

FLOW Y REALIZACIÓN PERSONAL COMO FACTORES PROTECTORES DEL CONSUMO DE ALCOHOL EN JÓVENES DEPORTISTAS

FLOW AND SELF-FULFILLMENT AS PROTECTIVE FACTORS OF ALCOHOL CONSUMPTION IN YOUNG ATHLETES

Perez-Gaido, Mauro¹; Corti, Juan F.²; Miscusi, Agustín³; Schmidt, Vanina⁴

RESUMEN

El consumo de alcohol en población joven representa una problemática de salud pública de gran prevalencia. Se examina la asociación del Flow y la Realización Personal en el deporte con un menor consumo de alcohol. Fueron evaluados 362 deportistas (57.2% varones) de entre 14 a 29 años pertenecientes a distintos equipos deportivos del AMBA y se realizaron correlaciones no paramétricas y regresiones logísticas según género y edad. Los resultados revelaron que ambas experiencias deportivas se asociaron con un menor consumo de alcohol, principalmente en varones mayores de 18 años. En este grupo, los modelos logísticos fueron significativos para predecir la frecuencia de consumo y presencia de consumo episódico excesivo de alcohol a través de la realización personal. Los modelos para varones menores de 18 y mujeres no resultaron significativos. Estos hallazgos contribuyen al entendimiento de la función del deporte en la posible protección del consumo de alcohol.

Palabras clave:

Flow, Realización personal, Deporte, Alcohol, Jóvenes.

ABSTRACT

Alcohol consumption among youth represents a highly prevalent public health problem. The association of Flow and Self-Fulfillment in sport with lower alcohol consumption is examined. 362 athletes (57.2% male) between 14- and 29-years old belonging to different AMBA sports teams were evaluated and non-parametric correlations and logistic regressions were performed controlling by gender and age. Results revealed that both sports experiences were associated with lower alcohol consumption, mainly in males over 18 years old. In this group, logistic models were significant in predicting drinking frequency and presence of heavy episodic drinking through Self-Fulfillment. The models for men under 18 and women were not significant. These findings contribute to the understanding of how sport can protect against alcohol consumption.

Keywords:

Flow, Self-fulfillment, Sport, Alcohol, Youth.

¹Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Argentina. Universidad Nacional de Tres de Febrero (UNTREF), Argentina. Email: mauro.perezgaido@gmail.com

²Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Instituto de Investigaciones.

³Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Instituto de Investigaciones.

⁴Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Argentina. Universidad de Buenos Aires (UBA), Facultad de Psicología, Instituto de Investigaciones. Universidad Abierta Interamericana (UAI), Argentina.

El consumo de alcohol es actualmente una de las problemáticas con mayor impacto negativo en la salud de los adolescentes y adultos emergentes de nuestra región (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2018). En Argentina, el consumo de esta sustancia sigue en aumento y con modalidades de ingesta cada vez más riesgosas. El patrón que más preocupa es el denominado consumo episódico excesivo de alcohol (CEEA), que implica beber una gran cantidad de alcohol (más de 5 UBs=60 gr/cc de alcohol puro) en una sola ocasión o período breve (3 a 4 horas). Los niveles más altos de consumo se encuentran en jóvenes de 18 a 24 años, aunque también preocupa la población adolescente (12 a 18 años) ya que en los últimos años se registra un consumo a edades cada vez más tempranas (el 77.1% de los adolescentes de 13 a 15 años consumió alcohol por primera vez antes de los 14 años) y mayor frecuencia de CEEA (40% de los/as que consumidores exhiben un patrón de este tipo; Ministerio de Salud de la Nación [MSAL], 2018). Además, en la actualidad, las adolescentes mujeres muestran cifras de consumo equiparables a las de los varones (MSAL, 2019; Secretaría de Políticas Integrales sobre Drogas de la Nación Argentina [SEDRONAR], 2017).

Se ha propuesto al deporte como una actividad capaz de proteger del consumo de alcohol (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito [UNODC], 2014; OPS, 2010). Sin embargo, muchas investigaciones han encontrado evidencia que muestra que la práctica deportiva en equipo predice mayor consumo de alcohol en adolescentes (Brunborg et al., 2022; Kwan et al., 2014; West et al., 2020). La hipótesis con la que se trabaja actualmente es que no sería el deporte en sí mismo lo que contribuye a disminuir el consumo de alcohol, sino las experiencias positivas vividas durante su práctica (González et al., 2016; Schmidt et al., 2019).

En el deporte, se ha reportado un tipo de experiencia subjetiva óptima denominada flow (o experiencia óptima de fluir) que se define como un estado en el que la persona está tan involucrada que únicamente se concentra en lo que está haciendo (Csikszentmihalyi, 1990). La actividad por sí misma es tan placentera que las personas la realizan a pesar del cansancio o esfuerzo que la misma conlleva. En este sentido, se trata de una experiencia autotélica ya que la actividad se realiza por la gratificación y disfrute que produce, sin necesidad de recompensas externas (Csikszentmihalyi, 1990; Raimundi et al., 2021). La experiencia de flow en el deporte y la actividad física se ha asociado con diversas variables de salud y bienestar (Stoll y Ufer, 2021), como la motivación intrínseca y el compromiso (Jackson y Roberts, 1992), autoconcepto y habilidades psicológicas para el deporte (Jackson et al., 2001), bajos niveles de ansiedad (Jackson et al., 1998), satisfacción vital, afecto positivo y menor afecto negativo (Habe et al., 2021), reducción de emociones negativas y aumento de las positivas en población con depresión (Reinhardt et al., 2008). Hasta la fecha no se han encontrado investigaciones que brinden información sobre la relación entre el flow y el consumo de alcohol, por lo que se convierte en una vía de investigación interesante. Sin embargo,

estudios previos han hallado que el disfrute en el deporte (variable fuertemente asociada a la experiencia de flow) se asocia negativamente a una frecuencia usual de consumo, problemas relacionados con el alcohol y CEEA (Magidson et al., 2017; Schmidt et al., 2022a). Es importante destacar que es el nivel de disfrute lo que se asocia con el consumo de alcohol y no la frecuencia de realización de la actividad (Magidson et al., 2017).

La experiencia óptima de flow implica la asunción consciente de un reto con sentido para la vida de las personas y, de este modo, contribuye a la felicidad y a la realización personal (Csikszentmihalyi, 1990). Esta última se define como el grado de gratificación en relación a la consecución de aspiraciones y metas importantes para la persona (D'Souza et al., 2015). Aunque no se hayan encontrado investigaciones que relacionen la variable de realización personal con el consumo de alcohol, sí se ha estudiado el comportamiento de variables conceptualmente similares (e.g., propósito, sentido vital, satisfacción vital) y consumo de alcohol, augurando otra vía de investigación prometedora. Por ejemplo, en población adolescente el sentido vital se relacionó negativamente con el consumo excesivo de alcohol (Lecci et al., 2002), problemas relacionados con su consumo (i.e. malas calificaciones, resacas, problemas sociales, problemas psicológicos; Huang et al., 2010; Stritzke y Butt, 2001), a la vez que se asoció positivamente con comportamientos saludables como la actividad física (Öztekín y Tezer, 2009) y el control de la dieta (Myrin y Lagerström, 2006). También se encontró evidencia alentadora en el sentido inverso, esto es una relación entre un sentido vital bajo y consumo excesivo de alcohol (Rainer, 1997; Waisberg y Porter, 1994).

Con el propósito de encontrar nuevos factores de protección, el presente estudio se propone indagar si el flow y la realización personal asociados a la práctica deportiva, se vinculan a un menor consumo de alcohol en población joven. A partir de los antecedentes presentados, se hipotetiza que tanto el flow como la realización personal se relacionan negativamente con la frecuencia de consumo de alcohol, la presencia de CEEA y la frecuencia de CEEA. Asimismo, se evaluará el rol moderador de la edad y el género.

Método

Participantes

La muestra de deportistas estuvo compuesta por 362 participantes de entre 14 y 29 años ($M = 18.2$, $DT = 3.09$) de ambos géneros (57.2% varones), pertenecientes a distintos equipos deportivos del AMBA. Los deportes que practicaban eran balonmano (23.48%), hockey sobre hierba (22.93%), rugby (15.19%), fútbol (13.26%), voleibol (11.05%), futsal (9.12%) y basquetbol (4.98%). Los/as deportistas tenían un promedio de 8.24 años practicando deporte ($DT = 4.71$) y la mayoría entrenaba 3 veces por semana (34.9%). En la Tabla 1 se resume la distribución de la muestra según edad y género, comprendiendo la edad de los adolescentes entre 14 y 18 años inclusive y la de los adultos emergentes entre 19 y 29 años.

Tabla 1. Distribución de la muestra según edad y género.

	Varones	Mujeres
Adolescentes	141	81
Edad*	16.13 (1.29)	16.48 (1.20)
Adultos emergentes	66	74
Edad*	20.64 (2.25)	22 (2.51)

* Se indica el promedio y desviación típica

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico y de situación con la actividad físico-deportiva. Diseñado ad hoc, conteniendo variables como: genero, edad, deporte, frecuencia semanal de entrenamiento y tiempo practicando su deporte.

Flow State Scale 2 [(FSS-2), Jackson y Eklund (2002)], para su uso con adolescentes argentinos (Leibovich, Maglio, y Gimenez, 2013). Posee 25 ítems y evalúa las nueve características que componen la experiencia óptima de flow planteada por Csikszentmihalyi (1990). Al tratarse de la versión “estado” de la escala, el participante debe responder sobre la última vez que realizó la actividad. Para el presente estudio, se obtuvieron indicadores de consistencia interna aceptables para el puntaje total de la escala ($\alpha = .73$).

Escala de Sentido de Realización Personal (ESAR; Schmidt et al., 2022b). Se trata de una escala de acuerdo de cinco puntos que evalúa el grado de sentido de realización personal que los sujetos perciben alcanzar con la actividad mediante seis ítems. La escala presenta excelente validez factorial y una alta confiabilidad ($\alpha = .92$).

Cuestionario de Identificación de los Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol versión abreviada (AUDIT-C; Bush et al., 1998; basado en el AUDIT de Saunders et al., 1993; adaptación local: Cremonte et al., 2010). A través de tres ítems con escala Likert de cinco puntos mide frecuencia de consumo, cantidad y frecuencia de CEEA. Para medir la cantidad se le pide al sujeto que indique la cantidad de bebidas estándar consumidas en un periodo breve de tiempo (más de 4/5 UBs=60 Gr/cc alcohol puro aproximadamente en tres o cuatro horas). Se ajustó el punto de corte en función del género (mujeres: 4 UB y varones: 5 UB) de acuerdo a lo establecido por la literatura. El AUDIT-C mostró alta sensibilidad y baja especificidad, diferencias en el punto de corte óptimo en función del género, aceptable consistencia interna y alta estabilidad test-retest en población argentina (Conde et al., 2018).

Procedimiento

Se contactó a coordinadores y entrenadores pertenecientes a cinco clubes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA) para poder aplicar el protocolo a jóvenes deportistas que realizan su actividad deportiva en sus equipos. Se solicitó el consentimiento informado a los padres de los menores de 18 años y a todos/as los/as participantes. El protocolo fue aplicado en el horario de entrenamiento. El anonimato y confidencialidad de las respuestas fue aclarado a los participantes, quienes se comprometieron a contestar de manera honesta. Se cuenta con aval del comité de ética de la Universidad de Buenos Aires.

Análisis de Datos

Dada la naturaleza de las variables, se emplearon correlaciones no paramétricas y regresiones logísticas con el paquete estadístico SPSS Statistics V. 23. Para el análisis de regresión se recategorizaron las tres variables de consumo del AUDIT-C en variables dicotómicas. Se segmentó de la siguiente forma: frecuencia de consumo baja (si no consume o si consume ocasionalmente) versus alta (si consume dos o más veces por semana); ausencia versus presencia de CEEA (si consume 4 ó más UBs para mujeres y 5 ó más UBs para varones); y frecuencia de CEEA baja (si bebe en exceso una vez al mes o menos) versus alta (una vez por semana o más).

Resultados

Tabla 2. Distribución de las variables en la muestra

	Adolescentes		Adultos emergentes		Total
	Varones	Mujeres	Varones	Mujeres	
Flow	130.19 ±17.86	120.82 ±16.68	127.77 ±14.09	115.99 ±14.11	124.75 ±17.14
Realización personal	20.55 ±3.48	21.06 ±3.29	20.23 ±3.71	20.27 ±3.14	20.55 ±3.42
<i>Frecuencia de consumo de alcohol</i>					
Nunca	8.73 (31)	4.24 (15)	1.41 (5)	1.13 (4)	15.54 (55)
1 vez al mes o menos	7.63 (27)	4.24 (15)	4.52 (16)	5.65 (20)	22.03 (78)
De 2 a 4 veces al mes	15.54 (55)	11.02 (39)	7.63 (27)	9.60 (34)	43.79 (155)
De 2 a 3 veces a la semana	5.93 (21)	2.26 (8)	4.24 (15)	3.95 (14)	16.38 (58)
De 4 o más veces a la semana	1.13 (4)	0	0.85 (3)	0.28 (1)	2.26 (8)
<i>Cantidad de UBs</i>					
Ninguna	9.32 (33)	4.52 (16)	2.54 (9)	1.98 (7)	18.36 (65)
1 a 3	17.51 (62)	7.34 (26)	7.34 (6)	9.60 (34)	41.81 (148)
4 (M) / 5 (V)	5.37 (19)	4.24 (15)	5.08 (18)	4.80 (17)	19.49 (69)
5 ó 6 (M) / 6 ó 7 (V)	3.11 (11)	5.08 (18)	1.69 (6)	4.24 (15)	14.12 (50)
7 ó + (M) / 8 ó + (V)	3.67 (13)	0.56 (2)	1.69 (6)	0.28 (1)	6.21 (22)
<i>Frecuencia CEEA</i>					
Nunca	13.80 (49)	6.48 (23)	4.51 (16)	3.38 (12)	28.17 (100)
1 vez al mes o menos	10.99 (39)	5.07 (18)	4.79 (17)	6.48 (23)	27.32 (97)
1 vez al mes	8.73 (31)	5.07 (18)	4.23 (15)	5.92 (21)	23.94 (85)
1 vez a la semana	5.07 (18)	5.07 (18)	4.79 (17)	4.79 (17)	19.72 (70)
A diario o casi a diario	0.28 (1)	0.28 (1)	0.28 (1)	0	0.85 (3)

Nota: Para Flow y Realización personal se informa media±DT. En consumo de alcohol se informa el% (n). M = mujeres, V = varones.

En la Tabla 2 se presentan los análisis descriptivos de las variables estudiadas. Se puede advertir que solamente el 2.26% de la muestra consume 4 o más veces a la semana. El 60.17% consume regularmente, entre 2 veces al mes y

3 veces a la semana. Observando la cantidad de consumo por ocasión, el 41.81% consume de 1 a 3 UBs y 39.83% presenta CEEA. En relación a la frecuencia de CEEA, el 28.17% refiere nunca haber tenido y sólo el 0.83% refiere hacerlo a diario. Un 43.66% lo hace entre una vez al mes y una vez a la semana.

Tabla 3. Correlaciones entre flow, realización personal y variables de consumo de alcohol.

	Frecuencia de consumo	Cantidad de consumo por ocasión	Frecuencia de CEEA
Adolescentes (M)			
Flow	-.20	-.22	-.25*
Realización personal	-.23*	-.14	-.21
Adolescentes (V)			
Flow	-.08	-.06	-.002
Realización personal	-.11	-.02	-.03
Adultos Emergentes (M)			
Flow	-.09	.11	.02
Realización personal	.05	.12	.08
Adultos Emergentes (V)			
Flow	-.33**	-.23	-.30*
Realización personal	-.43**	-.31*	-.44**
Total			
Flow	-.16**	-.09	-.15**
Realización personal	-.18**	-.08	-.14*

Nota: M = Mujeres, V = Varones, * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

En la Tabla 3 se muestran las correlaciones entre las variables de interés según sexo y edad. Se encontraron correlaciones negativas entre las variables de Flow y Realización personal con las de consumo de alcohol. En varones mayores de 18 años se observan relaciones negativas moderadas entre realización personal y las tres variables

del AUDIT y entre flow y frecuencia de consumo usual y de CEEA. La cantidad por ocasión no se relacionó con Flow. En el caso de las mujeres adolescentes, se observan relaciones negativas débiles entre realización personal y frecuencia de consumo usual y flow y frecuencia de CEEA. El resto de las correlaciones fueron no significativas.

Los análisis de regresión mostraron la capacidad predictiva de la realización personal sobre una menor frecuencia de consumo usual y ausencia de CEEA pero solo para los varones mayores de 18 años (Tabla 4). La capacidad global del modelo para predecir la frecuencia de consumo fue del 72.3%. Se pudo clasificar correctamente al 84.4% de los deportistas con alta frecuencia de consumo, mientras que el 45% de los jóvenes con baja frecuencia de consumo ha sido clasificado correctamente. Respecto del modelo para predecir la ausencia o presencia de CEEA en varones mayores de 18 años, la capacidad global del mismo fue de 60.9%, pudiendo clasificar correctamente al 64.7% de los casos de ausencia y al 56.7 de los jóvenes con presencia de CEEA. A pesar de ser buenos modelos para clasificar alguna de las condiciones, el coeficiente de determinación (R^2) bajo obtenido en ambos modelos, indica que la proporción de la variación que los mismos logran explicar es baja.

En la tabla 4 puede observarse que cuanto mayor sea la realización personal a través del deporte, menor será el riesgo de presentar una alta frecuencia de consumo (un 27% menor por cada unidad de realización personal que se aumente; $OR=.73$; $IC_{95}=[.61, .89]$). También se evidencia con una significación marginal que cuanto mayor sea la realización personal, menor es el riesgo de presentar CEEA (un 15% menor por cada unidad de realización personal que se aumente; $OR=.85$, $IC_{95}=[.74, .98]$). La variable flow no resultó significativa en ninguno de los modelos.

Tabla 4. Capacidad predictiva de realización personal y flow respecto de los componentes del consumo de alcohol.

Modelo. VD: Frecuencia de consumo en varones mayores de 18 años.								
Likelihood ratio test			R^2 Cox Snell			R^2 Nagerlkerke		
χ^2	<i>G</i> / <i>I</i>	<i>p</i>						
13.818	2	.001	.192			.270		
Capacidad predictiva (%)			Global			Baja frecuencia		Alta frecuencia
			72.3			45.0		84.4
Variables en la ecuación			B	EE	Wald	<i>G</i> / <i>I</i>	<i>p</i>	OR
Realización personal			-.27	.11	6.18	1	.013	.73
Flow			-.02	.02	.83	1	.361	.99
						95% IC		OR
						[.61, .89]		[.95, 1.03]
Modelo. VD: Ausencia versus presencia de CEEA en varones mayores de 18 años.								
Likelihood ratio test			R^2 Cox Snell			R^2 Nagerlkerke		
χ^2	<i>G</i> / <i>I</i>	<i>p</i>						
5.474	2	.065	.08			.11		
Capacidad predictiva (%)			Global			Ausencia CEEA		Presencia CEEA
			60.9			64.7		56.7
Variables en la ecuación			B	EE	Wald	<i>G</i> / <i>I</i>	<i>p</i>	OR
Realización personal			-.16	.09	3.64	1	.056	.85
Flow			-.00	.02	.00	1	.952	1
						95% IC		OR
						[.74, .98]		[.96, 1.03]

* $p < .05$ ** $p < .01$

Discusión

Este estudio tuvo por objetivo identificar posibles factores del contexto deportivo que protegen del consumo de alcohol, un fenómeno tan prevalente como dañino entre los más jóvenes. Trabajos previos concluyeron que las experiencias positivas que se logan a través del deporte se asocian a un menor consumo de esta sustancia (Schmidt et al., 2022a; Usán y Salavera, 2017; Usán Supervía et al., 2018).

En el presente estudio, se indagaron dos experiencias positivas no incluidas en investigaciones previas que intentan identificar aspectos motivacionales del deporte asociados a la salud de los jóvenes. Tal como se esperaba a partir de investigaciones previas realizadas con variables similares (e.g. Huang et al., 2010; Magidson et al., 2017; Schmidt et al., 2022a), en este trabajo se encontró que la realización personal y el flow se asociaron a menor consumo de alcohol. Para adultos emergentes varones, se encontraron correlaciones negativas moderadas entre realización personal y frecuencia de consumo, cantidad de consumo por ocasión y frecuencia de CEEA. Y para este mismo grupo, se halló que el flow se relacionó de manera negativa moderada con frecuencia de consumo actual y frecuencia de CEEA. En adolescentes mujeres, también se hallaron relaciones entre realización personal y frecuencia de consumo usual y flow y frecuencia de CEEA, pero las mismas fueron débiles. No se hallaron relaciones significativas para varones adolescentes y ni para mujeres adultas emergentes.

Los resultados de los análisis de regresión indican que la realización personal predice la frecuencia de consumo y la presencia de CEEA en varones mayores de 18 años. Los estudios epidemiológicos señalan que los jóvenes varones de entre 18 y 24 años son una población de particular riesgo ya que presentan la mayor prevalencia y los patrones más perjudiciales de consumo de alcohol (SEDRONAR, 2017). Por lo tanto, se considera valioso haber podido identificar un potencial factor que desde el deporte podría proteger de la ingesta de esta sustancia. Podría pensarse que para estos jóvenes el deporte forma parte de un proyecto vital significativo que les permite sentirse realizados, impactando en su vida de una manera cualitativamente enriquecedora. A su vez, logran una experiencia tan positiva que resulta valioso seguir experimentándola, cultivar habilidades y crecer en la actividad por lo que tal vez optan por prácticas de cuidado a la hora de consumir, moderando la frecuencia y la cantidad de alcohol.

Los modelos no fueron significativos para flow. La disparidad en estos resultados podría permitirnos hipotetizar que sólo la realización personal podría formar parte de un grupo de variables que protegen del consumo de alcohol y que sólo lo haría en varones adultos emergentes, sugiriendo que en población de adolescentes son otras las variables protectoras. Una de dichas variables podría ser el compromiso (Schmidt et al., 2019), asociada a menor consumo de alcohol en adolescentes. A su vez, variables personales como la búsqueda de sensaciones (Schmidt et al. 2022a) u orientaciones de causalidad (Magdová Bruto-vská, 2018; Wong y Rowland, 2013) deberían ser incluidas

en los modelos para mejorar la capacidad predictiva de los mismos y arrojar luz sobre dicha falta de significatividad estadística en las relaciones hipotetizadas. Aunque se hayan encontrado algunas correlaciones, la ausencia de literatura respecto de la relación entre flow y consumo, estaría indicando la necesidad de un análisis más complejo. Se debe continuar investigando diferentes variables relacionadas con la experiencia deportiva que permitan esclarecer cómo funciona el deporte en relación con el consumo de alcohol, especialmente en poblaciones de mujeres adultas emergentes y de mujeres y varones adolescentes. Al tratarse de un estudio transversal, no es posible conocer la dirección de las relaciones. Si bien en la regresión logística se propuso como variable predictora a la realización personal y al consumo como variable criterio, una dirección inversa es posible. Esto es, el consumo frecuente o de grandes cantidades de alcohol podría afectar el desempeño, la motivación y el compromiso con el deporte y atentar contra el sentido de autorrealización. Estudios futuros con diseño longitudinal permitirán conocer si la realización personal funciona efectivamente como factor protector del consumo de alcohol.

Agradecimiento

A los deportistas que participaron del estudio, a sus entrenadores y a los clubes que abrieron sus puertas: Ferro Carril Oeste, Club Ciudad de Buenos Aires, Club Banco Ciudad, Club Atlético Banco de la Nación Argentina, Atlético San Andrés Rugby Club.

A los organismos que financiaron el proyecto: Secretaría de Ciencia y Técnica de la Universidad de Buenos Aires, Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas y Universidad Abierta Interamericana.

REFERENCIAS

- Brunborg, G. S., Halkjelsvik, T. B. y Moan, I. S. (2022). Sports participation and alcohol use revisited: A longitudinal study of Norwegian postmillennial adolescents. *Journal of Adolescence*, 94(4), 587-599. <https://doi.org/10.1002/jad.12048>
- Bush, K., Kivlahan, D.R., McDonell, M.B., Fihn, S.D. y Bradley, K.A. (1998). The AUDIT alcohol consumption questions (AUDIT-C): an effective screening test for problem drinking. Ambulatory Care Quality Improvement Project (ACQUIP). Alcohol Use Disorders Identification Test. *Archives Internal Medicine*, 158(16), 1789-1795. <http://doi.org/10.1001/archinte.158.16.1789>
- Conde, K., Gimenez, P., y Cremonte, M. (2018). Características de los instrumentos de tamizaje del trastorno por uso de alcohol en jóvenes universitarios de Argentina. *Revista Clínica y Salud*, 29, 27-33. Editorial Colegio Oficial de Madrid. ISSN: 1130-5274.
- Cremonte, M., Ledesma, R.D., Cherpitel, C.J., y Borges, G. (2010). Psychometric properties of alcohol screening tests in the emergency department in Argentina, Mexico and the United States. *Addictive Behaviors*, 35(9), 818-825. doi: 10.1016/j.addbeh.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience (Vol. 1990)*. New York: Harper & Row.
- D'Souza, J. F., Adams, C. K., y Fuss, B. (2015). A pilot study of self-actualization activity measurement. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 41(Special Issue 3), 28-33.

- González, L., García-Merita, M., Castillo, I., y Balaguer, I. (2016). Young Athletes' Perceptions of Coach Behaviors and Their Implications on Their Well-and Ill-Being over Time. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(4), 1147-1154. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001170>
- Habe, K., Biasutti, M., Kajtna, T. (2021). Wellbeing and flow in sports and music students during the COVID-19 pandemic. *Thinking Skills and Creativity*, 39, 100798.
- Huang, J.H., DeJong, W., Schneider, S.K., y Towvim, L.G. (2010). Endorsed reasons for not drinking alcohol: A comparison of college student drinkers and abstainers. *Journal of Behavioral Medicine*, 34, 64-73.
- Jackson, S., y Roberts, G. (1992). Positive performance states of athletes: Toward a conceptual understanding of peak performance. *The Sport Psychologist*, 6, 156-171.
- Jackson, S., Kimiecik, J., Ford, S., y Marsh, H. (1998). Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20, 358-378.
- Jackson, S., Thomas, P., Marsh, H., y Smethurst, C. (2001). Relationships between flow, self-concept, psychological skills, and performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 129-153. <https://doi.org/10.1080/104132001753149865>
- Jackson, S., y Eklund, R. (2002). Assessing flow in physical activity: The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 24, 133-150.
- Kwan, M., Bobko, S., Faulkner, G., Donnelly, P. y Cairney, J. (2014). Sport participation and alcohol and illicit drug use in adolescents and young adults: A systematic review of longitudinal studies. *Addictive Behaviors*, 39(3), 497-506. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.11.006>
- Lecci, L., MacLean, M.G., y Croteau, N. (2002). Personal goals as predictors of college student drinking motives, alcohol use and related problems. *Journal of Studies on Alcohol*, 63, 620-630.
- Leibovich, N., Maglio, A. L. y Gimenez, M. (2013). La experiencia del fluir (flow) en la adolescencia: Su relación con rasgos de personalidad y edad. *Orientación y Sociedad*, 13, 1-25. Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5848/pr.5848.pdf
- Magdová Brutovská, M. (2018). The role of social norms in the structural model explaining alcohol use among students. *Drustvena Istrazivanja*, 27(4), 605-628. <https://doi.org/10.5559/di.27.4.02>
- Magidson, J. F., Robustelli, B. L., Seitz-Brown, C. J. y Whisman, M. A. (2017). Activity enjoyment, not frequency, is associated with alcohol-related problems and heavy episodic drinking. *Psychology of Addictive Behaviors*, 31(1), 73.
- Ministerio de Salud de la Nación [MSAL]. (2018). *Encuesta mundial de salud escolar*. Recuperado de <https://bancos.salud.gob.ar/sites/default/files/2020-01/encuesta-mundial-salud-escolar-2018.pdf>
- Ministerio de Salud de la Nación [MSAL]. (2019). *Diagnóstico de situación sobre el consumo de alcohol en Argentina y recomendaciones para la puesta en marcha de políticas sanitarias*. Recuperado de http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000001747cnt-consumo_alcohol_argentina-11-2019.pdf
- Myrin, B., & Lagerström, M. (2006). Health behaviour and sense of coherence among pupils aged 14-15. *Scandinavian journal of caring sciences*, 20(3), 339-346.
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (2014). *Actividades alternativas para la prevención del uso de drogas*. Quito: UNODC.
- Organización Panamericana de la Salud, OPS (2010). *Salud y bienestar de los adolescentes y jóvenes: una mirada integral*. Washington, D.C.: WHO.
- Organización Panamericana de la Salud, OPS (2018). *La salud de los adolescentes y jóvenes en la Región de las Américas: la aplicación de la estrategia y el plan de acción regionales sobre la salud de los adolescentes y jóvenes (2010-2018)*. Washington, D.C.: WHO.
- Öztek, C., & Tezer, E. (2009). The role of sense of coherence and physical activity in positive and negative affect of Turkish adolescents. *Adolescence: an international quarterly devoted to the physiological, psychological, psychiatric, sociological, and educational aspects of the second decade of human life*, 44(174), 421-432.
- Raimundi, M. J., Schmidt, V., y Hernández-Mendo, A. (2021). Análisis de la variabilidad del flow y la experiencia autotélica en deportistas adolescentes de selecciones nacionales argentinas. *Anuario XXVIII*, 431-439.
- Rainer, M. (1997). Die existenzielle Seite der Alkoholkrankheit. Eine existenzanalytische Untersuchung an Alkoholkranken. In A. Längle A. y Ch. Probst (Eds.), *Süchtig sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeiten* (pp. 39-51). Wien, Austria: Profil Verlag.
- Reinhardt, C., Wiener, S., Heimbeck, A., Stoll, O., Lau, A. y Schliermann, R. (2008). Flow in der Sporttherapie der Depression - ein beanspruchungsorientierter Ansatz [Flow in sports therapy - a workload-oriented approach]. *Bewegungstherapie und Gesundheitssport*, 24, 147-151.
- Saunders, J., Aasland, O., Babor, T., De la Fuente, J., y Grant, M. (1993). Development of the Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT): Who Collaborative Project on Early Detection of Persons with Harmful Alcohol Consumption - II. *Addiction*, 88(6), 791-804.
- Schmidt, V., Celsi, I., Molina, M. F., Raimundi, M. J., García-Arabehehy, M., Pérez-Gaido, M., Iglesias, D., y Gonzalez, M. A. (2019). Compromiso con el deporte y su relación con el consumo de alcohol en adolescentes y adultos jóvenes. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 19(3), 24-36.
- Schmidt, V., Molina, F., Celsi, I., Corti, J.F. y Raimundi, M.J. (2022a). Disfrute y realización personal a través del deporte como factores protectores del consumo de alcohol: El rol moderador del rasgo búsqueda de sensaciones impulsiva. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 22(2), 102-118. doi: 10.21134/haaj.v22i2.663
- Schmidt, V., Molina, F., Raimundi, J., Celsi, I., González Liotard, A., Pérez Gaido, M., y García Arabehehy, M. (2022b). ¿Qué implica disfrutar del deporte? Presentación de un instrumento para su evaluación: What does it mean to enjoy sport? Presentation of an instrument for its assessment. *Diversitas*, 18(1). <https://doi.org/10.15332/22563067.6009>
- SEDONAR (2017). *Tabaco-Alcohol. Intensidad de consumo. Estudio Nacional en población de 12 a 65 años, sobre Consumo de Sustancias Psicoactivas. Argentina 2017*. Buenos Aires: Presidencia de la Nación Argentina.

- Stoll, O., y Ufer, M. (2021). Flow in Sports and exercise: A historical overview. In *Advances in flow research* (pp. 351-375). Springer, Cham.
- Stritzke, W.G.K. y Butt, J.C.M. (2001). Motives for not drinking alcohol among Australian adolescents: Development and initial validation of a five-factor scale. *Addictive Behaviors*, 26, 633-649.
- Usán Supervía, P., Salavera Bordás, C., Murillo Lorente, V., y Merino Orozco, A. (2018). Relación conductual de la motivación y el autoconcepto físico en el consumo de drogas de adolescentes deportistas (Behavioral relationship between motivation and physical self-concept in drug use among adolescent athletes). *Retos*, 33, 40-45. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i33.53306>
- Usán, P., y Salavera, C. (2017). Influencia de la motivación hacia el deporte en el consumo de alcohol, tabaco y cannabis de adolescentes escolares. *Actualidades en Psicología*, 31(122), 119-131. <https://dx.doi.org/10.15517/ap.v31i122.27980>.
- Waisberg, J. L., & Porter, J. E. (1994). Purpose in life and outcome of treatment for alcohol dependence. *British Journal of Clinical Psychology*, 33(1), 49-63.
- West, A. B., Bittel, K. M., Russell, M. A., Evans, M. B., Mama, S. K. y Conroy, D. E. (2020). A systematic review of physical activity, sedentary behavior, and substance use in adolescents and emerging adults. *Translational Behavioral Medicine*, 10(5), 1155-1167. <https://doi.org/10.1093/tbm/ibaa008>
- Wong, M. M., y Rowland, S. E. (2013). Self-Determination and Substance Use: Is Effortful Control a Mediator? *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 37(6), 1040-1047. <https://doi.org/10.1111/acer.12062>

Fecha de recepción: 31 de agosto de 2022

Fecha de aceptación: 26 de septiembre de 2022