

Estrategias conductuales de protección: una vía para pensar políticas de reducción del uso problemático de alcohol y sus consecuencias negativas

*Gabriela Rivarola Montejano ♦ Yanina Michelini ♦ Micaela García
♦ Pablo Correa ♦ Ricardo Marcos Pautassi ♦ Angelina Pilatti*

El consumo de alcohol y las estrategias conductuales de protección

El consumo de alcohol es una conducta frecuente en gran parte de los/as estudiantes universitarios/as argentinos/as (Observatorio Argentino de Drogas, 2023). En la ciudad de Córdoba, por ejemplo, es usual encontrar dos o tres bares por cuadra en los barrios céntricos o cercanos a la universidad, donde se puede observar como parte del paisaje habitual a jóvenes de veintitantos años aprovechando los descuentos de 2x1 o *happy hour* que se ofrecen al atardecer. Y basta que empiece a hacer un poco de calor para que se convierta en misión imposible encontrar lugar en esos bares para tomar algo al aire libre, lo que muchos/as resuelven sentándose en la vereda o directamente quedándose parados/as en el lugar. Estos relatos casi anecdóticos encuentran su correlato en diferentes investigaciones locales que muestran que más del 90% de universitarios/as consume alcohol anualmente (Pilatti et al., 2017; Pilatti, Fernández Calderón et al., 2019) y casi un 70% presenta consumo problemático.

Los/as científicos/as hablamos de consumo problemático cuando nos referimos a formas de consumir alcohol que aumentan la chance

de sufrir consecuencias negativas de diferente tipo, por ejemplo, actuar impulsivamente, manejar un vehículo bajo estado de borrachera o resaca, descuidar el trabajo, los estudios o los vínculos con personas queridas, entre otras (Pilatti et al., 2016; Zamboanga et al., 2021). Una modalidad de consumo problemático es el denominado “consumo episódico elevado de alcohol” o CEEA. Consiste en tomar mucha cantidad de alcohol –al menos cuatro vasos de bebidas alcohólicas, en mujeres, o cinco vasos de alcohol, en varones– en ocasiones que pueden ser aisladas –todos los sábados–, pero en un período corto de tiempo –por ejemplo, entre dos y tres horas– (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism, 2022). Otra modalidad problemática es un consumo que no alcanza el límite para CEEA, pero que se da todos los días. Una persona que consume cuatro vasos de vino todos los días –por ejemplo, dos al mediodía y dos a la noche– puede que no alcance la intoxicación marcada, pero está incurriendo en un consumo que incrementa sus posibilidades de tener patologías crónicas graves, como enfermedades hepáticas o problemas cardiovasculares (Åberg et al., 2023). En términos generales, esta última modalidad es más predominante en personas adultas que en jóvenes, en tanto que en estos/as últimos/as la modalidad de consumo problemático más usual es el CEEA.

Ahora bien, a la hora de consumir alcohol no todas las personas lo hacen de la misma manera. Hay un imaginario de jóvenes estudiantes que toman alcohol sin parar y amanecen al día siguiente sin recordar *qué pasánnoche*, así como de personas que no toman casi nada, por ejemplo, porque practican deportes o religiones incompatibles con el consumo. Sin embargo, hay también quienes consumen cantidades importantes, pero despliegan conductas de cuidado a la hora de consumir. Por ejemplo, quienes toman un único tipo de bebida toda la noche para no mezclar –y así pueden calcular mejor la cantidad que ingieren–; otras consumen diferentes tipos de bebidas, pero las van intercalando con agua o gaseosa. También están quienes de antemano planifican con quién volverse –por ejemplo, con un/a amigo/a que habitualmente no toma o que no lo hará durante la salida–, cuánto tomar o que se aseguran de comer antes para no tener el estómago vacío, dado que el alcohol se metaboliza más lento con el estómago lleno (Maddern et al., 2024).

Todos estos comportamientos pueden englobarse en lo que se denomina “estrategias conductuales de protección” (ECP). Estas se pueden definir como conductas que se realizan *antes, durante o después* de consumir una sustancia –como el alcohol– con el objetivo de disminuir el consumo, la intoxicación o las consecuencias negativas

asociadas (Bravo, Weinstein et al., 2019). Esta amplia variedad de comportamientos, y particularmente los que refieren al consumo de alcohol, se pueden agrupar en tres grandes dimensiones (Sánchez-García et al., 2020):

1. *Maneras de tomar*: estrategias referidas a la *forma* de consumir. Por ej., tomar despacio, en lugar de hacerlo rápido; evitar seguir el ritmo de los/as demás y no intentar tomar más que el resto, entre otras.
2. *Limitar/detener el consumo*: conductas que se realizan para restringir o *frenar* el consumo. Por ej., establecer un determinado horario para dejar de beber o fijar un número máximo de bebidas a consumir.
3. *Reducción de daños*: comprende diferentes estrategias para reducir o *evitar consecuencias* negativas específicas, en su mayoría de alta gravedad. Por ejemplo, asegurarse de volver a casa con un/a amigo/a, negarse a subir en un auto o moto con alguien que estuvo bebiendo, controlar todo el tiempo el propio vaso para evitar que le agreguen más alcohol sin permiso o lo contaminen con otras sustancias.

Se ha estudiado mucho la relación entre ECP, el consumo de alcohol y sus consecuencias (Pearson, 2013). Aun sin adentrarnos en un estudio particular, se podría hipotetizar que quienes usan de manera más frecuente estas estrategias posiblemente consuman menos alcohol o sufran menos consecuencias derivadas del consumo –como una resaca al día siguiente, peleas callejeras, conductas sexuales de riesgo, entre otras–. En el caso de ser así, entonces, las ECP pueden pensarse como un factor que reduce las probabilidades de tener consumo problemático de alcohol; y podría ser, por lo tanto, muy útil promoverlas en diferentes campañas preventivas. Ahora bien, ¿qué dicen las investigaciones científicas al respecto?

Si bien hay una gran variabilidad en cómo han sido conceptualizadas –se las ha llamado estrategias de control del consumo (Sugarman & Carey, 2007) o estrategias de reducción del consumo de alcohol (Bonar et al., 2022)–, en líneas generales las ECP exhiben una relación inversa con la ingesta de alcohol. Esto significa que quienes utilizan *más* frecuentemente estas *estrategias* consumen *alcohol en menores cantidades* (Looby et al., 2019; Li et al., 2022), tienen menos episodios de consumo problemático –como el CEEA– (Doumas et al., 2017), beben con menor frecuencia –por ejemplo, menos veces al mes– (Blanchard et al., 2017; Pearson et al., 2012) y experimentan menos consecuencias negativas (Looby et al., 2019; Li et al., 2022; Doumas et al., 2017). A su vez, esta relación de las ECP con el consumo de alcohol parecería ser diferente según el tipo de estrategias utilizadas, que mencionamos antes. Por ejemplo, en un

estudio realizado en España, jóvenes de aproximadamente 21 años, que utilizaron estrategias de *reducción de daños* y *maneras de tomar*, consumieron alcohol con menor frecuencia (Fernández-Calderón et al., 2021). Las estrategias referidas a maneras de tomar también se asociaron con menor cantidad de alcohol consumida, menor CEEA y menores problemas asociados a la ingesta. En este trabajo, el uso de estrategias para limitar/detener el consumo no impactó en el uso de alcohol posterior –dos meses después–. Sin embargo, en otro estudio –con estudiantes universitarios/as estadounidenses (Pearson et al., 2013)– las estrategias para *limitar/detener el consumo* y *maneras de tomar* se relacionaron con menor cantidad de alcohol ingerida, mientras que *reducción de daños* se asoció con menor cantidad de consecuencias negativas. Estos resultados nos indican que es necesario profundizar en el estudio de los diferentes tipos de estrategias utilizadas, ya que lo que funciona en un país, cultura o grupo social puede no funcionar en otro.

A su vez, otras investigaciones han encontrado un dato de gran relevancia: al consumir alcohol, las mujeres tienden a implementar las ECP de manera más frecuente (Tyler et al., 2018) y efectiva que los varones (LaBrie et al., 2011). Esto puede deberse a las características de autoprotección que promueve el uso de estas estrategias, las cuales podrían estar más presentes en las mujeres que en los varones (Kenney et al., 2014). Lamentablemente, debido a que las mujeres son más vulnerables a experimentar consecuencias negativas graves por el consumo de alcohol –por ejemplo, agresiones sexuales (Pilatti et al., 2016)–, es posible que sientan mayor necesidad de protegerse cuando lo consumen y, por ende, le encuentren mayor valor al uso de estas estrategias (Tyler et al., 2018), particularmente de las del tipo *reducción de daños*. Por ejemplo, una investigación encontró que las mujeres –pero no los varones– que utilizaron ECP de manera más frecuente –particularmente las relacionadas a las *maneras de tomar* y *limitar/detener el consumo*– tuvieron menor probabilidad de experimentar consecuencias sexuales negativas, tales como relaciones sexuales sin protección y/o no consentidas (Lewis et al., 2010). Otro estudio encontró que ciertos comportamientos funcionan de manera diferente en varones y mujeres: por ejemplo, si bien el hecho de saber *dónde está tu bebida todo el tiempo* permite consumir alcohol de manera más segura en ambos grupos, para las mujeres podría tener un peso diferencial para reducir la probabilidad de que su bebida sea contaminada con alguna droga que la haga más vulnerable al abuso o la agresión sexual (Blanchard et al., 2021).

¿Qué ocurre en Argentina?

En general, los estudios presentados anteriormente fueron hechos en otros países o contextos culturales. En Argentina, una de las primeras investigaciones sobre las estrategias conductuales de protección fue hecha por nuestro equipo de investigación (Pilatti, Vera et al., 2019) para conocer si las ECP se relacionaban con el consumo de alcohol y sus consecuencias en universitarios/as. Analizamos por separado varones y mujeres, tanto en época de cursado como en vacaciones. Entre algunos de los resultados más destacados observamos que las mujeres usaron mayor variedad y cantidad de ECP, particularmente en épocas de mayor exigencia académica –es decir, durante la cursada–. Además, durante el receso los varones, pero no las mujeres, aumentaron su consumo de alcohol; y las mujeres, pero no los varones, hicieron más uso de ECP.

Otra investigación que realizamos con estudiantes que asistían a universidades de Córdoba reveló que las ECP actúan como parte de una cadena más compleja de relaciones que permiten explicar el consumo de alcohol, en donde intervienen también otros factores, como las creencias asociadas al uso de alcohol en la vida universitaria –creencias sobre el lugar que ocupa el consumo durante la experiencia universitaria–, los motivos de consumo –razones por las que se toma alcohol– y el sexo asignado al nacer (Pilatti et al., 2021). Uno de los resultados que consideramos más relevantes fue que mayor consumo para lidiar con situaciones de estrés o angustia se asoció con menor uso de las estrategias *maneras de tomar* y esto, a su vez, se relacionó con mayor consumo de alcohol y de consecuencias negativas. A su vez, quienes presentaron mayor consumo por motivos de animación –es decir, tomar alcohol para incrementar el estado de ánimo positivo– utilizaron las ECP *maneras de tomar y reducción de daños* con menor frecuencia y, a su vez, presentaron mayor cantidad de consecuencias negativas. Otro resultado también interesante fue que las mujeres –y no los varones– utilizaron las estrategias de *reducción de daños* de manera más frecuente y esto se relacionó con menor cantidad de consecuencias negativas.

Hasta aquí podemos observar que, en líneas generales, las investigaciones realizadas en nuestro contexto coinciden con los estudios realizados en otros países sobre el rol protector de las ECP para la ingesta de alcohol y sus problemas asociados. Sin embargo, un dato llamativo es que al comparar el uso de estas estrategias entre universitarios/as de diferentes culturas, los/as argentinos/as utilizan *menor* cantidad de ECP que sus pares españoles y estadounidenses (Richards et al., 2021; Schwebel

et al., 2021). Esto sugiere que, si bien hay conductas que se replican de manera similar en diferentes contextos, hay cuestiones que atañen a lo local y cultural que son idiosincráticas de cada medio. Es necesario, entonces, continuar investigando sobre el uso de ECP en estudiantes argentinos/as y, más específicamente, identificar qué razones encuentran para utilizarlas –o no–. Con esas inquietudes en mente, llevamos a cabo una investigación que se propuso: 1. conocer si hay diferencias en el uso de ECP en varones y mujeres; 2. indagar qué ventajas y desventajas perciben los/as universitarios/as sobre el uso de las ECP, y 3. determinar si el uso de ECP y la percepción de ventajas y desventajas se relaciona con el consumo de alcohol y consecuencias asociadas. Vamos a describir en detalle esta investigación, no sólo porque sus hallazgos son muy interesantes, sino porque nos dará la oportunidad para mostrar en detalle cómo hacemos estos trabajos.

Aspectos metodológicos ¿Cómo realizamos el estudio?

Durante el año 2023, ya pasada la pandemia, invitamos a estudiantes universitarios/as de entre 17 y 30 años de todo el país a participar de una encuesta online. Un requisito era haber consumido alcohol en los últimos dos meses. Al inicio de la encuesta brindamos información sobre los objetivos de la investigación y los/as investigadores/as a cargo; antes de comenzar a responder, los/as participantes brindaron su consentimiento para participar.

¿Qué características tenían los/as participantes del estudio?

Participaron 579 estudiantes universitarios/as con una edad promedio de 22,8 años. Cuando consultamos por el sexo asignado al nacer, el 76,5% fueron mujeres, el 23% varones, 0,2% respondió “otro” y el 0,3% prefirió no responder. Respecto a la identidad de género, el 75,5% se identificaba como mujer, el 22,6% como varón, el 0,7% como no binarie, el 0,7% como varón trans y el 0,5% prefirió no responder. La mayoría eran residentes de Córdoba (80,5%) y el resto vivía en otras provincias del país.

¿Qué midió la encuesta?

Contenía una serie de cuestionarios que indagaban sobre:

- ◆ *Consumo de alcohol:* los/as estudiantes tenían que responder sobre la cantidad de medidas de alcohol consumidas por ocasión (una medida = 14 gramos de alcohol, por ejemplo, un vaso de cerveza o medio vaso

de fernet preparado), la frecuencia de consumo de alcohol –es decir, cantidad de días que consumieron alcohol– y la frecuencia de CEEA –cantidad de días en que consumieron 4/5 medidas de alcohol si eran mujer/varón, respectivamente– en los últimos dos meses.

- ◆ *Consecuencias negativas del consumo de alcohol*: se les presentó a las personas una serie de problemas que pueden ocurrir por la ingesta de alcohol –por ejemplo, “me he desmayado a causa de tomar alcohol”– y las personas debían responder si les ocurrieron –o no–. El puntaje total representó la cantidad de consecuencias negativas experimentadas por el uso de alcohol en los últimos dos meses. Se utilizó una versión adaptada al español (Pilatti et al., 2014) del cuestionario *Brief Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire* (Read et al., 2006).
- ◆ *Estrategias Conductuales de Protección*: Esta escala enumera una serie de conductas y las personas deben responder con qué frecuencia las realizaron –desde “nunca” hasta “siempre”–. Se agrupa en las tres subescalas que nombramos antes: limitar/detener el consumo –por ejemplo, “dejaste de tomar alcohol a una hora predeterminada”–, maneras de tomar alcohol (“bebiste despacio, más que beber de golpe o todo de una vez”) y reducción de daños (“supiste dónde estuvo tu bebida todo el tiempo”). Un mayor puntaje se interpreta como un mayor uso de ECP. Utilizamos un cuestionario adaptado al español (Sánchez-García et al., 2020) de la *Protective Behavioral Strategies Scale* (PBSS-20; Treloar et al., 2015).
- ◆ *Ventajas y desventajas de utilizar las ECP*: Les pedimos a los/as participantes que enumeren cinco ventajas y cinco desventajas de utilizar las ECP. Las preguntas eran de respuesta abierta.

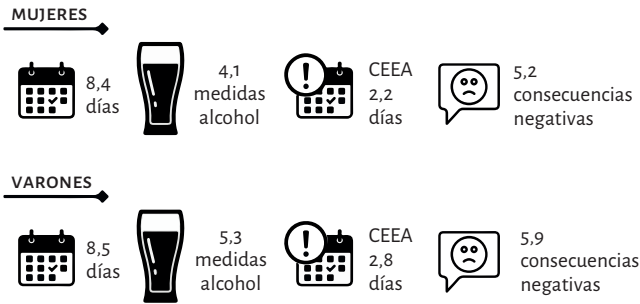
Resultados obtenidos

Consumo de alcohol

En los últimos 60 días, los/as estudiantes consumieron alcohol con un promedio de 8,4 días ($DE = 6,8$ días) y cuando lo hacían, consumían un promedio de 4,3 medidas de alcohol ($DE = 3,3$). Esto es equivalente, por ejemplo, a cuatro vasos de cerveza o dos de fernet. Además, la frecuencia en que presentaron CEEA –recordemos que era el consumo de cuatro o más medidas de alcohol en mujeres y cinco o más en varones– fue de 2,3 días ($DE = 3,1$). En promedio, los/as estudiantes experimentaron 5,3 ($DE = 4,1$) consecuencias negativas derivadas del consumo.

Al explorar estos mismos indicadores diferenciando por sexo –a través de un análisis de diferencia de medias conocido como *t* Student–, encontramos que tanto la frecuencia –cantidad de días– de consumo usual ($t = 0,05$; $p = .962$) y de CEEA ($t = 1,29$; $p = .199$), así como las consecuencias experimentadas por el consumo ($t = 1,23$; $p = .220$) fueron similares entre mujeres y varones. Sin embargo, estos últimos consumieron una cantidad significativamente mayor de medidas de alcohol por ocasión ($t = 2,52$; $p = .012$). Dicho de otra manera: si bien la cantidad de días que ambos grupos consumen es similar, los varones consumen más cantidad de alcohol que las mujeres, aunque ambos experimentan similar cantidad de consecuencias negativas. La figura 1 presenta estos resultados diferenciados por sexo. Es importante aclarar que los análisis solo se realizaron entre varones y mujeres, ya que la proporción de casos con sexo asignado al nacer diferente e identidad de género distinta fue muy baja –inferior al 2%, con lo cual, las conclusiones que pudieran realizarse no serían representativas de esas categorías–.

FIGURA 1. Consumo de alcohol en estudiantes universitarios/as mujeres y varones

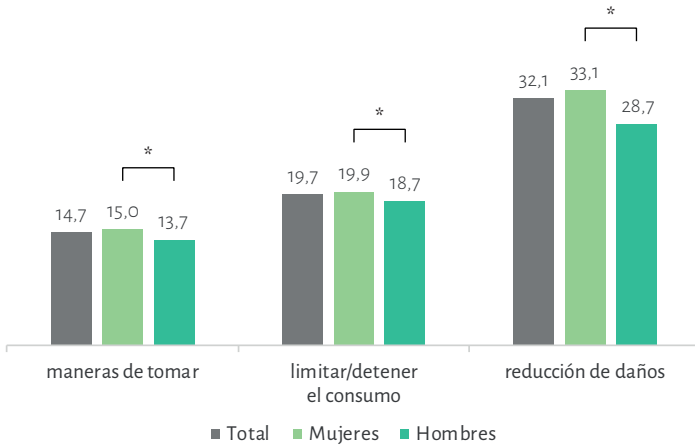


Nota. El calendario representa la frecuencia de consumo, el vaso la cantidad de medidas consumidas por ocasión, el calendario con signo de exclamación la frecuencia de CEEA y la cara triste las consecuencias negativas.

Uso de estrategias conductuales de protección (ECP)

En la figura 2 podemos observar que el uso de las estrategias de *reducción de daños* supera por mucho el uso de las restantes modalidades. Las mujeres, en general, usan más ECP que los varones (maneras de tomar: $t = 2,80$; $p = .005$; limitar/detener el consumo: $t = 2,12$; $p = .035$; reducción de daños: $t = 7,36$; $p = .000$).

FIGURA 2. ECP en estudiantes universitarios/as mujeres y varones



Nota. Los valores de cada barra corresponden al puntaje promedio en cada dimensión de ECP.

Ventajas y desventajas de usar ECP

Luego de que los/as estudiantes respondieran el cuestionario sobre las diferentes ECP, que les permitió familiarizarse con las conductas que típicamente son consideradas protectoras del consumo y/o de los problemas, les consultamos qué ventajas y desventajas encontraban sobre utilizar estas estrategias.

FIGURA 3. Ventajas y desventajas del uso de ECP en mujeres y varones



Los/as estudiantes mencionaron, en promedio, 3,6 ventajas ($DE = 1,4$) y 2,2 desventajas ($DE = 1,7$) de utilizar las estrategias de protección del consumo de alcohol. Las mujeres indicaron más cantidad de ventajas

que los varones ($t = 2,23$; $p = .027$), en cambio, la cantidad de desventajas mencionadas fue similar entre ambos sexos ($t = 0,43$; $p = .668$). La figura 3 presenta estos resultados.

¿Cuáles son las ventajas de usar ECP?

Prevención de consecuencias negativas. La mayoría de los/as estudiantes indicó que la principal ventaja de utilizar las ECP era evitar problemas derivados del consumo de alcohol (ver figura 4). Por ejemplo, algunos/as participantes indicaron que las ECP prevenían problemas de salud (por ejemplo, “no tener resaca”), mientras que otros/as mencionaron la prevención de accidentes, abusos, peleas y robos (“se evitan accidentes de tránsito”, “prevenís situaciones violentas/abusivas”, “evita peleas callejeras”). A su vez, otros/as estudiantes indicaron que utilizando las ECP se reduce el consumo excesivo (por ej., “menor intoxicación”) y las situaciones incómodas (“evitar pasar vergüenza”). Las mujeres adhirieron en mayor proporción a este tipo de ventajas que los varones.

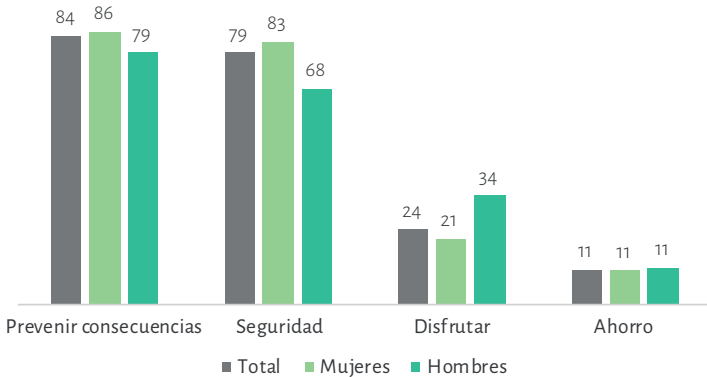
Seguridad general. Cerca del 80% consideró que utilizar las ECP podría incrementar su seguridad personal, así como la de su contexto (ver figura 4). Ejemplificando esto, algunos/as participantes manifestaron sentir seguridad por sí mismos/as y por terceros/as (por ejemplo, “podés cuidarte a vos mismo y al resto”, “mayor seguridad al momento de regresar”). En cuanto a lo que refiere a la seguridad del entorno social, los/as universitarios/as indicaron “(al) salir con un grupo de confianza [...] si querés tomar de más, lo podés hacer con tranquilidad porque hay gente que te cuida”. Por último, varios/as estudiantes revelaron que utilizar las ECP les permite tener mayor control de sus comportamientos (“te permite ser más responsable sobre tus acciones y decisiones”). Un alto porcentaje de mujeres brindó respuestas relacionadas a esta categoría, mientras que un porcentaje más bajo de varones indicaron este tipo de ventaja.

Disfrutar una salida/juntada. Una proporción mucho menor de universitarios/as indicó un mayor disfrute de la salida gracias a la utilización de las ECP (ver figura 4). Algunas respuestas fueron: “la ventaja más que nada está en el durante, poder pasarla bien sin sentirse mal o tener que volver a tu casa” y “se incrementa totalmente el disfrute de salir”. Un dato llamativo es que, a diferencia de las otras dos categorías, los varones reportaron en mayor medida esta categoría.

Ahorro. Un pequeño porcentaje de universitarios/as mencionó que el uso de las ECP le permite un mayor control sobre los gastos ocasionados por el consumo de alcohol (ver figura 4). Por ejemplo, algunas respuestas indicaron “al llevar poco dinero, regulo mi consumo y cuido mi bolsillo”

y “evitar gastar demasiado dinero”, entre otras. Los porcentajes de respuesta de esta categoría fueron similares en mujeres y varones.

FIGURA 4. Categorías de ventajas del uso de ECP



Nota. Los valores de cada barra corresponden al porcentaje de participantes que indicó cada categoría de ventaja del uso de ECP.

¿Cuáles son las desventajas de usar ECP?

Conflicto de intereses. Seis de cada diez estudiantes mencionaron que aplicar las ECP iría en contra de sus objetivos, limitando la diversión asociada al consumo (ver figura 5). Por ejemplo, algunos/as indicaron: “no vivís la experiencia completa” o “no (podes) divertirse mucho”. Los varones presentaron un porcentaje de respuestas en esta categoría levemente superior a las mujeres.

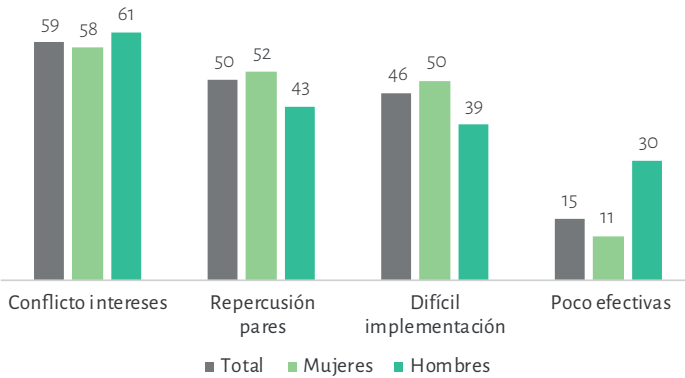
Repercusiones con pares. Otra desventaja reportada por la mitad de los/as universitarios/as fue que utilizar las ECP provocaría valoraciones negativas por parte de su grupo de amigos/as o pares (ver figura 5). Se encontraron respuestas como “se exagera la presión social de beber aún más”, “al intentar tener un control sobre el consumo, podemos ser tachados de *aburridos/as*”, “por encajar o presión social no te da dejar de consumir a tal hora”. En este caso, el porcentaje de mujeres que indicaron respuestas para esta categoría fue más alto que en varones.

Difícil implementación. Un porcentaje también cercano a la mitad de los/as estudiantes señalaron inconvenientes a la hora de aplicar estas estrategias en diversos contextos de consumo (ver figura 5). Por ejemplo, se informó que “alguna de las desventajas puede ser la planificación; normalmente se suele improvisar mucho en las noches”. Además, los/as

participantes consideraron que la aplicación de las ECP implica muchas veces un costo extra –por ejemplo, “evitar una previa es gastar más dentro del bar/boliche”, “(implica) gastar en taxis o caminar mucho a la salida de las fiestas”–. Estas desventajas fueron informadas por casi la mitad de mujeres y más de un tercio de varones.

Poco efectivas. Una menor cantidad de universitarios/as declararon que determinadas estrategias no son eficaces (por ejemplo, “son poco efectivas algunas veces”, “algunas estrategias dependen de los demás y eso no siempre es confiable”, “no evitan el consumo”). Esta categoría fue reportada por tres de cada diez varones y por una de cada diez mujeres.

FIGURA 5. Categorías de desventajas del uso de ECP



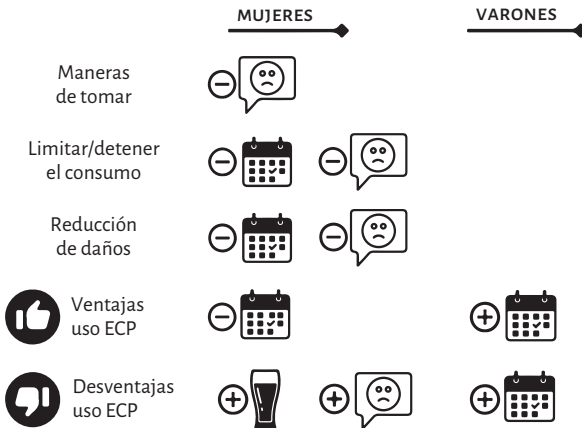
Nota. Los valores de cada barra corresponden al porcentaje de participantes que indicó cada categoría de desventaja del uso de ECP.

¿El consumo de alcohol, las ECP y la percepción de ventajas y desventajas están relacionados entre sí?

Finalmente, nos preguntamos si quienes utilizan las estrategias de protección presentan menor consumo y consecuencias asociadas y, a su vez, si la percepción de ventajas y desventajas en el uso de estas estrategias también se relaciona con el consumo y problemas derivados. Para ello, realizamos análisis de correlaciones –utilizando coeficientes de correlación de Pearson o Spearman–. A continuación, presentaremos la interpretación de los resultados encontrados, pero quien tenga interés en consultar el valor de cada correlación puede dirigirse a las tablas anexas, al final de este capítulo (Tablas suplementarias 1 y 2).

A nivel global, encontramos que el uso frecuente de las ECP *limitar/detener el consumo y reducción de daños* se relacionó con menor frecuencia de consumo. A su vez, usar más frecuentemente las ECP referidas a *maneras de tomar* se relacionó con menor cantidad de alcohol consumido. Además, las personas que más utilizaron los tres tipos de ECP sufrieron menor cantidad de problemas derivados del consumo. Por otro lado, quienes percibieron mayor cantidad de ventajas del uso de ECP, efectivamente, utilizaron las ECP referidas a limitar/detener el consumo de manera más frecuente. Y quienes percibieron mayor cantidad de desventajas, consumieron mayor cantidad de alcohol y experimentaron más cantidad de consecuencias negativas.

FIGURA 6. Relación entre las ECP, ventajas y desventajas percibidas e indicadores de consumo de alcohol en mujeres y varones



Nota. El signo menos indica asociaciones negativas y el signo más indica asociaciones positivas. El calendario representa la frecuencia de consumo, el vaso la cantidad de medidas consumidas por ocasión y la cara triste las consecuencias negativas experimentadas por el consumo.

Al estudiar estas mismas asociaciones, pero de manera separada por sexo, encontramos los resultados descriptos en la figura 6 (el signo menos indica cuando son asociaciones negativas, por ejemplo: “a mayor uso de ECP, menor consumo de alcohol” y el signo más indica asociaciones positivas, por ejemplo: “a mayor percepción de desventajas del uso de ECP, más consumo de alcohol”). Las mujeres que utilizaron más frecuentemente las ECP limitar/detener el consumo y reducción de daños consumieron alcohol con menor frecuencia y sufrieron menos cantidad

de consecuencias negativas. La cantidad de consecuencias también fue menor en quienes usaron las ECP maneras de tomar. Además, percibir más ventajas del uso de ECP se relacionó con menos frecuencia de consumo y percibir más desventajas se asoció con más cantidad de alcohol consumido y más problemas derivados del consumo. En los varones, el panorama fue bastante diferente, ya que la percepción de más ventajas y más desventajas del uso de ECP se asoció con una mayor frecuencia de consumo; sin embargo, las demás asociaciones que habían sido significativas en las mujeres, no lo fueron para los varones.

Conclusiones y horizontes futuros

Los resultados presentados han respondido a algunas de las preguntas que teníamos al comenzar la investigación, pero, a la vez, han abierto otros interrogantes. En líneas generales, pudimos observar que mujeres y varones consumieron alcohol con una frecuencia similar –alrededor de ocho días en dos meses– y, en ese período, ambos experimentaron aproximadamente cinco consecuencias negativas por el consumo. Otro hecho remarcable es que, cada vez que consumieron alcohol, estos/as universitarios/as exhibieron CEEA o estuvieron cerca del límite de ese consumo problemático –ya que reportaron un promedio de cuatro medidas de alcohol por ocasión de consumo–.

Aunque hace algunos años se observaba que, en general, los varones presentaban mayor consumo que las mujeres, en la última década esta brecha ha disminuido. Esa reducción, que algunos han observado también en sustancias como marihuana, es preocupante, ya que responde principalmente a que las mujeres están incrementando su consumo (McCaul et al., 2019). Es importante volver a destacar que, aunque los varones toman una mayor cantidad de alcohol, la cantidad promedio que toman corresponde o está cercana, en mujeres y en varones, al patrón CEEA. Ante este panorama, resulta de vital importancia orientar nuestros esfuerzos en la implementación de estrategias o programas para reducir el consumo y/o mitigar sus efectos.

Como ya hemos mencionado, las ECP presentan un potencial de aplicación que puede ser utilizado para diferentes políticas preventivas. Algo que no hemos mencionado hasta el momento es que las ECP pueden ser promovidas mediante talleres o campañas preventivas masivas. En general podemos considerarla habilidades que se pueden aprender, ejercitar y mejorar con el tiempo. En tanto factores que modulan el

consumo de alcohol, los/as investigadores/as las consideramos factores *plásticos* –es decir, maleables–. En cambio, otros factores se consideran más estables, formados muy temprano en el desarrollo, y potencialmente con raíces biológicas –con lo cual, resulta más complejo modificarlos–. En este terreno se encuentran los rasgos de personalidad, como la búsqueda de sensaciones –la tendencia a procurar experiencias novedosas, intensas y variadas– o el neuroticismo –la tendencia a experimentar emociones negativas con alta frecuencia o intensidad–, entre otros (McCrae & Costa, 1997).

Como fue señalado, la mayoría de las investigaciones sobre ECP provienen de otros países, mientras que las realizadas en Argentina son incipientes. Es necesario, entonces, realizar estudios locales para determinar si lo observado en otras partes del mundo se replica o no en nuestro contexto, y por ello presentamos los resultados de una investigación que hicimos en estudiantes universitarios/as argentinos/as. En línea con otros estudios (LaBrie et al., 2011; Tyler et al., 2018), encontramos que los tres tipos de ECP –maneras de tomar, limitar/detener el consumo y reducción de daños– fueron empleados de manera más frecuente por mujeres, en comparación a los varones. Entonces, aunque varones y mujeres toman alcohol de manera similar, estas últimas quienes principalmente optaron por realizar conductas que podrían protegerlas de diferentes situaciones no deseadas que ocurren bajo los efectos del alcohol. Esto podría sugerir simplemente que las mujeres tienden a utilizar más estas conductas; sin embargo, también es posible que esté indicando la mayor vulnerabilidad que ellas exhiben: un tema que debería ser abordado con mayor profundidad al pensar e implementar políticas públicas para reducir los problemas derivados del uso de alcohol.

Ahora bien, para intentar comprender por qué algunas personas deciden usar o no estas estrategias, en nuestra investigación también consultamos sobre las ventajas y desventajas percibidas con relación al uso de ECP, un factor que podría influir en la decisión de implementarlas (Bravo et al., 2018). La *buena* noticia es que, en general, las personas encontraron más ventajas que desventajas. Aunque varones y mujeres percibieron una cantidad similar de desventajas, las mujeres señalaron más ventajas. Nuevamente, esta diferencia es un resultado de relevancia que debería ser foco de políticas públicas –por ejemplo, para incrementar la percepción de ventajas y el uso de ECP en varones–. Las ventajas que fueron reportadas por la mayoría de los/as participantes, con porcentajes un poco más altos en mujeres, referían a la posibilidad de prevenir consecuencias negativas y aumentar la seguridad, tanto propia

como de terceros/as. También, la posibilidad de disfrutar de la salida y de ahorrar dinero aparecieron como ventajas que, en este caso, fueron más frecuentes en varones. Estos resultados son valiosos a la hora de pensar estrategias de intervención. Por ejemplo, podrían pensarse intervenciones diferenciales para ambos sexos que destaquen, en cada caso, las ventajas del uso de ECP más sobresalientes para cada grupo. Esto podría favorecer –motivar– un mayor uso de ECP. En cuanto a las desventajas, un porcentaje más alto de mujeres mencionó que usarlas traería conflictos con sus pares y que, en algunos casos, resultaba difícil implementarlas. Otras desventajas, más mencionadas por varones, referían al conflicto de intereses que generaba usarlas –es decir, si la idea es pasarse de copas para relajarse, las ECP irían en contra de ese objetivo– y en otros casos, aunque en menor medida, no fueron consideradas muy efectivas. Esta información resulta relevante, ya que podría servir de insumo para que diferentes intervenciones apunten a modificar algunas de esas percepciones, por ejemplo, mostrando que en algunas situaciones tales estrategias pueden ser efectivas y sencillas de aplicar. Al respecto, intervenciones basadas en el modelo de normas sociales –que buscan modificar el comportamiento de las personas tomando como insumo percepciones sobre la ocurrencia de determinados comportamientos– podrían servir para aumentar la percepción de ventajas o disminuir la percepción de desventajas asociadas al uso de ECP.

Por último, para avanzar en comprender de qué manera impactan las percepciones y conductas en el consumo de alcohol, evaluamos si todas estas variables efectivamente estaban relacionadas. Si bien era esperable encontrar diferencias entre varones y mujeres –en base a los trabajos previos que revisamos–, no deja de sorprender cuán diferentes fueron los resultados según el sexo. Por un lado, las mujeres que usaron más ECP y percibieron más ventajas de su uso fueron quienes consumieron menos alcohol y experimentaron menos consecuencias, mientras que aquellas que enumeraron más desventajas presentaron mayor consumo y consecuencias. En este sentido, encontramos resultados parecidos en estudios de otras partes del mundo (Lewis et al., 2010; Tyler et al., 2018), ya que a nivel local vemos que las estrategias tienen un rol protector en las mujeres. En cambio, en los varones ninguna de estas asociaciones resultó significativa –es decir, no parece haber un patrón claro que relacione el uso de ECP con la manera de tomar alcohol o con los problemas experimentados–. De hecho, el único resultado significativo y ciertamente llamativo, es que la percepción de mayor cantidad de ventajas y desventajas –ambas– se relacionó con una mayor frecuencia de consumo. Dado que el uso de las ECP

no parece influir en el consumo de varones, el enumerar o conocer más sobre los *pros* y *contras* pareciera obedecer al hecho de que quienes consumen más frecuentemente conocen este tipo de conductas al observarlas –en amigos/as o conocidos/as–, pero no necesariamente las aplican.

Lo descripto al final del último párrafo es meramente una suposición y aquí es donde se abren los interrogantes que creemos necesitan ser abordados en futuras investigaciones: ¿los varones aplican otro tipo de estrategias de protección del consumo de alcohol que desconocemos? Por ejemplo, en una investigación realizada en contextos nocturnos de Buenos Aires (Schmidt et al., 2019), los varones manifestaron que una práctica de cuidado a la hora de consumir sustancias psicoactivas suele ser la evitación de peleas bajo los efectos de las sustancias –una consecuencia bastante común en ese grupo–. Otros interrogantes que nos planteamos son: ¿hay otro tipo de factores –cognitivos, conductuales– que pueden actuar como *protectores*? ¿Qué hace que algunos de ellos puedan consumir algunas copas de alcohol y decir “basta”, y otros no tengan freno cada vez que beben? Un dato no menor, y reiterado en estudios por encuestas, es que la cantidad de participantes varones en nuestra investigación fue inferior al 25%. Entonces, para responder cabalmente a nuestros interrogantes parece necesario que futuros estudios procuren contar con mayor participación de este grupo y de distintas identidades de género.

Otro aspecto a considerar es que las ECP refieren, principalmente, a comportamientos individuales realizados para disminuir los problemas asociados al consumo. Es posible que otras formas de cuidado o protección no incluidas dentro del marco de las ECP tradicionales estén jugando un rol relevante en la reducción de consecuencias negativas asociadas al consumo de alcohol, especialmente entre varones. Diversos estudios realizados en el contexto local refuerzan esta idea al señalar el rol protector de las prácticas grupales. Por ejemplo, un estudio sobre motivos para realizar la *previa* –es decir, juntarse con amigos/as a consumir alcohol antes de salir– identificó entre los principales el salir en grupo y con gente de confianza (Pilatti & Read, 2018). Estos motivos, que parecen tener un carácter más protector que de riesgo, mostraron asociaciones débiles o nulas con otros típicamente vinculados al consumo problemático, lo que sugiere que podrían estar funcionando como prácticas de cuidado grupal. Este hallazgo se alinea con los resultados de un estudio local (Schmidt et al., 2019), donde la práctica de “estar en grupo” y “no dejar a nadie solo” emerge como una estrategia central de protección ante riesgos del entorno nocturno. Finalmente, otra investigación realizada en nuestro medio (Schmidt

et al., 2023) mostró que las prácticas de cuidado más frecuentes entre jóvenes universitarios/as argentinos/as son tanto individuales –moderar el consumo o hidratarse– como grupales –mantenerse con el grupo o brindar contención entre pares–, sin diferencias significativas entre géneros. En conjunto, estos datos sugieren que algunas prácticas de protección de tipo colectivo o contextual podrían funcionar como factores de mitigación del riesgo de consumo problemático de alcohol y, por lo tanto, podrían ser una vía alternativa de intervención, especialmente en los casos donde las ECP tradicionales no muestran una asociación clara con el consumo o sus consecuencias. En este sentido, considerar estrategias tanto individuales como grupales de protección podría enriquecer futuras investigaciones y diseños preventivos culturalmente sensibles.

Implicancias para intervenciones

Como anticipamos, una de las principales virtudes de las ECP es que son *conductas* que pueden ser entrenadas, abriendo un amplio abanico de posibilidades para el desarrollo de campañas preventivas destinadas a reducir el consumo de alcohol y/o las consecuencias asociadas. En función de los resultados presentados, una estrategia preventiva debería apuntar a aumentar el uso de ECP para que, de esta manera, se reduzca el consumo y las consecuencias negativas (Peterson et al., 2021). Por ejemplo, investigadores de Estados Unidos llevaron a cabo un taller destinado a estudiantes universitarias en donde se les presentaban diferentes ECP que podían utilizarse para que el consumo no derive en consecuencias indeseadas (Kenney et al., 2014). Los resultados mostraron que el grupo que recibió la intervención incrementó el uso de ECP y disminuyó el consumo problemático (CEEA) y las consecuencias negativas. A la luz de nuestros resultados, este tipo de intervenciones sería particularmente favorable para aplicar con estudiantes mujeres, combinando componentes psicoeducativos y abordando las ventajas del uso de ECP aquí reportadas. Otros programas de intervención han utilizado la retroalimentación normativa –basados en el modelo de normas sociales mencionado antes– para mostrar evidencia de que las ECP son conductas frecuentes y comunes en el grupo de pares, y así incrementar el uso de ECP en quien recibe la intervención (Leavens et al., 2020). Este programa podría utilizarse en estudiantes mujeres y varones, para de este modo intentar corregir algunas *desventajas* percibidas, contrarrestando la idea de que –por ejemplo– el grupo de pares no aprueba el uso de ECP.

En conclusión, las ECP se posicionan como estrategias prometedoras para el abordaje del consumo de alcohol en universitarios/as, particularmente en mujeres. Más aún, en caso de ser efectivas se abre la posibilidad de aplicar intervenciones en otras poblaciones de riesgo como jóvenes no universitarios/as, adultos/as, personas con trastorno por uso de sustancias, entre otras.

Referencias

- Åberg, F., Byrne, C. D., Pirola, C. J., Männistö, V., & Sookoian, S. (2023). Alcohol consumption and metabolic syndrome: Clinical and epidemiological impact on liver disease. *Journal of Hepatology*, 78(1), 191–206. <https://doi.org/10.1016/j.jhep.2022.08.030>
- Blanchard, B. E., Stevens, A. K., & Littlefield, A. K. (2017). Protective Behavioral Strategies and Alcohol Consumption: Are All Strategies Equal? *Alcoholism Treatment Quarterly*, 36(1), 72–85. <https://doi.org/10.1080/07347324.2017.1387034>
- Blanchard, B. E., Stevens, A. K., & Littlefield, A. K. (2021). Differences in alcohol-related protective behavioral strategies among female and male college students. *Addictive Behaviors*, 120, 106969. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106969>
- Bonar, E. E., Rosenberg, H., Hoffmann, E., Kraus, S. W., Kryszak, E., Young, K. M., Ashrafioun, L., Pavlick, M., & Bannon, E. E. (2011). Measuring university students' self-efficacy to use drinking self-control strategies. *Psychology of Addictive Behaviors*, 25, 155–161. <http://dx.doi.org/10.1037/a0022092>
- Bravo, A. J., Pearson, M. R., Stevens, L. E., & Henson, J. M. (2018). Weighing the pros and cons of using alcohol protective behavioral strategies: A qualitative examination among college students. *Substance Use & Misuse*, 53(13), 2190–2198. <https://doi.org/10.1080/10826084.2018.1464026>
- Bravo, A. J., Weinstein, A. P., Pearson, M. R., & Protective Strategies Study Team. (2019). The relationship between risk factors and alcohol and marijuana use outcomes among concurrent users: A comprehensive examination of protective behavioral strategies. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 80(1), 102–108. <https://doi.org/10.15288/jsad.2019.80.102>
- Doumas, D. M., Miller, R., & Esp, S. (2017). Impulsive sensation seeking, binge drinking, and alcohol-related consequences: Do protective behavioral strategies help high risk adolescents?. *Addictive Behaviors*, 64, 6–12.
- Fernández-Calderón, F., González-Ponce, B. M., Díaz-Batanero, C., & Lozano-Rojas, Ó. M. (2021). Predictive utility of protective behavioral strategies for alcohol-related outcomes in a community sample of young adults. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*, 82(4), 476–485. <https://doi.org/10.15288/jsad.2021.82.476>
- Kenney, S. R., Napper, L. E., LaBrie, J. W., & Martens, M. P. (2014). Examining the efficacy of a brief group protective behavioral strategies skills training alcohol inter-

- vention with college women. *Psychology of Addictive Behaviors*, 28(4), 1041-1051. <https://doi.org/10.1037/a0038173>
- LaBrie, J. W., Lac, A., Kenney, S. R., & Mirza, T. (2011). Protective behavioral strategies mediate the effect of drinking motives on alcohol use among heavy drinking college students: Gender and race differences. *Addictive Behaviors*, 36(4), 354-361.
- Leavens, E. L., Miller, M. B., Brett, E. I., Baraldi, A., & Leffingwell, T. R. (2020). Influencing college students' normative perceptions of protective behavioral strategies: A pilot randomized trial. *Addictive Behaviors*, 104, 106256. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.106256>
- Lewis, M. A., Rees, M., Logan, D. E., Kaysen, D. L., & Kilmer, J. R. (2010). Use of drinking protective behavioral strategies in association to sex-related alcohol negative consequences: the mediating role of alcohol consumption. *Psychology of Addictive Behaviors*, 24(2), 229-238. <https://doi.org/10.1037/a0018361>
- Li, X., Clarke, N., Kim, S. Y., Ray, A. E., Walters, S. T., & Mun, E. Y. (2022). Protective behavioral strategies are more helpful for avoiding alcohol-related problems for college drinkers who drink less. *Journal of American College Health*, 70(5), 1493-1499. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1807555>
- Looby, A., Bravo, A. J., Kilwein, T. M., Zimmerman, L., Pearson, M. R., & Protective Strategies Study Team (2019). Alcohol-related protective behavioral strategies as a mediator of the relationship between drinking motives and risky sexual behaviors. *Addictive Behaviors*, 93, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.01.009>
- Maddern, X. J., Ursich, L. T., Bailey, G., Pearl, A., Anversa, R. G., Lawrence, A. J., & Walker, L. C. (2024). Sex Differences in Alcohol Use: Is It All About Hormones?. *Endocrinology*, 165(9), bqae088. <https://doi.org/10.1210/endoctr/bqae088>
- McCaul, M. E., Roach, D., Hasin, D. S., Weisner, C., Chang, G., & Sinha, R. (2019). Alcohol and women: a brief overview. *Alcoholism, Clinical and Experimental Research*, 43(5), 774-779. <https://doi.org/10.1111/acer.13985>
- McCrae R. R., & Costa P. T. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist*, 52, 509-516.
- National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (2022). Understanding Binge Drinking.
- Observatorio Argentino de Drogas (2023). Encoprac en población universitaria. <https://n9.cl/qfo8z>
- Pearson, M. R. (2013). Use of alcohol protective behavioral strategies among college students: A critical review. *Clinical Psychology Review*, 33(8), 1025-1040. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.08.006>
- Pearson, M. R., Kite, B. A., & Henson, J. M. (2013). Unique direct and indirect effects of impulsivity-like traits on alcohol-related outcomes via protective behavioral strategies. *Journal of Drug Education*, 42(4), 425-446. <https://doi.org/10.2190/DE.42.4.d>
- Peterson, R., Kramer, M. P., Pinto, D., De Leon, A. N., Leary, A. V., Marin, A. A., Cora, J. L., & Dvorak, R. D. (2021). A comprehensive review of measures of protective behavioral strategies across various risk factors and associated PBS-related interventions. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 29(3), 236-250. <https://doi.org/10.1037/pha0000498>

- Pilatti, A., Bravo, A. J., Michelini, Y., & Pautassi, R. M. (2021). ELSA 2018 Cohort: Protective behavioral strategies as mediators of the relationship between risk factors and alcohol outcomes in argentinean college freshmen. *Alcohol and Alcoholism*, 56(4), 460–469. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agaat11>
- Pilatti, A., Fernández Calderón, F., Rivarola Montejano, G., Michelini, Y., & Pautassi, R. M. (2019). Perfiles de consumo de sustancias y contextos recreativos en estudiantes universitarios argentinos. , 19(2), 91–102. <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i2.446>
- Pilatti, A., & Read, J. P. (2018). Development and psychometric evaluation of a new measure to assess pregaming motives in Spanish-speaking young adults. *Addictive Behaviors*, 81, 134–142. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.01.019>
- Pilatti, A., Read, J. P., & Caneto, F. (2016). Validation of the Spanish Version of the Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire (S-YAACQ). *Psychological Assessment*, 28(5), e49–e61. <https://doi.org/10.1037/pas0000140>
- Pilatti, A., Read, J. P., & Pautassi, R. M. (2017). ELSA 2016 cohort: Alcohol, tobacco, and marijuana use and their association with age of drug use onset, risk perception, and social norms in Argentinean college freshmen. *Frontiers in Psychology*, 8, 1452. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01452>
- Pilatti, A., Read, J. P., Vera, B. del V., Caneto, F., Garimaldi, J. A., & Kahler, C. W. (2014). The Spanish version of the Brief Young Adult Alcohol Consequences Questionnaire (B-YAACQ): a Rasch model analysis. *Addictive Behaviors*, 39(5), 842–847. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2014.01.026>
- Pilatti, A., Vera, B. D. V., Guzmán, M. L., & Pautassi, R. M. (2019). Estrategias conductuales de protección y consumo de alcohol en estudiantes universitarios: variaciones entre cursado y receso académico de verano. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 11(3), 46–60.
- Read, J. P., Kahler, C. W., Strong, D. R., & Colder, C. R. (2006). Development and preliminary validation of the young adult alcohol consequences questionnaire. *Journal of Studies on Alcohol*, 67(1), 169–177. <https://doi.org/10.15288/jsa.2006.67.169>
- Richards, D. K., Schwebel, F. J., Bravo, A. J., Pearson, M. R., & Cross-Cultural Addictions Study Team. (2021). A comparison of cannabis protective behavioral strategies use across cultures and sex. *Addictive Behaviors*, 120, 106966. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106966>
- Sánchez-García, M., Lozano-Rojas, Ó. M., Díaz-Batanero, C., Carmona-Márquez, J., Rojas-Tejada, A. J., & Fernández-Calderón, F. (2020). Spanish adaptation of the protective behavioral strategies scale-20 (S-PBSS-20) and evaluation of its psychometric properties in university students. *Psicothema*, 32(4), 598–606. <https://doi.org/10.7334/psicothema2020.172>
- Schmidt, V., Lo Giusto, O., Di Puglia, G., Martucci, F., Alvarez Ituráin, A., & Bustamante, A. (2023). Riesgos y cuidados de jóvenes usuarios/as de sustancias psicoactivas. Una aproximación cuantitativa a sus prácticas en eventos nocturnos de la ciudad de Buenos Aires. *Revista OBETS*, 18(2), 365–380. <https://doi.org/10.14198/obets.23150>

- Schmidt, V., Martucci, F., Puglia, G. D., Lo Giusto, O., Rijana, I., & Iturain, A. A. (2019). Estudio cualitativo sobre prácticas de riesgo y de cuidado en escenarios nocturnos de presencia masiva de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. *Salud Colectiva*, 15, e2171. <https://doi.org/10.18294/sc.2019.2171>
- Schwebel, F. J., Weinstein, A. P., Richards, D. K., Bravo, A. J., & Pearson, M. R. (2021). Examining Cross-Country and Sex Differences on a Comprehensive Assessment of Protective Behavioral Strategies for Alcohol. *Substance Use & Misuse*, 57(1), 47–56. <https://doi.org/10.1080/10826084.2021.1990330>
- Sugarman, D. E., & Carey, K. B. (2007). The relationship between drinking control strategies and college student alcohol use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 21, 338–345.
- Treloar, H., Martens, M. P., & McCarthy, D. M. (2015). The Protective Behavioral Strategies Scale-20: Improved content validity of the Serious Harm Reduction subscale. *Psychological Assessment*, 27(1), 340–46. <https://doi.org/10.1037/pas0000071>
- Tyler, K. A., Schmitz, R. M., Ray, C. M., Adams, S. A., & Simons, L. G. (2018). The role of protective behavioral strategies, social environment, and housing type on heavy drinking among college students. *Substance Use & Misuse*, 53(5), 724–733. <https://doi.org/10.1080/10826084.2017.1363235>
- Zamboanga, B. L., Wickham, R. E., George, A. M., Olthuis, J. V., Pilatti, A., Madson, M. B., Ford, K., & Dresler, E. (2021). The brief young adult alcohol consequences questionnaire: a cross-country examination among university students in Australia, New Zealand, Canada, Argentina, and the United States. *Drug and Alcohol Dependence*, 227, 108975. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2021.108975>

Anexo

TABLA SUPLEMENTARIA 1. Asociaciones entre indicadores de consumo de alcohol, dimensiones de ECP y ventajas y desventajas percibidas del uso de ECP en toda la muestra de universitarios/as

	1	2	3	4	5	6	7
1- Frecuencia ALC							
2- Cantidad ALC	.19						
3- Problemas ALC	.22	.24					
4- ECP maneras de tomar	-.06	-.14	-.28				
5- ECP limitar/detener el consumo	-.15	-.04	-.21	.38			
6- ECP reducción de daños	-.21	-.03	-.25	.32	.40		
7- Ventajas ECP	-.10	.02	.01	.09	.13	.11	
8- Desventajas ECP	.11	.15	.25	-.09	-.03	-.07	.32

Nota. Considerando el nivel de medición de cada variable, las correlaciones entre indicadores de consumo y dimensiones de ECP se realizaron con el coeficiente de correlación de Pearson y las correlaciones entre ventajas y desventajas con indicadores de consumo y ECP se realizaron con el coeficiente de correlación de Spearman.

TABLA SUPLEMENTARIA 2. Asociaciones entre indicadores de consumo de alcohol, dimensiones de ECP y ventajas y desventajas percibidas del uso de ECP en mujeres y varones universitarios/as

	1	2	3	4	5	6	7	8
1- Frecuencia ALC		.34	.29	-.03	-.06	-.03	.38	.35
2- Cantidad ALC	.16		-.03	-.09	-.10	.13	.20	.14
3- Problemas ALC	.21	.32		-.06	-.20	-.05	.10	.30
4- ECP maneras de tomar	-.08	-.13	-.34		.45	.16	-.14	-.07
5- ECP limitar/detener el consumo	-.18	-.01	-.22	.35		.36	.06	.08
6- ECP reducción de daños	-.27	-.01	-.31	.34	.41		.11	.08
7- Ventajas ECP	-.21	-.01	-.02	.12	.12	.06		.54
8- Desventajas ECP	.06	.17	.24	-.13	-.06	-.11	.26	

Nota. La diagonal inferior presenta los resultados correspondientes a las mujeres y la diagonal superior presenta los resultados que corresponden a varones. Considerando el nivel de medición de cada variable, las correlaciones entre indicadores de consumo y dimensiones de ECP se realizaron con el coeficiente de correlación de Pearson y las correlaciones entre ventajas y desventajas con indicadores de consumo y ECP se realizaron con el coeficiente de correlación de Spearman.