

Recibido: 15/3/17 Aceptado: 31/3/17

Actividad física y consumo de alcohol en Las Fuerzas Armadas y Cuerpos de Seguridad del Estado

Physical activity and alcohol consumption in the Armed Forces and State Security Corps

Autores:

San Román-Mata, S⁽¹⁾.; Martínez-Martínez, A⁽²⁾.; Ubago-Jimenez, J.L.⁽³⁾.; Puertas-Molero, P⁽³⁾.; Pérez-Cortés, A. J⁽³⁾ y González-Valero, G⁽³⁾.

Institución:

- (1) Facultad de Enfermería de Melilla, Universidad de Granada. silviasanroman@ugr.es
- (2) Facultad de Educación, Economía y tecnología de Ceuta, Universidad de Granada
- (3) Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Granada

Resumen:

Los profesionales encargados de velar por la seguridad del país, son las Fuerzas Armadas que junto con las Fuerzas de Seguridad del Estado aseguran la seguridad a la ciudadanía. Su trabajo requiere en multitud de ocasiones un alto nivel de concentración en el desempeño de sus tareas, con la finalidad de prevenir el máximo número de problemas.

Es por ello relevante nuestro estudio sobre el consumo de alcohol en estos profesionales, ya que el consumo de dicha sustancia nociva, además de ser perjudicial para la salud y afectar a la calidad de vida, puede ser agente causal de incidentes de diversa índole.

Concluyendo que los datos obtenidos en relación al consumo de bebidas alcohólicas y la realización de actividad física en las Fuerzas Armadas y Cuerpos de Seguridad del Estado se encuentran en unos niveles óptimos para el mantenimiento de la salud y buen desempeño de su profesión.

Palabras Clave:

Salud, sustancias nocivas, ejército, calidad de vida

Abstract:

The professionals responsible for ensuring the security of the country, are the Armed Forces that together with the State Security Forces ensure security to the citizens. His work requires on many occasions a high level of concentration in the performance of his tasks, in order to prevent the maximum number of problems.

It is therefore relevant our study on alcohol consumption in these professionals, since the consumption of said harmful substance, besides being detrimental to health and affect the quality of life, can be causal agent of incidents of various kinds.

Concluding that the data obtained in relation to the consumption of alcoholic beverages and the performance of physical activity in the Armed Forces and State Security Corps are at optimal levels for the maintenance of the health and good performance of their profession.

Key Words:

Health, harmful substances, army, quality of life

1. INTRODUCCIÓN

Los profesionales encargados de velar por la seguridad del país, defendiendo el territorio nacional y la Constitución española, entre otros aspectos, son las Fuerzas Armadas que junto con las Fuerzas de Seguridad del Estado aseguran la seguridad a la ciudadanía. Su trabajo requiere en multitud de ocasiones un alto nivel de concentración en el desempeño de sus tareas, con la finalidad de prevenir el máximo número de problemas. Es por ello relevante estudiar el consumo de alcohol en estos profesionales, ya que el consumo de dicha sustancia nociva, además de ser perjudicial para la salud y afectar a la calidad de vida, sigue siendo uno de los factores de riesgo cardiovascular más

San Román-Mata, S.; Martínez-Martínez, A.; Ubago-Jimenez, J.L.; Puertas-Molero, P.; 304 Pérez Cortés, A. J. (2017). Actividad física y consumo de alcohol en Las Fuerzas Armadas y Cuerpos de Seguridad del Estado. *Trances*, 9(supl 1):303-314

acentuado (Laclaustra-Gimeno *et al.*, 2006), relacionado con la obesidad (Romeo *et al.*, 2007) y pudiendo ser agente causal de incidentes de diversa índole, afectando de esta forma al propio individuo y a terceras personas (Rehm *et al.*, 2009). Así mismo el consumo de alcohol está vinculado con el bajo rendimiento o productividad en las tareas o labores a realizar (Mezquita *et al.*, 2016; Vinader-Caerols, *et al.*, 2014).

Del mismo modo que el consumo de alcohol puede influir en el inicio del consumo de otro tipo de drogas (Agrawal, *et al.*, 2010; Lee *et al.*, 2015; Míguez y Becoña, 2015), la actividad física puede actuar como factor de protección y de disminución del consumo de alcohol (Castro *et al.*, 2015).

Es un hecho que el consumo de alcohol en estos profesionales perjudica a dicho gremio, siendo considerado como una de las causas que provocan accidentes y contratiempos no deseados (Martínez-Lorca *et al.*, 2010). De tal forma que desde el año 2000 existe un Plan General de Prevención de Drogas, además de los planes específicos de cada cuartel del Ejército de Tierra, del Aire y de la Armada (Martínez, *et al.*, 2009).

Así mismo, en este tipo de profesionales hay que tener en cuenta que la actividad física es una de las variables y condicionantes para el buen desarrollo de su labor, además de aportar beneficios en relación a la calidad de vida (Espejo *et al.*, 2016) y favoreciendo el desarrollo físico, social y psicológico (Murgui *et al.*, 2016).

En base a lo señalado anteriormente se plantea la importancia de conocer que parámetros pueden incidir en el consumo de alcohol y la actividad física. Así, los objetivos del presente estudio son:

- Describir el consumo de alcohol de las Fuerzas Armadas y Cuerpos de Seguridad del Estado.
- Exponer el tipo de actividad física practicada por los participantes del estudio.
- Relacionar los parámetros descritos.

2. METODOLOGÍA

Tipo de estudio

Se ha realizado un estudio de tipo cuantitativo, descriptivo y transversal.

Muestra

La muestra final, quedo conformada por 180 profesionales de las Fuerzas Armadas y Cuerpos de Seguridad del Estado: militares, guardias civiles, policías nacionales y locales en activo durante el año 2016 en diferentes contextos.

Variables

Para la realización de la investigación se han utilizado las siguientes variables:

- Sexo : Hombre / Mujer
- Tipo de Deporte: Individual con contacto, individual sin contacto, colectivo con contacto, colectivo sin contacto, ninguno.
- Frecuencia de ingesta de bebidas con alcohol: Nunca, una vez al mes, 2-4 veces al mes, 2-3 veces por semana, más de 4 veces por semana
- Nº de bebidas ingeridas en día típico: 1-2, 2-4, 5-7, 7-9, 10 o más.
- Frecuencia de ingesta de 6 bebidas o más: Nunca, menos de 1 vez al mes, mensualmente, semanalmente, diario o casi a diario.
- Cuerpo de seguridad: Militar, Guardia civil, Policía Nacional y Policía Local.
- Religión: ateo, agnóstico, cristiano, musulmán, ninguna.

Instrumentos

Para el análisis de las variables anteriores, se emplearon los siguientes instrumentos de medida:

Cuestionario sociodemográfico de tipo “ad hoc”. En el que se tuvo en cuenta el sexo, el cuerpo de seguridad o fuerza armada al que pertenecía cada participante, el año y lugar de nacimiento, el lugar de destino, la práctica de deporte y el tipo de deporte practicado.

Consumo de alcohol. “Cuestionario AUDIT”. El test consta de 10 preguntas sobre la frecuencia del consumo de alcohol para determinar el consumo de esta sustancia nociva.

Procedimiento

Para la obtención de los datos, se realizó un cuestionario en la plataforma Google drive establecido para tal fin. Previo a la realización del mismo, se procedió a tener diversas reuniones informativas con responsables de la seguridad del estado, para que difundiesen entre sus compañeros de trabajo el propósito del estudio, a la par que les aseguraban que su cumplimentación cumplía con todos los criterios éticos establecidos por las normas de confidencialidad de datos y anonimato de Helsinki (1964).

Los participantes de diferentes contextos cumplimentaron los cuestionarios de forma anónima y voluntaria en la plataforma digital constituida para tal propósito.

Análisis de los datos

Para el análisis estadístico se utilizó el software IBM® SPSS Statistics 22.0. Para los descriptivos básicos se emplearon frecuencias mientras que las relaciones entre variables se determinaron a través de tablas de contingencia. La significatividad de las relaciones se determinó en $p \leq 0,05^*$

3. RESULTADOS

Tal y como se puede observar en la tabla 1, de los 180 participantes, en relación al sexo, un 85,6% son hombres frente al 14,4% de mujeres. En cuanto al Cuerpo de Seguridad o Fuerza Armada, el 42,2% son militares, el 17,8% son guardias civiles, el 22,2% son policías locales y un 17,8% pertenecen a la policía local. Siendo la religión católica la mayor profesada por un 76,1% de los participantes.

DESCRIPTIVOS BÁSICOS

Sexo	Hombre	85,6% (n=154)
	Mujer	14,4% (n=26)
Cuerpo de seguridad	Militar	42,2% (n=76)
	Guardia civil	17,8% (n=32)
	Policía local	22,2% (n=40)
	Policía nacional	17,8% (n=32)
Religión	Ateo	7,8% (n=14)
	Agnóstico	12,2% (n=22)
	Cristiano	76,1% (n=137)
	Musulmán	2,8% (n=5)
	Ninguna	1,1% (n=2)
DEPORTE PRACTICADO		
	Individual S/C	69,4% (n=125)
	Individual C/C	7,8% (n=14)
	Colectivo S/C	7,2% (n=13)
	Colectivo C/C	11,1% (n=20)
	Ninguno	4,5% (n=8)

Tabla 1. Descripción de la Muestra y deporte practicado.

DESCRIPTIVOS DEL CONSUMO DE ALCOHOL		
Frecuencia de ingesta	Nunca	8,3% (n=15)
	1 vez / mes	31,7% (n=57)
	2 – 4 veces / mes	36,1% (n=65)
	2 – 3 veces / semana	16,1% (n=29)
	Más de 4 veces / semana	7,8% (n=14)
	Nº bebidas en día típico	1 – 2
3 – 4		36,1% (n=65)
5 – 6		8,3% (n=15)
7 – 9		2,8% (n=5)
10 o más		2,2% (n=4)
Frecuencia de ingesta (+ de 6 bebidas)	Nunca	60,0% (n=108)
	Menos de 1 vez / mes	30,6% (n=55)
	Mensualmente	6,7% (n=12)
	Semanalmente	2,2% (n=4)
	Diario / Casi diario	0,6% (n=1)

Tabla 2. Descripción global del consumo de Alcohol

Cuerpo de seguridad del Estado/ Fuerzas Armadas

	Militar	Guardia civil	Policía local	Policía nacional	Sig.	
Frec. de ingesta	Nunca	5,3% (n=4)	12,5% (n=4)	12,5% (n=5)	6,2% (n=2)	0,244
	1 vez / mes	25,0% (n=19)	31,2% (n=10)	35,0% (n=14)	43,8% (n=14)	
	2-4 veces / mes	39,5% (n=30)	34,4% (n=11)	37,5% (n=15)	28,1% (n=9)	
	3-2 veces / semana	17,1% (n=13)	21,9% (n=7)	7,5% (n=3)	18,8% (n=6)	
	Más de 4 veces / semana	13,2% (n=10)	0,0% (n=0)	7,5% (n=3)	3,1% (n=1)	
Nº bebidas en día típico	1 – 2	43,4% (n=33)	46,9% (n=15)	50,0% (n=20)	71,9% (n=23)	0,036*
	3 – 4	36,8% (n=28)	40,6% (n=13)	45,0% (n=18)	18,8% (n=6)	
	5 – 6	11,8% (n=9)	12,5% (n=4)	2,5% (n=1)	3,1% (n=1)	
	7 – 9	6,6% (n=5)	0,0% (n=0)	0,0% (n=0)	0,0% (n=0)	
	10 o más	1,3% (n=1)	0,0% (n=0)	2,5% (n=1)	6,2% (n=2)	
Frec. de ingesta (+ de 6 bebidas)	Nunca	40,8% (n=31)	62,5% (n=20)	82,5% (n=33)	75,0% (n=24)	0,003*
	Menos de 1 vez / mes	46,1% (n=35)	31,2% (n=10)	10,0% (n=4)	18,8% (n=6)	
	Mensualmente	10,5% (n=8)	6,2% (n=2)	2,5% (n=1)	3,1% (n=1)	
	Semanalmente	1,3% (n=1)	0,0% (n=0)	5,0% (n=2)	3,1% (n=1)	
	Diario / Casi diario	1,3% (n=1)	0,0% (n=0)	0,0% (n=0)	0,0% (n=0)	

Tabla 3. Descripción de la frecuencia de consumo de alcohol por cuerpo de seguridad del estado /Fuerzas Armadas

En relación a la actividad física, un 4,5% de los sujetos no llevan cabo ninguna actividad deportiva. Así mismo, de aquellos que practican deporte, un 70% prefieren una actividad individual sin contacto.

Por otro lado se aprecia un alto porcentaje de individuos que consumen alcohol ocasionalmente entre 2 y 4 veces al mes, siendo el número de bebidas ingeridas entre 1 y 2 (Tablas 2 y 3), resultando el gremio de los militares los que obtienen porcentajes superiores al resto de cuerpos de seguridad, seguidos de la policía local y la guardia civil.

Destacar que existen diferencias significativas en cuanto a la relación de los cuerpos de seguridad del Estado y Fuerzas Armadas y la Frecuencia de

Ingesta de 6 de más bebidas (0,003) y el número de bebidas en un día típico (0,036).

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En consonancia con nuestro estudio, Martínez , *et al.* (2009), obtienen unos valores óptimos de consumo de alcohol en los militares de tropa y marinería de las fuerzas armadas españolas en su investigación desarrollada durante los años 2002 al 2006, que ven reducido el consumo de dicha sustancia de manera progresiva. Hecho que podría verse influido por la existencia de un Plan General de Prevención de Drogas, además de los planes específicos de cada cuartel del Ejército de Tierra, del Aire y de la Armada (Martínez, *et al.*, 2009).

Por otro lado, Morales *et al.*, (2014) desarrollan una investigación en relación al consumo de alcohol con un grupo de alumnos de un centro de formación de Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, cuyos resultados indican que el 90% de los participantes son conscientes de los efectos nocivos de dicha sustancia pero el 20% han llevado a cabo tareas peligrosas o temerarias habiendo consumido alcohol. Una explicación posible a esta circunstancia puede ser a causa de la edad ya que la mayoría de los alumnos son demasiado jóvenes. Es por ello necesario que se mantengan implantados y actualizados los programas de prevención.

No se ha analizado el sexo como variable de estudio, ya que puede existir algún sesgo en el estudio comparativo entre hombres y mujeres por tratarse de un grupo de Cuerpos de Seguridad del Estado donde los participantes son 154 hombres y 26 mujeres. Además, se debe resaltar la complejidad presentada a la hora de completar y establecer la discusión debido a la escasez y casi inexistencia de literatura relacionada con nuestro estudio, por lo que debemos que ser cautos con nuestros resultados. En este sentido Benavides, Riuz-Fores *et al.*, (2013) corroboran la escasez de investigaciones acerca el consumo de alcohol en el medio laboral, sobre todo y teniendo en cuenta la importancia de

estar concentrado en el desempeño de ciertas actividades que podrían desencadenar graves accidentes. Del mismo modo, Manrique y Zurián (2012) manifiestan la insuficiencia de estudios relacionados con la calidad de vida de los policías españoles y limitados estudios a nivel internacional.

Concluimos pues, que los datos obtenidos en relación al consumo de bebidas alcohólicas y la realización de actividad física en las Fuerzas Armadas y Cuerpos de Seguridad del Estado se encuentran en unos niveles óptimos para el mantenimiento de la salud y buen desempeño de su profesión. Independientemente de ello, se proponen nuevas líneas futuras de investigación acerca del consumo de alcohol en estos profesionales para poder contrarrestar los datos existentes en la actualidad y complementar información sobre otros parámetros además de la actividad física, relacionados con la salud y calidad de vida.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Agrawal, A., Silberg, J.L., Lynskey, M.T., Maes, H.H., y Eaves, L.J. (2010). Mechanisms underlying the lifetime co-occurrence of tobacco and cannabis use in adolescent and young adult twins. *Drug and Alcohol Dependence*, 108,49-55.
2. Benavides, F.G., Ruiz-Fores, N., Declós, J., y Domingo-Salvany, A. (2013). Consumo de alcohol y otras drogas en el medio laboral en España. *Gaceta Sanitaria*, 27(3), 248-253.
3. Castro, M., Zurita, F., Chacón, R., Martínez-Martínez, A., Espejo, T. y Álvaro, J. I. (2015). Sustancias nocivas y clima motivacional en relación a la práctica de actividad física. *Health and Addictions*, 15(2),115-126.
4. de Helsinki, D. (2004). Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. *Adoptada por la*, 18, 20-3.

5. Espejo, T., Martínez, A., Chacón, .R., Zurita, .F., Castro, M., y Cachón, J. (2017). Consumo de alcohol y actividad física en adolescentes de entorno rural. *Health and addictions* 17(1), 97-105.
6. Laclaustra-Gimeno, M., González-García, M. P., Casanovas-Lenguas, J. A., Luengo-Fernández, E., León-Latre, M., Portero-Pérez, P., Ferreira-Montero, I. J. (2006). Evolución de los factores de riesgo cardiovascular en jóvenes varones tras 15 años de seguimiento en el estudio academia general militar de Zaragoza (AGEMZA). *Revista Española De Cardiología*, 59(7), 671-678.
7. Lee, C. K., Corte, C., Stein, K.F., Park, C. G., Finnegan, L. y McCreary, L. L. (2015). Prospective effects of possible selves on alcohol consumption in adolescents. *Research in Nursing and Health*, 38(1), 71-81.
8. Manrique, C. C. M., y Zurián, J. C. V. (2012). Calidad de vida en policías: Avances y propuestas. *Papeles Del Psicólogo*, 33(1), 60-67.
9. Martínez-Lorca, M., Alonso-Sanz, C., y Montañés-Rodríguez, J. (2010). Consumo de tabaco, alcohol y cannabis en adolescentes castellano-manchegos. *Revista Española De Drogodependencias*, 35(1), 78-91.
10. Martínez Ruiz, M., Tarranco Robles, M., y Gutierrez Ortega, C. (2009). Patrón de consumo, actitudes y percepción del riesgo de alcohol de los militares profesionales de tropa y marinería de las fuerzas armadas españolas. *Sanidad Militar*, 65(4), 221-230.
11. Mezquita, L., Stewart, S., Kuntsche, E., y Grant, V. (2016). Estudio transcultural del modelo de cinco factores de motivos de consumo de alcohol en universitarios españoles y canadienses. *Adicciones*, 28(4), 215-220.
12. Mígez, M.C., y Becoña, E. (2015). ¿El consumo de cigarrillos y alcohol se relaciona con el consumo de cannabis y el juego problema en adolescentes españoles? *Adicciones*, 27(1), 8-16.

13. Montero, I. y León, O.G. (2005). Sistema de clasificación del método en los informes de investigación en Psicología. *Internacional Journal of Clinical and Health Psychology*, 5, 115-27.
14. Morales Bonilla, J., Arandojo Morales, M., García Cuesta, J., y Orbañanos Peiro, L., (2014). Consumo de alcohol y tabaco entre los alumnos de un centro de formación de fuerzas y cuerpos de seguridad del estado. *Sanidad Militar*, 70(4), 248-255.
15. Murgui, S., García, C. y García, A. (2016). Efectos de la práctica deportiva en la relación entre las habilidades motoras, el autoconcepto físico y el autoconcepto multidimensional. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 19-25.
16. Rehm, J., Mathers, C., Popova, S., Thavornchoensap, M., Teerawattananon, Y., Patra, J. (2009). Global burden of disease and injury and economic cost attributable to alcohol use and alcohol-use disorders. *Lancet*, 373(9682), 2223-2233.
17. Romeo, J., González-Gross, M., Wärnberg, J., Díaz, J.E., Marcos, A. (2007). ¿Influye la cerveza en el aumento de peso?: Efectos de un consumo moderado de cerveza sobre la composición corporal. *Nutrición Hospitalaria*, 22(2), 223-228.
18. Vinader-Caerols, C., Monleón, S., y Parra, A. (2014). Efectos fisiológicos y psicológicos de una alta dosis de alcohol en hombres y mujeres jóvenes. *Adicciones*, 26, 238–246.

