

HOSPITAL PROVINCIAL GENERAL DOCENTE
"DR. ANTONIO LUACES IRAOLA"
CIEGO DE ÁVILA



Prevención de los problemas relacionados con el alcoholismo en adolescentes

Prevention of the problems related with the alcoholism in teens

Manuel Agustín Pérez de Corcho Rodríguez (1), León Mármol Sónora (2), Gudelia García Díaz (3), Marisel Vizcay Castilla (4).

RESUMEN

Se realizó una investigación, con el objetivo fundamental de aplicar una estrategia de intervención educativa dirigida a adolescentes para prevenir riesgo y problemas relacionados con el alcoholismo, caracterizar los factores de riesgo del consumo de alcohol en adolescentes y validar la contribución de la estrategia de intervención educativa en el índice de adolescentes que consumen esta sustancia en el municipio Ciego de Ávila, mediante un enfoque claro y preciso; para mejorar su comprensión se efectuó una exhaustiva revisión bibliográfica en las principales bases de datos, la que se compararon con la literatura nacional y extranjera actualizada, lo que permitió concluir que para prevenir los problemas relacionados con el alcoholismo hay que trabajar en la educación sobre las consecuencias del consumo de bebidas que contienen alcohol.

Palabras clave: ALCOHOLISMO/prevención y control, ADOLESCENTE.

1. Especialista de 2do Grado en Medicina Interna. Máster en Urgencias Médicas. Máster en Atención Primaria de Salud. Máster en Enfermedades Infecciosas. Investigador Agregado. Profesor Auxiliar.
2. Especialista de 2do Grado en Psiquiatría. Máster en Ciencias. Dr. en Ciencias Médicas. Profesor Titular.
3. Licenciada en Defectología. Máster en Educación Especial. Máster en Ciencias de la Educación. Doctora en Ciencias Pedagógicas. Profesora Auxiliar.
4. Licenciada en Filosofía Marxista. Ingeniera Informática. Máster en Ciencias. Profesora Auxiliar.

INTRODUCCIÓN

Existe un alto índice de adolescentes que consumen alcohol en Ciego de Ávila, con poca información y conocimiento en los familiares en cuanto al daño que puede provocar el alcohol en los adolescentes, considerados bebedores de riesgo alto, comentario no publicado (1).

Los padres o tutores toman medidas inadecuadas con estos (castigos, represiones, maltrato verbal y material), muestra de que desconocen las medidas educativas para prevenir estos problemas.

Los expertos plantean que el uso masivo de bebidas alcohólicas se debe a un desconocimiento de los daños que producen (2-5).

Se conoce que las estrategias de intervención educativas son eficaces para el control del uso de sustancias psicotrópicas.

Por tanto se justifica que con una estrategia de intervención educativa se aumenta el conocimiento en familiares y adolescentes, lo que podría evitar el uso de sustancias psicotrópicas en ellos (1).

En la adolescencia el niño se individualiza, crea valores como adultos y comienza la independencia del seno familiar. El alcohol es un obstáculo para el desarrollo de los jóvenes, en su evolución hacia la adultez madura. El consumo excesivo de bebidas que contienen alcohol por los jóvenes es un problema de salud emergente y su solución es una prioridad.

Se ha estudiado el comportamiento de los adolescentes en relación con el consumo de bebidas que contienen alcohol, además se han elaborado estrategias en el Programa de

prevención de la conducta dependiente del alcohol desde el año 1985, el cual se actualizó en octubre de 2007, argumentado por las teorías de los expertos.

La familia representa su papel en la infancia y los compañeros en la adolescencia, así como el nivel socioeconómico y los medios de comunicación que influyen en las actitudes y creencias del uso de alcohol (1-6).

Durante el año 2006 en Ciego de Ávila se incorporó la categoría problemas relacionados con el alcohol (PRA) al trabajo preventivo, se aplicaron estrategias educativas en la población y se estratificó según sexos y edades, que incluyó a los adolescentes (7).

La adolescencia es un periodo en el cual la vigilancia de los patrones de conducta exige alta responsabilidad familiar y colectiva para evitar el consumo abusivo del alcohol (1-6), importante problema de salud pública y la prevención es una de las prioridades en las políticas de salud, donde influyen los factores psicosociales que guardan relación estrecha entre el consumo de alcohol y los factores del entorno sociocultural de alta complejidad (1, 8), que implica no solo el sufrimiento de la persona y su familia, ya que involucra a la comunidad (1, 9).

El consumo exagerado de alcohol tiene asociación causal con otros problemas donde figuran los accidentes de tránsito, violencia, accidentes en el hogar y en el trabajo, consumo de drogas ilegales, sin que exista abuso o dependencia en dichas asociaciones, a lo que se añade una conducta sexual de riesgo (1, 10).

El riesgo del alcohol al desencadenar una muerte prematura como consecuencia de los trastornos que produce, su aumento es muy preocupante en Cuba, por lo que debe evitarse, ya que acarrea costos económicos importantes en el seno familiar y en la comunidad, al dejar de ser productivo el individuo que lo padece, al peligrar su incorporación a la sociedad y la economía nacional al convertirse la persona en un parásito social, al cual se le hace rechazo, en todas las esferas de la comunidad.

La caracterización de las consecuencias sociales que produce el incremento del consumo de alcohol en Cuba, constituye un problema, al cual se le debe prestar atención y no descuidar en la política actual de la sociedad que se pretende construir. En Cuba no existe la discriminación racial, étnica, ni de género, tampoco la prostitución, la drogadicción, la violencia y la explotación infantil que son problemas que enfrentan los adolescentes en el mundo capitalista.

La herramienta principal para la prevención a partir de la detección temprana de los adolescentes proclives al consumo de bebidas que contienen alcohol; significa lograr mejor calidad de vida en la población adolescente al estar estos libres de la ingestión de esta droga (1, 7).

Aprueba la Organización Mundial de la Salud (OMS) estrategia contra consumo excesivo de alcohol. La OMS adopta una estrategia mundial para reducir el consumo nocivo de alcohol a través de políticas de salud pública, basado en su comienzo a edades juveniles y su vínculo con trastornos cardiovasculares, cirrosis hepática y varios tipos de cáncer, lo que provoca la muerte de 2,3 millones de personas cada año, de las que 320 000 son jóvenes de 15 a 29 años, el vínculo entre la ingesta de alcohol y el riesgo de padecer el SIDA y la tuberculosis, también el consumo de alcohol es responsable de la mayoría de los accidentes del tránsito, la violencia y el suicidio (3-4).

Desde el punto de vista social, el profesor de medicina, tiene la responsabilidad como pedagogo, de promover salud, física y psicológica, como forjador de nuevas generaciones, debe considerar a la adolescencia y la juventud como edades proclives, en cuanto a consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales, especialmente la adolescencia, que presenta conductas totalmente inmaduras y es aquí donde se establece una relación de diálogo o de colaboración, para formar la personalidad de sus educandos, ayuda al estudiante a conocerse y desarrollar en él, valores sociales, morales, del futuro profesional, para lograr una personalidad madura y saludable, que constituye un antídoto contra el consumo de sustancias psicotrópicas.

Los efectos nocivos del alcohol, hablan de la ineficacia de las vías de solución, como problema de gran envergadura mundial, que cada día toma más adictos, se destaca como un aspecto negativo desde el punto de vista social y una dificultad fundamental de la comunidad.

De gran interés clínico, es la frecuente comorbilidad entre los problemas relacionados con el alcohol y otros trastornos mentales, que obliga a plantear lo que ha venido a denominarse diagnóstico dual (1).

Probado está que los problemas relacionados con el alcohol es un trastorno que aumenta entre los adolescentes y muchas veces comienza en la niñez, porque los patrones de hábitos éticos de los hijos se parecen mucho a la de los padres, con una influencia genética, demostrada en varios estudios, con riesgo de problemas relacionados con el alcohol entre un 25 a 50% de hijos y hermanos dependientes del alcohol (11-21).

La comunidad científica con su estado responsable es la encargada de prevenir los efectos nocivos del alcohol, de la sociedad en que vive y lucha, por nuevas metas, que garanticen el bienestar de la especie humana.

Las ciencias clínicas médicas en Cuba, han evolucionado sobre la base de la importancia ética del contexto social y su cultura, para prevenir las distintas dolencias, se debe conocer a quien se atiende o trata y cuáles son sus problemas sociales, antes de interrogar los signos y síntomas, esta es la vía principal para evitar la dependencia del alcohol.

Un profesional debe de ser un promotor de cambios y transformaciones, para poder llegar al contexto social en que se desarrolla el hombre que aún no se puede catalogar como dependiente del alcohol, pero que está en vías de serlo.

Hay que tener en cuenta la condición biológica, social y personal del hombre, los trastornos biológicamente cambiantes, influenciados por el ambiente como fenómeno social, condicionados por estructuras socioeconómicas e integradas en patrones socioculturales concretos y como vivencias personales existentes en cada situación histórica.

Para motivar el pensamiento creador en cuanto a la significación política de los efectos nocivos del alcohol como problema social de la ciencia y la tecnología en ciencias de la salud, hay que hacer énfasis en los procesos sociales que están modelados por una constelación de circunstancias económicas, políticas, educativas y religiosas, que hacen poner en práctica los conocimientos adquiridos a través de la historia de la humanidad.

La naturaleza familiar de los problemas relacionados con el alcohol es conocida desde la antigüedad. Así, Plutarco, en su obra "Vidas paralelas", ya demuestra que la tendencia hacia la bebida que encontramos en los hijos se asemeja a la de los padres.

La novedad de la investigación revela nuevas relaciones y regulaciones en la dinámica de la prevención de los problemas relacionados con el alcohol.

El aporte social es fortalecer el vínculo salud-sociedad perfeccionar los indicadores de la prevención de los problemas relacionados con el alcohol en adolescentes en su carácter humanista, al lograr su expansión hacia otros sectores de la sociedad, pues en las condiciones actuales esta constituye la herramienta principal a partir de la detección temprana de los adolescentes proclives al consumo de bebidas alcohólicas; lo que significa lograr mejor calidad de vida en la población adolescente al estar estos libres de la ingestión de esta droga. Fortalecer la formación de valores y papel educador en los adolescentes con riesgos y problemas relacionados con el alcohol al perfeccionar la formación cultural desde el punto de vista educativo y social para lograr posteriormente un adolescente libre de adicción. Adiestrar a la familia y a los docentes en la labor de prevención a partir de un plan de acción comunitario materializado en los problemas relacionados con el alcohol en adolescentes, factible para desarrollarse desde el hogar y el propio proceso docente, al permitir una mayor calidad de las actividades formativas como parte del rol de los factores sociales identificados principalmente con los estudiantes y el resto de la comunidad.

El objetivo fundamental es aplicar una estrategia de intervención educativa dirigida a adolescentes para prevenir riesgo y problemas relacionados con el alcohol, caracterizar los factores de riesgo del consumo de alcohol en adolescentes y validar la contribución de la estrategia de intervención educativa en el índice de adolescentes que consumen alcohol en el municipio Ciego de Ávila (1).

DESARROLLO

El estado de la temática a investigar se relaciona con un problema científico identificado en la práctica médica "Consumo de bebidas alcohólicas en la población adolescente", cuya solución constituye una de las líneas priorizadas del MINSAP (2. Calidad de vida. Prevención y control de la conducta alcohólica).

Es prioridad social prevenir en los adolescentes no solo los efectos nocivos que tiene el alcohol para la salud; sino también su consumo, de ahí la importancia de la prevención de los problemas

relacionados con el alcohol en adolescentes, que no deben consumir bebidas que contienen alcohol hasta después de los 18 años, lo que es inadecuado y abusivo. Existe el consumo normal de alcohol (abstemios y consumo social), que pudieran llegar a consumidores de riesgo, con los cuales hay que actuar enérgicamente para evitar entrar en la categoría de consumo anormal o dependientes del alcohol.

Al realizar una valoración del contexto local, nacional y mundial, en Ciego de Ávila, la población adolescente consume bebidas que contienen alcohol en la mayoría de las ocasiones sin motivo para festejar, sin saber los efectos nocivos que les puede acarrear, en Cuba la juventud adquiere el mal hábito de consumir alcohol, muchas veces por imitar a sus mayores y en el mundo el consumo exagerado de alcohol, es en todas las edades de la vida (1, 7), con más importancia en los más jóvenes, con un incremento notable desde finales de los años 60 (22).

La estrategia de intervención educativa dirigida a adolescentes para prevenir riesgo y problemas relacionados con el alcohol, permite el auto control de gran número de los consumidores excesivos de bebidas que contienen alcohol, al facilitar la incorporación de los dependientes del alcohol hacia programas de tratamiento especializado.

Para evitar el consumo de alcohol en los adolescentes del municipio Ciego de Ávila, se propone la siguiente estrategia de intervención educativa:

Escala de los factores predictivos de la dependencia del alcohol

Psicológicos

1. Sentimientos de inutilidad.
2. Pérdida de autoestima.
3. Alteraciones perceptivas.
4. Alteraciones de la memoria.
5. Trastornos del sueño.
6. Trastornos del apetito.
7. Alteraciones de la motricidad.
8. Presencia de ilusiones paranoides.
9. Síntomas depresivos subyacentes.

Clínicos

1. Cefalea.
2. Vómitos.
3. Mareos.
4. Acidez.
5. Dolor abdominal.
6. Pérdida de peso.
7. Palpitaciones.
8. Astenia.
9. Mialgias.

Factores de riesgo de la dependencia del alcohol

1. Inmadurez e inseguridad.
2. Malas relaciones sociales.
3. Comportamiento inadecuado en la comunidad.
4. Inadaptación social.
5. Pérdida del apoyo familiar.

Marcadores de riesgo

1. Adolescentes (e/n 10 y 19 años).
2. Adulto joven (e/n 20 y 60 años).
3. Sexo femenino (1, 7).
4. Morfotipo racial blanco (22).

Grupos de riesgo de la dependencia del alcohol en población adolescente

1. Hijos de dependientes del alcohol.
2. Hermanos de dependientes del alcohol.
3. Sin vínculo estudiantil.
4. Sin vínculo laboral.
5. Sin amparo familiar.
6. Estudiantes con riesgo académico.
7. Celebración con bebidas que contienen alcohol sin motivo (1, 7).

Escala de riesgo de los efectos nocivos del alcohol

1. Nutrición: Deficiencias de folato, tiamina, piridoxina, niacina, riboflavina, magnesio, zinc, calcio y proteínas.
2. Cerebro: Trastornos neuropsiquiátricos, encefalopatía hepática, síndrome de Wernicke-Korsakoff (originado por un déficit de tiamina, que sólo un subgrupo de personas lo desarrollan, quizás por un cambio genéticamente determinado de la enzima transcetolasa), trastorno de Marchiafava-Bignami (que cursa con desmielinización del cuerpo calloso), demencia dependiente del alcohol.
3. Nervio: Neuropatía.
4. Sistema digestivo: Esofagitis, gastritis y pancreatitis.
5. Hígado: Esteatosis hepática, hepatitis, cirrosis hepática y hepatocarcinoma.
6. Sistema cardiovascular: Hipertensión arterial.
7. Corazón: Miocardiopatías y arritmias.
8. Sistema hemolinfopoyético: Anemia, leucopenia, trombocitopenia y macrocitosis.
9. Sistema endocrino: Síndrome de Cushing, atrofia testicular y amenorrea.
10. Trastornos metabólicos: Hipoglucemia, Hiperlipidemias, Hiperuricemia.
11. Desequilibrio hidroelectrolítico: Hipermagnesemia e hipofosfatemia.
12. Trastorno ácido base: Cetoacidosis.
13. Sistema osteomioarticular
14. Músculo: Miopatía.
15. Óseo: Osteopenia.
16. Cáncer: Principalmente digestivo.
17. Conflictos sociales: Dependencia, maltrato infantil, maltrato al adulto mayor, violencia de pareja, violencia juvenil, pérdida de motivación hacia la vida, pérdida del proyecto de vida, pérdida de amigos, deterioro del funcionamiento de la familia, desempleo, problemas legales, costos económicos por trastornos orgánicos, ausentismo laboral y suicidio.
18. Síndrome de abstinencia de etanol (alcohol): Delirium tremens, que se caracteriza por despertar agitado, confusión, desorientación global, insomnio, alucinaciones amenazadoras vividas y delirios (1-3, 7).

Existen evidencias de aspectos significativos del consumo excesivo de alcohol en las mujeres adolescentes, donde inciden factores biológicos y socioculturales en la predisposición para ingerir bebidas que contienen alcohol, con el ánimo de evadir situaciones emocionales negativas, causadas por restricciones socio-culturales, el estrés postraumático, la violencia doméstica y la tensión premenstrual, este problema obedece a la falta de conocimientos con respecto al uso indebido de alcohol.

En la estrategia efectuada en la comunidad, se enfatiza, que el papel de la madre dependiente del alcohol, puede ser fuente de disfunción en adolescentes, que asumen responsabilidades maternas en perjuicio de su desarrollo emocional.

Los programas de prevención de los problemas relacionados con el alcohol se basan en medidas informativas y educativas, que no son eficaces para disminuir la incidencia de problemas relacionados con el alcohol juvenil o de inicio precoz, por lo que cabe plantear nuevas estrategias de información preventiva, dirigidas preferentemente a los adolescentes.

Cuando existe evidencia de factores predictivos de la dependencia del alcohol, el centro para el desarrollo académico de las drogodependencias (CEDRO), brinda a los dependientes ayuda para evitar los problemas relacionados con el alcohol y los trastornos causados por las bebidas que contienen alcohol (1, 7).

MÉTODO

Se realizó una investigación aplicada, explicativa y longitudinal, con el objetivo de aplicar una estrategia de intervención educativa dirigida a adolescentes para prevenir riesgo y problemas relacionados con el alcohol, en una población de 494 personas con una muestra es de 427 adolescentes del Preuniversitario Urbano "Pedro Valdivia Paz", del municipio Ciego de Ávila con riesgo de problemas relacionados con el alcohol, en el periodo comprendido noviembre de 2010 a julio de 2012.

Como métodos estadísticos se empleó la estadística descriptiva en la presentación de los resultados para lograr una mejor comprensión de los mismos, así como el análisis para procesar toda la información cuantitativa de la investigación. Las actividades de grupos focales se realizaron por etapas, se consultaron un grupo de expertos en encuentros científicos, con profesionales de experiencia en el tema, en las etapas de elaboración y/o validación al respecto. Se procesaron a través de medios automatizados se utilizó una computadora Laptop con paquete de programa compatible. Todos los datos obtenidos se compararon con la literatura nacional y extranjera actualizada. Otras técnicas empleadas fueron, la presentación en estudios de postgrado y eventos científicos.

CONCLUSIONES

La estrategia de intervención educativa en adolescentes del Preuniversitario Urbano "Pedro Valdivia Paz", del municipio Ciego de Ávila, se aplicó por el interés de los profesores y familiares de los adolescentes, demostró que para prevenir los problemas relacionados con el alcohol hay que evitar el consumo de bebidas que contienen alcohol, al permitir el auto control de los consumidores excesivos y facilitar la incorporación de los dependientes del alcohol hacia programas de tratamiento especializado.

ABSTRACT

An investigation was carried out, with the aim to apply an adolescent strategy of educational intervention aimed at prevented risk and problems related to alcohol, to characterize the risk factor of alcohol consumption in teens and to validate the contribution of the strategy of educational intervention in teens's rate consume alcohol in Ciego of Avila municipality, by means of an obvious and precise perspective, for a better understanding, an exhaustive bibliographic revision was carried out in the principal data bases, which were compared with the updated national and foreigner literature, what allowed to conclude that to warn the problems related with the alcohol is to inform about the consequences of the consumption of drinks that contain alcohol.

Key words: ALCOHOLISM/prevention and control, ADOLESCENT.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Mármol Sónora L, Ocaña Leal AI, Díaz Hernández Y. Intervención focal educativa preventiva del alcoholismo femenino en el área norte de Ciego de Ávila en el año 2005. MediCiego [Internet]. 2007 [citado 19 Oct 2012]; 13(1): [aprox. 8 p.]. Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol13_01_07/articulos/a3_v13_0107.htm
2. Vida saludable. Efectos del alcohol en el cuerpo [Internet]. MedlinePlus; 2009 [actualizada 4 Sep 2009; citada 23 Sep 2009]. [aprox. 9 pantallas]. Disponible en: <http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/ency/article/002393.htm>
3. Organización Mundial de la Salud. Estrategia contra consumo excesivo de alcohol. Ginebra: OMS; 2010.
4. Riesgo Moreno C. Consumo de alcohol en los jóvenes (Editorial). Evid Pediatr [Internet]. 2007 [citado 19 Oct 2012]; 3: 2. Disponible en: <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2798602.pdf>

5. Martínez Leiva A, Castillo Rojas L, Guevara Sanabria M, Gutiérrez Villa N, Perdomo Gómez A. Caracterización socio-psicológicas de los pacientes del grupo de ayuda mutua de alcoholismo en el municipio Morón. MediCiego [Internet]. 2009 [citado 12 Feb 2009]; 16(Supl.1):[aprox. 8 p.]. Disponible en: http://bvs.sld.cu/revistas/mciego/vol16_supl1_10/articulos/t-5.html
6. Pons J, Buelga S. Factores asociados al consumo juvenil de alcohol: una revisión desde una perspectiva psicosocial y ecológica. *Intervención Psicosocial. Rev Igualdad Calidad Vida*. 2011; 20(1):75-94.
7. Mármol Sónora L. Intervención educativa para disminuir riesgos y problemas relacionados con el alcohol en población femenina de Ciego de Ávila [Internet]. 2009 [citado 19 Oct 2012] [aprox. 20 pantallas]. Disponible en: <http://tesis.repo.sld.cu/255/>
8. Fiestas F, Ponce J, Gallo C, Bustamante I, Ordóñez C, Guido Mazzotti G. Factores predictores de uso problemático de alcohol en personas atendidas en una sala de emergencia. *Rev Peru Med Exp Salud Publ* [Internet]. 2011 [citado 12 Feb 2011]; 28(1):[aprox. 8 p.]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/S1726-46342011000100009>
9. Nutt DJ, King LA, Phillips LD. Drug harms in the UK: a multicriteria decision analysis. *Lancet*. 2010; 376(9752):1558-65.
10. Galvez Buccollini JA, Paz Soldan VA, Herrera PM, DeLea S, Gilman RH. Gender differences in sex-related alcohol expectancies in young adults from a peri-urban area in Lima, Peru. *Rev Panam Salud Publ*. 2009; 25(6):499-505.
11. Fitts PM. The information capacity of the human motor system in controlling the amplitude of movement. *J Exp Psychol* [Internet]. 2010 [citado 12 Feb 2011]; 47(6):381-391. Disponible en: http://lib.zstu.edu.cn/res_base/lib_com_www/upload/article/file/2010_3/7_13/nti8gbji4gtq.pdf
12. Tadlock D. *Read right! Coaching your child to excellence in reading* [Internet]. Nueva York: McGraw-Hill; 2005. Disponible en: http://books.google.es/books?id=tuE_1BuSws0C&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false
13. Scott K, Nelsestuen E, Autio T, Deussen M. Hanita. Eevaluation of read right in omaha middle and high schools 2009-2010. *Educ Northw* [Internet]. 2010 [citado 4 Abr 2011]. [aprox. 12 pantallas]. Disponible en: http://educationnorthwest.org/webfm_send/902
14. Ceratto PA. Alcoholismo en adolescentes de la toma (provincia de San Luis) [Internet]. Córdoba; 2010 [citado 4 Abr 2011] [aprox. 86 pantallas]. Disponible en: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=589548&indexSearch=ID>
15. Hermoso H. Realización de un reportaje investigativo sobre el alcoholismo en Venezuela. Caso: alcoholismo en adolescentes de la ciudad de Caracas [Internet]. 2012 [citado 27 Feb 2013] [aprox 20 pantallas]. Disponible en: <http://saber.ucv.ve/123456789/1845>
16. Chi MT, Feltovich PJ, Glaser R. Categorization and representation of physics problems by experts and novices. *Cognit Sci* [Internet]. 1981 [citado 4 Abr 2011]; 5(2):121-152. Disponible en: <http://matt.colorado.edu/teaching/highcog/spr10/readings/cfg81.pdf>
17. Tenenbaum G, Bar-Eli M. Decision-making in sport: a cognitive perspective. En: Singer RN, Murphey M, Tennant LK. Editores. *Handbook of research on sport psychology*. New York: Macmillan; 1999. p. 171-192.
18. Beilock SL, Carr TH, MacMahon C, Starkes JL. When Paying Attention Becomes Counterproductive: Impact of Divided Versus Skill-Focused Attention on Novice and Experienced Performance of Sensorimotor Skills. *J Experim Psychol* [Internet]. 2002 [citado 4 Abr 2011]; 8(1): 6-16. Disponible en: http://hpl.uchicago.edu/Publications/papers_reprints/JEPA2002.pdf
19. Anderson JR. *The architecture of cognition* [Internet]. Cambridge: Harvard University Press; 1993 [citado 4 Abr 2011]. [aprox. 10 pantallas]. Disponible en: <http://www.questia.com/PM.qst?a=o&d=26311635>
20. Anderson JR. *Rules of mind* [Internet]. Hillsdale: Erlbaum; 1993 [citado 4 abr 2011] [aprox. 12 pantallas]. Disponible en: <http://www.questia.com/PM.qst?a=o&d=26170922>

21. Palacios B. Propuesta de un programa radial dirigido por la enfermera comunitaria contra el alcoholismo en personas y comunidad ambulatorio urbano II Sarriá, municipio Libertador, Caracas, 2do semestre 2006 [Internet]. 2011 [citado 23 Feb 2013] [aprox. 30 pantallas]. Disponible en: <http://saber.ucv.ve/123456789/464>
22. Galán Beiro GM. Caracterización de drogodependientes cubanas que ingresan en el hospital psiquiátrico de La Habana, 2007. Rev Hosp Psiquiatr Habana [Internet]. 2008 [citado 15 Feb 2012]; 5(3): [aprox. 8 p.]. Disponible en: <http://www.revistahph.sld.cu/hph0308/hph030508.html>