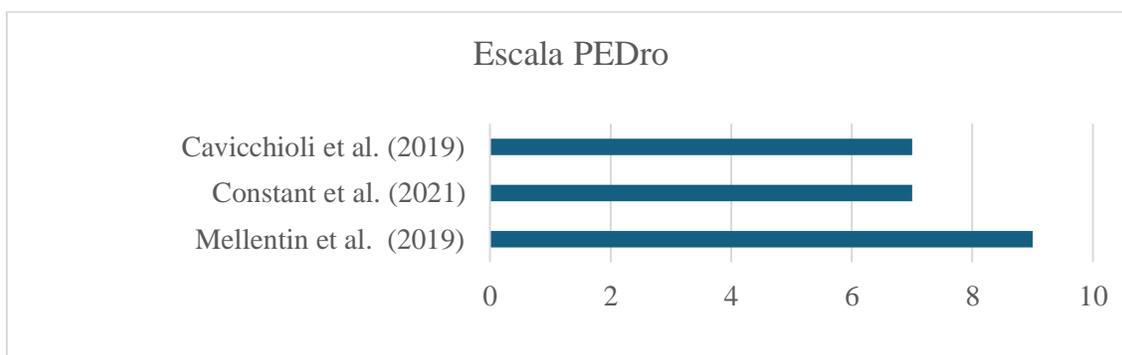
Calidad de los estudios

Un paso importante para el desarrollo de la investigación y para tener en cuenta la calidad de los estudios se ha utilizado dos escalas. En primera instancia se utiliza la escala PEDro para evaluar la calidad metodológica de los estudios clínicos, el uso de esta escala buscó garantizar que los estudios incluidos en la investigación cumplan con criterios de calidad, como la validez interna y la presentación clara de los resultados, basada en la lista Delphi desarrollada por Verhagen et al. (citado en García & Suárez, 2019), esta escala considera 11 ítems relacionados con el diseño del

estudio, como la aleatorización, el cegamiento y el análisis por intención de tratar; donde los resultados se exponen en la *Figura 2*.

Por otra parte, se usa la declaración STROBE la cual busca garantizar la calidad de la información en estudios observacionales enfocados en prevalencia, como los de corte, caso-control y transversales. Su propósito es apoyar a editores y revisores mediante una guía estructurada de 22 ítems que abordan aspectos clave del artículo, incluyendo el título, resumen, introducción, métodos, resultados y discusión (Da silva et al. 2013). Los mismos que se exponen en la *Figura 3*.

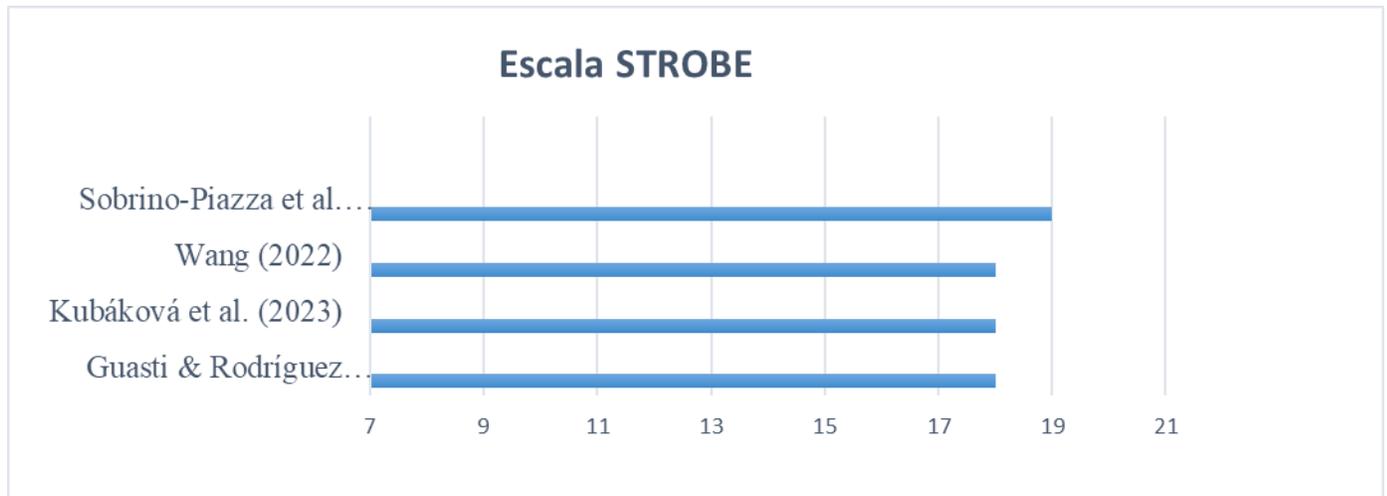
Figura 2. Evaluación de los estudios con la escala PEDro



Los 7 artículos analizados presentan puntuaciones superiores a 7.

En la escala PEDro, los valores mayores 7 indica que poseen una alta calidad metodológica, refleja que los estudios evaluados cumplen con los criterios esenciales para garantizar una adecuada validez interna, como el diseño experimental riguroso, el control de sesgos y un adecuado reporte de los resultados. Además, estos puntajes sugieren que los estudios han sido desarrollados de manera estructurada, asegurando la transparencia en su metodología y la consistencia en sus conclusiones, lo cual permite tener relaciones objetivas con el estudio.

Figura 3. Evaluación de los estudios con la escala PEDro



Tener una puntuación mayor a 18 en la evaluación con STROBE significa que los artículos analizados con esta escala tienen una calidad metodológica buena o muy buena, cumpliendo con la mayoría de los criterios establecidos para estos

Resultados

Tabla 2. Hallazgos de la revisión sistemática estudios.

N.º	País	Objetivo	Metodología: tipo de estudio y muestra	Características del consumo de alcohol	Estrategias de afrontamiento	Resultados
1	Ecuador	Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y consumo de alcohol en adultos.	Cuantitativa de tipo experimental, diseño correlacional y corte transversal. N= 121	Consumo de bajo riesgo. Consumo de riesgo. Perjudicial. Dependencia.	Solución de problemas. Búsqueda de apoyo social. Espera. Religión. Evitación emocional. Búsqueda de apoyo profesional. Reacción agresiva.	El uso frecuente de la evitación emocional condujo a un aumento en el consumo de alcohol.

					Evitación cognitiva. Reevaluación positiva. Expresión de dificultad de afrontamiento. Negación. Autonomía.	
2	Eslovaquia Kubáková et al. (2023)	Comparar las estrategias de afrontamiento entre pacientes con consumo nocivo de alcohol y un grupo control sin consumo nocivo.	Cuantitativa de tipo descriptivo y comparativo de grupos. N= 104	Consumo de bajo riesgo. Consumo de mayor riesgo. Consumo nocivo. Dependencia.	Estrategias de afrontamiento centradas en problema: afrontamiento activo, planificación, apoyo instrumental. Estrategias de afrontamiento centradas en las emociones: aceptación, apoyo emocional, humor, reencuadre positivo y religión. Estrategias de afrontamiento centradas la evitación: negación, autodistracción, consumo de sustancias, autculpa, desahogo y	Emplearon con mayor frecuencia estrategias de afrontamiento por evitación, lo que afectó su capacidad para mantener la abstinencia. Sin embargo, no se observaron diferencias entre los grupos en el uso de estrategias basadas en la emoción o en la solución de problemas.

						desconexión conductual.
3	Nueva Zelanda Wang (2022)	Correlacionar el nivel de emoción expresada, el estilo de afrontamiento y el malestar psicológico en personas con trastorno por consumo de sustancias.	Cuantitativa de tipo descriptivo y alcance correlacional. N=98	Dependencia de alcohol.	Estilo afrontamiento adaptativos: distante y racional. Estilos de afrontamiento maladaptativo s: emocional y evitativo.	El grupo experimental con TAC empleó menos estrategias de afrontamiento racional y distante que el grupo de control, y el malestar psicológico se asoció con estas estrategias.
4	Suiza. Sobrino-Piazza et al. (2021)	Evaluar la supervisión parental, la búsqueda de sensaciones y estrategias de afrontamiento en la predicción del TCA en la adultez temprana.	Estudio de cohorte prospectivo y longitudinal. cuantitativo N=4844	TAC. y	Afrontamiento activo. Negación.	Factor de riesgo para el TCA el uso frecuente de negación. Factor protector el afrontamiento activo.
5	Brasil. Constant et al. (2021)	Examinar la relación de la intervención motivacional breve entre las etapas motivacionales y las estrategias de afrontamiento para reducir el consumo de alcohol.	Cuantitativa de ensayo controlado aleatorizado prospectivo. N=40	Consumo de una mayor frecuencia. Aumento de tolerancia. Aumento de riesgo físico. Aumento de problemas personales. Reducir o detener el uso	Pensamiento positivo. Pensamiento negativo. Evitación/ Distracción. Apoyo social.	Fortalecimiento o de habilidades de afrontamiento y motivación generó reducción del consumo de alcohol.

de una droga
específica.

6	Suiza Mellentin et al. (2019)	Evaluar la Terapia de Exposición a Señales y Habilidades de Afrontamiento o mejora la eficacia de la TCC, y si la aplicación móvil es tan eficaz como en sesiones grupales.	Cuantitativa de ensayo controlado aleatorio y ciego. N=164	Consumo sensato. Abstinencia. Días de consumo alcohol. Días de consumo excesivo alcohol.	Espera. Pensar en las consecuencias negativas. Pensar en las consecuencias positivas. Consumo de alimentos y bebidas alternativos.	Habilidades de afrontamiento efectivas: controles activos.
7	Italia Cavicchio li et al. (2019)	Investigar el papel terapéutico de las estrategias de regulación emocional y afrontamiento en el tratamiento del TCA y otras sustancias.	Cuantitativa de ensayo clínico controlado con diseño cuasiexperiment al. N=108	TCA. Frecuencia de consumo.	Estrategias de afrontamiento adaptativas. Estrategias de afrontamiento desadaptativas .	La reducción de las estrategias de afrontamiento desadaptativas se consideró un mecanismo terapéutico para abordar las características centrales del TCA.

Nota: TCA= Trastorno por Consumo de Alcohol; IG=Intervención en grupo; GC=Grupo control; EA=Estrategias de afrontamiento

Resultados

De acuerdo con la revisión sistemática tenemos que para Guasti y Rodríguez (2023) en el estudio sobre las Estrategias de afrontamiento y consumo de alcohol en adultos, hacen énfasis en comprender cómo las EA afectan los hábitos de consumo de alcohol y la salud de la población adulta con de 81 hombres y 40 mujeres que tenían una edad promedio de 31.9 años, hallaron que las más comunes en los participantes fueron la búsqueda de apoyo profesional y la religión, y solamente el uso de evitación emocional se relacionó con un mayor consumo de alcohol.

Como refiere Kubáková et al. (2023) en su Análisis sobre estrategias de afrontamiento y consumo nocivo de alcohol en la población masculina, partieron de la premisa que las EA, así analizaron que las EA en 50 hombres con consumo dañino y 54 sin consumo de riesgo, resultando que los pacientes hospitalizados con consumo nocivo de alcohol utilizaron con mayor frecuencia el apoyo instrumental, apoyo emocional, autculpa, autodistracción, negación y uso de sustancias, en cambio, fueron más comunes en el grupo control las estrategia de aceptación, apoyo instrumental, reformulación positiva y humor.

La investigación sobre la Relación entre el afrontamiento y la emoción expresada en los consumidores de sustancias, elaborada por Wang (2022) consideró la relación entre el nivel de emoción expresada, los estilos de afrontamiento y el malestar psicológico en personas con TCA, se reclutaron a 42 adultos con historial de consumo problemático y 56 adultos no usuarios como grupo de control, encontrando que los participantes con TCA utilizaron estilos de afrontamiento emocional y de evitación, reportando menores niveles de apoyo emocional, y mayores niveles de crítica percibida, depresión, ansiedad y estrés, además la edad de inicio del consumo es un predictor importante del afrontamiento (menor de 18 años), los días de abstinencia de drogas son una predicción para la utilización de afrontamiento, los estilos de afrontamiento desadaptativo mostraron ser un factor de riesgo para el TCA en mayor medida que los entonos familiares disfuncionales.

Sobrino-Piazza et al. (2021) en el estudio sobre la vigilancia parental, disposiciones individuales y trastorno por consumo de alcohol con hombres jóvenes suizos, con un análisis de regresión logística en una muestra representativa de 4844 hombres jóvenes, determinaron que el afrontamiento activo, caracterizado por concentrar esfuerzos en hacer algo respecto a la situación y tomar acciones para tratar de mejorarla, es una forma de mitigar los efectos de la supervisión

parental inadecuada en el consumo del alcohol, mientras que el uso de estrategias de afrontamiento evitativas como la negación, se identificó como un factor de riesgo del TCA.

Dentro de los resultados obtenidos en la presente investigación, hay tres artículos que realizan análisis tanto de las estrategias de afrontamiento como de intervención terapéutica dentro del TCA. Por su parte, Constant et al. (2021) en Un ensayo clínico sobre una breve intervención motivacional para reducir el consumo de alcohol en el marco de un asesoramiento de apoyo mediante telesalud, que brindó asesoramiento y apoyo conductual a usuarios de drogas en Brasil mediante dispositivo telefónico, con 173 individuos, quienes después de 6 meses el 83,2% reportó abstinencia y destacando el papel del pensamiento positivo como estrategia de afrontamiento para dejar de consumir alcohol.

Mellentin et al. (2019) en Una aplicación para teléfonos móviles que ofrece terapia de exposición a señales (CET) como tratamiento posterior para los trastornos por consumo de alcohol: un ensayo controlado aleatorio sin autorización del investigador. Tuvo como objetivo evaluar si la CET como seguimiento mejoraba la eficacia del tratamiento primario con Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) y si su aplicación mediante una app móvil era tan efectiva como las sesiones grupales. Para ello, 164 participantes fueron asignados aleatoriamente a tres grupos: CET grupal, CET mediante una aplicación móvil y seguimiento habitual. Los resultados mostraron que ambos enfoques aumentaron el uso de EA después del tratamiento, pero este efecto disminuyó a los 6 meses. Además, no hubo diferencias significativas entre la CET grupal y la CET mediante aplicación. En conclusión, la CET no mejoró la eficacia del tratamiento primario,

Cavicchioli et al. (2019) El papel terapéutico de la regulación emocional y las estrategias de afrontamiento durante un programa de entrenamiento en habilidades de TCD independiente para el trastorno por consumo de alcohol y trastornos concurrentes por consumo de sustancias, mediante un programa de entrenamiento en habilidades de Terapia Dialéctica Conductual (DBT-ST) de tres meses que incluyó a 108 individuos con diagnóstico de TCA, destacaron que existe relación entre las estrategias de afrontamiento y la gravedad del trastorno, lo que sugiere que mejorar las habilidades adaptativas y reducir las desadaptativas es clave en el tratamiento del TCA.

Discusión

Los hallazgos revisados evidencian la importancia de las estrategias de afrontamiento en el tratamiento del trastorno por consumo de alcohol (TCA), destacando su impacto en la toma de

decisiones y en la reducción del consumo. Diversos estudios han demostrado que el fortalecimiento de estas estrategias puede mejorar la funcionalidad de los individuos en su proceso de recuperación. En este sentido, Cavicchioli et al. (2019) demostraron que el afrontamiento adaptativo ejerce un efecto indirecto protector sobre esta relación ($ab = .04$ [0.003 - 0.10]; $Z = 2.04$; $p < .05$). Específicamente, el uso de estrategias como el reencadre positivo, la aceptación y el pensamiento positivo contribuye a reducir el impacto de la desregulación emocional en el consumo de alcohol. En contraste, el afrontamiento desadaptativo mostró un efecto indirecto aún más marcado ($ab = .10$ [0.03 - 0.18]; $Z = 2.50$; $p < .05$), indicando que el uso de estrategias como la negación, la autculpa y el consumo de sustancias incrementa significativamente la influencia de las dificultades emocionales sobre la gravedad del consumo. A partir de estos hallazgos, los autores sugieren que el entrenamiento en habilidades de afrontamiento representa una herramienta terapéutica eficaz para reducir respuestas desadaptativas y mejorar la eficacia del tratamiento del TCA.

Este planteamiento es respaldado por el estudio de Guasti y Rodríguez (2023), quienes identificaron que la búsqueda de apoyo profesional y el uso de la religión son estrategias frecuentemente empleadas por quienes logran mantener un consumo controlado de alcohol, por otro lado, refiere que a mayor empleo de evitación emocional aumenta el nivel de consumo de alcohol ($Rho=0.191$, $p=0.036$). Existiendo relación con el estudio de Sobrino-Piazza et al. (2021) quienes refieren que los hombres jóvenes que utilizan estrategias como el afrontamiento activo pueden mitigar los efectos negativos de ciertos factores asociados al TCA, como la supervisión parental además se evidencia la presencia de negación ($OR = 1,15$, IC del 95 % = 1,01-1,31, valor $p = 0,039$), en alto nivel como factor de riesgo para el TCA. Estos hallazgos subrayan la relevancia de promover intervenciones centradas en el fortalecimiento de habilidades de afrontamiento adaptativas para mejorar la adherencia al tratamiento.

El afrontamiento desadaptativo continúa siendo un factor de riesgo en el consumo problemático de alcohol, lo que supone un desafío adicional para las intervenciones terapéuticas. Como menciona Wang (2022) que las personas con TCA reportaron un menor uso del afrontamiento racional ($t = -5,2$, $p < 0,001$, $d = 1,06$) y del afrontamiento desapegado ($t = -2,1$, $p = 0,04$, $d = 0,42$). Estos hallazgos son consistentes con los resultados de Kubáková et al. (2023), quienes identificaron que los individuos con consumo nocivo de alcohol tienden a recurrir con mayor frecuencia a las estrategias de afrontamiento evitativas ($t = -3,737$; $p < 0,001$). En contraste, aquellos sin problemas de consumo utilizan estrategias más adaptativas, como la aceptación y el humor. Estos resultados

sugieren que la evaluación del tipo de afrontamiento empleado por los pacientes puede ser clave para diseñar intervenciones más efectivas y personalizadas.

El uso de tecnologías para el tratamiento del TCA ha mostrado resultados mixtos, lo que sugiere que su efectividad depende del diseño de la intervención y su implementación a largo plazo. Mellentin et al. (2019) encontraron que tanto los participantes que recibieron la intervención CET individual (PMD 4,90, EE 2,26, $z = 2,17$, $p = 0,03$) como los del grupo CET (PMD 5,99, EE 2,59, $z = 2,31$, $p = 0,02$) usaron estrategias de afrontamiento con mayor frecuencia que el grupo control activo en el seguimiento posterior. En contraste, Constant et al. (2021) reportaron resultados positivos en un estudio realizado en Brasil, donde el apoyo conductual mediante dispositivos telefónicos se asoció con una alta tasa de abstinencia entre los participantes en donde se destaca el uso del pensamiento positivo como EA ($B = 1.77$, $p = .002$). Estas discrepancias sugieren que factores contextuales, la personalización del tratamiento y la continuidad del seguimiento pueden influir en la efectividad de las intervenciones tecnológicas en el tratamiento del TCA. Estas diferencias en los resultados apuntan a que la eficacia de las intervenciones tecnológicas no depende únicamente del medio utilizado, sino también de factores contextuales, la personalización del tratamiento y la implementación sostenida en el tiempo

En conjunto, los estudios revisados destacan la necesidad de fortalecer estrategias de afrontamiento adaptativas en las intervenciones para el TCA, minimizar el impacto del afrontamiento desadaptativo y explorar enfoques tecnológicos con una planificación más estructurada. Futuras investigaciones deberían centrarse en evaluar la eficacia de estos enfoques en poblaciones diversas y en desarrollar estrategias que integren tanto el apoyo profesional como herramientas tecnológicas para maximizar los resultados en la recuperación del consumo problemático de alcohol.

Este estudio presenta limitaciones que deben considerarse al interpretar sus hallazgos. En primer lugar, la heterogeneidad de los estudios incluidos en la revisión dificulta la comparación directa de resultados, ya que existen variaciones en las metodologías, muestras y enfoques terapéuticos utilizados. Además, algunos estudios presentan tamaños de muestra reducidos o no controlan adecuadamente variables como el contexto socioeconómico y el nivel de adherencia al tratamiento, lo que podría influir en la efectividad de las estrategias de afrontamiento analizadas. Futuros estudios deberían abordar estas limitaciones mediante diseños más rigurosos y un mayor control de variables que influyan en la efectividad de las intervenciones.

Conclusiones

El análisis realizado evidencia que los individuos emplean diversas estrategias de afrontamiento (EA) en respuesta al estrés y los conflictos, algunas de las cuales pueden contribuir al consumo de alcohol. Dentro de los estudios analizados, se identificó que estrategias como el apoyo social, la religión, la aceptación, la reformulación positiva, el humor, el pensamiento positivo, la espera, la reflexión sobre consecuencias y el consumo de alimentos y bebidas favorecen la reducción o eliminación del trastorno por consumo de alcohol (TCA). En contraste, estrategias como la evitación emocional, la negación, el apoyo emocional, la autculpa y la autodistracción están asociadas con un aumento en el consumo de alcohol, siendo el apoyo instrumental y la evitación las más desadaptativas. Por otro lado, estrategias como la reformulación positiva, la aceptación y la búsqueda de apoyo profesional se consideran adaptativas y beneficiosas en el proceso de recuperación.

Estos hallazgos resaltan la importancia de orientar los procesos psicoterapéuticos hacia el fortalecimiento de estrategias adaptativas y la reducción de aquellas desadaptativas para mitigar la sintomatología del TCA. Asimismo, se recomienda integrar herramientas tecnológicas en las intervenciones, ya que pueden facilitar el aprendizaje y la aplicación de estrategias efectivas. Comprender el papel de las estrategias de afrontamiento en el consumo de alcohol es clave para diseñar tratamientos personalizados que aumenten la eficacia de la recuperación y prevengan recaídas.

Referencias

1. Bello, I., Peterson, P., Martínez, A., & Sánchez, L. (2021). Estrategias de afrontamiento: efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia del COVID-19. *Ciencia y Sociedad*, 46(4), 31-48. <https://doi.org/10.22206/cys.2021.v46i4.pp31-48>
2. Camacho, J., Fría, M., López, K., García, J., González, P., & Lopez, J. (2024). Estrés percibido y consumo de alcohol en indígenas. *Enfermería Global*, 23(73), 182-205. <https://doi.org/10.6018/eglobal.575661>
3. Carver, CS, Scheier, MF y Weintraub, JK (1989). Evaluación de estrategias de afrontamiento: un enfoque basado en la teoría. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 267–283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>

4. Cavicchioli, M., Movalli, M., Vassena, G., Ramella, P., Prudenziati, F., & Maffei, C. (2019). The therapeutic role of emotion regulation and coping strategies during a stand-alone DBT Skills training program for alcohol use disorder and concurrent substance use disorders. *Addictive Behaviors*, 98(106035), 106035. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106035>
5. Constant, H. M. R. M., Figueiró, L. R., Signor, L., Bisch, N. K., Barros, H. M. T., & Ferigolo, M. (2014). Tradução, adaptação transcultural e validação de conteúdo da versão em português do Coping Behaviours Inventory (CBI) para a população brasileira. *Cadernos de Saúde Pública*, 30, 2049-2056. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00176513>
6. Constant, H. M. R. M., Ferigolo, M., Barros, H. M. T., & Moret-Tatay, C. (2021). A clinical trial on a brief motivational intervention in reducing alcohol consumption under a telehealth supportive counseling. *Psychiatry Research*, 303(114068), 114068. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114068>
7. Crisóstomo, Y., Armendaríz, N., Aguilar, H., Hernández, G., & García, M. (2023). Estrategias de afrontamiento al estrés en jóvenes consumidores de drogas: revisión integradora. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4), 2477-2493. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7068
8. Da Silva, I., & Marti, A. (2021). Efectos del consumo de alcohol por atracones en el cerebro adolescente. *Revista Española de Drogodependencias*, 46(4), 14-28. <https://doi.org/10.54108/red.2021.46.04.001>
9. Días, E. N., & Pais-Ribeiro, J. L. (2019). O Modelo de Coping de Folkman e Lazarus: Aspectos Históricos e Conceituais. *Revista Psicologia E Saúde*, 11(2), 55–66. <https://doi.org/10.20435/pssa.v11i2.642>
10. González, A., & Jurado, M. D. (2022). Estrategias de afrontamiento en los conflictos entre adolescentes: Revisión sistemática. *REMIE: Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 12(2), 146-170. <https://doi.org/10.447/remie.8383>
11. González, S., Palomera, R., & Lázaro, S. (2021). Empatía, estilos de afrontamiento y actitudes hacia el consumo como factores de protección del consumo intensivo de alcohol y el policonsumo en la adolescencia. *Psicología conductual. Revista internacional de psicología clínica y de la salud*, 29(2), 313-330. <https://doi.org/10.51668/bp.8321206s>

12. Guasti, N., & Rodríguez, M. (2023). Estrategias de afrontamiento y consumo de alcohol en adultos. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 882-893. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.303>
13. Hernández, F. A., & Ortiz, G. G. (2021). Terapia de reforzamiento comunitario en el tratamiento del alcoholismo: una revisión sistemática. *Pro Sciences: Revista de Producción, Ciencias e Investigació*, 5(41), 209-229. <https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol5iss41.2021pp209-229>
14. Jiménez, H. (2022). Satisfacción con la vida y estrategias de afrontamiento asociadas a los estadios de cambio en adicciones en un centro especializado de tratamiento en consumo de alcohol y otras drogas. *Universidad Peruana Cayetano Heredia*. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3090625>
15. Kubáková, K., Vesel Ganoczyová, P., & Chylová, M. (2023). Copingové stratégie a škodlivé užívanie alkoholu v mužskej populácii [Coping strategies and risk alcohol consumption in male population]. *Česká a Slovenská Psychiatrie*, 119(1), 9–16. <https://psycnet.apa.org/record/2023-81532-001>
16. Morán, C., Landero, R. & González, M.T. (2010). COPE-28: un análisis psi-cométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9 (2), 543-552 <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/revPsycho/article/view/285/473>
17. Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5(1), 210. <https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4>
18. Londoño, N. H., Henao López, G. C., Puerta, I. C., Posada, S., Arango, D., & Aguirre-Acevedo, D. C. (2006). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. *Universitas psychologica*, 5(2), 327-350. <https://www.researchgate.net/publication/28136255>
19. López, V., Montalván, A., Díaz, A., Scott, G., & Ramos, A. (2023). Uso de Alcohol o Sustancias Durante la Cuarentena: Sintomatología Psicopatológica y Estrategias de Afrontamiento. *Revista Caribeña De Psicología*, 7(1), e7457e. <https://doi.org/10.37226/rcp.v7i1.7457>
20. Mellentin, A. I., Nielsen, B., Nielsen, A. S., Yu, F., Mejlidal, A., Nielsen, D. G., & Stenager, E. (2019). A Mobile Phone App Featuring Cue Exposure Therapy As Aftercare

- for Alcohol Use Disorders: An Investigator-Blinded Randomized Controlled Trial. *JMIR mHealth and uHealth*, 7(8), e13793. <https://doi.org/10.2196/13793>
21. Marín, M., Arias, F., López, J., & Rubio, G. (2019). Trastornos por consumo de alcohol. *Medicine - Programa de Formación Médica Continuada Acreditado*, 12(85), 4993-5003. <https://doi.org/10.1016/j.med.2019.09.004>
22. Méndez, M., Rangel, D., Alvarado, Y., Mendoza, A., Herrera, A., Cortés, J., . . . Prospéro, O. (2022). Función de la impulsividad en el trastorno por consumo de sustancias. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 15(1), 83-93. <https://doi.org/10.21500/19002386.5390>
23. Naciones Unidas contra la Droga y el Delito. (2022). El Informe Mundial sobre las Drogas 2022 destaca las tendencias del cannabis posteriores a su legalización, el impacto ambiental de las drogas ilícitas y el dependencia de drogas entre las mujeres y las personas jóvenes. UNOC. <https://www.unodc.org/unodc/es/press/releases/2022/June/unodc-world-drug-report-2022-highlights-trends-on-cannabis-post-legalization--environmental-impacts-of-illicit-drugs--and-drug-use-among-women-and-youth.html>
24. Opalach, C., Romszki, J., Jaracz, M., Kutcha, R., Borkowska, A., & Bucinski, A. (2016). Coping Styles and Alcohol Dependence among Homeless People. *PLoS One*, 11(6), e0162381. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0162381>
25. Pilco, G., Santos, D., Erazo, L., & Ponce, C. (2021). Análisis del nivel de consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Revista PUCE*(112), 65-82. <https://www.revistapuce.edu.ec/index.php/revpuce/article/view/356>
26. Ponce, C., Pilco, G., Santos, D., & Erazo, L. (2021). Alteración de la salud mental y consumo de alcohol en estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo. *Revista Médica-Científica CAMBIOS HECAM*, 20(1), 39-43. <https://doi.org/10.36015/cambios.v20.n1.2021.635>
27. Robles, S. (2018). Estrategias de afrontamiento y calidad de vida en estudiantes universitarios consumidores de alcohol de una universidad privada de Trujillo. *Universidad Politécnica Nacional*. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/13177>

28. Roger, D., Jarvis, G., & Najarian, B. (1993). Detachment and coping: The construction and validation of a new scale for measuring coping strategies. *Personality and Individual Differences*, 15(6), 619-626.
29. Rodas, L. J. (2020). Factores de riesgo para el consumo de alcohol en adultos guatemaltecos. *Revista Médica UV*, 20(2), 7-26. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=100266>
30. Sánchez, J. (2021). Alcohol Use Disorder in Immigrant Patients: 2-Years of Follow-up Treatment. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 49(3), 114-123. <https://actaspsiquiatria.es/index.php/actas/article/view/330>
31. Sarango, R. (2021). Habilidades de afrontamiento para la conducta de beber (HACB). Como tratamiento para el alcoholismo. *Revista Científica Arbitrada En Investigaciones De La Salud GESTAR*, 4(8), 315-323. <https://doi.org/10.46296/gt.v4i8edesp.0049>
32. Sobrino-Piazza, J., Foster, S., Estévez-Lamorte, N., & Mohler-Kuo, M. (2021). Parental Monitoring, Individual Dispositions, and Alcohol Use Disorder: A Longitudinal Study with Young Swiss Men. *International journal of environmental research and public health*, 18(18), 9938. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189938>
33. Soriano, J., & Jiménez, D. (2022). Predictores del consumo de alcohol en adolescentes: una revisión sistemática de estudios transversales. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(4), 73-86. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.04.006>
34. Victoriano, A., Hernández, G., Mateo, Y., González, M., & Rivas, V. (2020). Estrategias de Afrontamiento Familiar y la Prevalencia del Consumo de Alcohol en Adolescentes de Secundaria. *Horizonte sanitario*, 19(1). <https://doi.org/10.19136/hs.a19n1.3397>
35. Wang, G. Y. (2022). The Relationship between Coping and Expressed Emotion in Substance Users. *Journal of Clinical Medicine*, 11(19), 5766. <https://doi.org/10.3390/jcm11195766>