

Artículos

Malestar Psicológico y Abuso de Sustancias en Estudiantes: Una Revisión Sistemática

Psychological Distress and Substance Abuse in Students: A Systematic Review

Jesús Ulises García Alcalá

Universidad de Guadalajara

Resumen

Este artículo analiza la relación entre el malestar psicológico y el abuso de sustancias en estudiantes. Se realizó una revisión sistemática siguiendo la metodología PRISMA. Los criterios de inclusión abarcaron artículos originales publicados entre 1993 y 2023, en inglés y español, extraídos de Web of Science y Scopus, que abordaran ambas variables en muestras estudiantiles. La literatura predominantemente cuantitativa y transversal mostró una clara tendencia a sustentar la hipótesis de que, a mayor malestar psicológico, mayor es el abuso de sustancias. Se concluye que las investigaciones enfocadas en la salud mental positiva y en factores protectores ofrecen soluciones y una orientación valiosa para entender los fenómenos conductuales de los estudiantes y desarrollar estrategias efectivas.

Palabras clave: revisión sistemática, depresión, ansiedad, alcohol, tabaco, drogas

Autor

Jesús Ulises García Alcalá. Departamento de Psicología de la Universidad de Guadalajara

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1285-9555>

Autor para correspondencia: Jesús Ulises García Alcalá email: ulisesgarpsc@gmail.com

Abstract

This article analyzes the relationship between psychological distress and substance abuse in students. A systematic review was conducted following the PRISMA methodology. Inclusion criteria encompassed original articles published between 1993 and 2023, in English and Spanish, sourced from Web of Science and Scopus, which addressed both variables in student samples. The literature, predominantly quantitative and cross-sectional, showed a clear tendency to support the hypothesis that greater psychological distress is associated with increased substance abuse. It is concluded that research focused on positive mental health and protective factors offers valuable solutions and guidance for understanding student behavioral phenomena and developing effective strategies.

Key words: systematic review, depression, anxiety, alcohol, tobacco, drugs

DOI <https://doi.org/10.36793/psicumex.v15i1.706>

Recibido 17 – Enero – 2024

Aceptado 20 – Abril – 2025

Publicado 26 – Junio – 2025



Introducción

El malestar psicológico y el abuso de sustancias son fenómenos psicosociales complejos que impactan negativamente la salud, tanto de la población en general como de los estudiantes. El malestar psicológico se define como una condición caracterizada por elevados niveles de angustia emocional y la presencia de sintomatología de ansiedad y depresión. Sus manifestaciones incluyen signos emocionales, cognitivos y/o conductuales, y puede estar asociado a trastornos psicológicos o surgir como una respuesta ante situaciones estresantes (Franzoi et al., 2023; McGinty et al., 2020).

La relevancia del malestar psicológico en la salud pública ha impulsado un creciente interés por parte de la comunidad científica. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), se estima que el 5 % de la población total de adultos en el mundo sufre depresión y que el 4 % padece ansiedad. Estas dos condiciones forman parte de las principales causas de discapacidad laboral y suicidio en el mundo (OMS, 2023a; OMS, 2023b). El malestar psicológico también se asocia con una mayor vulnerabilidad y riesgo de padecer problemas de salud física, como enfermedades cardiovasculares, trastornos gastrointestinales y compromiso del sistema inmunológico (Bertelli et al., 2022). De igual manera, los trastornos del sueño (como insomnio o hipersomnía) son frecuentes en individuos con malestar psicológico, y la falta de sueño adecuado puede tener consecuencias significativas en la energía de la persona y en su estado de ánimo (Yuksel et al., 2021).

En consecuencia, el malestar psicológico puede afectar el funcionamiento diario de un individuo, interfiriendo en su capacidad para llevar a cabo tareas cotidianas, cumplir con responsabilidades y mantener relaciones sociales. En contextos académicos o laborales, se manifiesta como una dificultad para concentrarse en tareas exigentes, lo que suele resultar en una disminución del rendimiento (Parent-Lamarche y Hallée, 2023).

En las dimensiones cognitivas y emocionales, la presencia crónica del malestar psicológico conlleva un sufrimiento constante, acompañado de sentimientos de desesperanza, desesperación y pérdida del interés



en actividades placenteras. Esto no solo perjudica la calidad de vida, sino que también incrementa significativamente el riesgo de ideación y conducta suicida (Twenge et al., 2019). Adicionalmente, debido a las afectaciones asociadas, la capacidad cognitiva también puede verse afectada, lo que ocasiona dificultades en la focalización y mantenimiento de la atención, la toma de decisiones y una mayor propensión a la impulsividad (McKewen et al., 2019).

En este sentido, el malestar psicológico persistente es un factor de riesgo y un indicador clave del deterioro de la salud mental. Puede desencadenar o agravar síntomas, o incluso el desarrollo completo de algún trastorno mental, como la depresión, ansiedad, trastornos alimenticios, de abuso o dependencia de sustancias (Kilic et al., 2021).

Por otra parte, el abuso de sustancias constituye una problemática de salud a nivel mundial. La Organización Mundial de la Salud estima que 205 millones de personas en el mundo consumen drogas ilícitas y que esto representa un incremento del riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares y metabólicas, así como de muerte por sobredosis y suicidio (OMS, 2019). Además, el abuso de sustancias incrementa significativamente el riesgo de padecer sobredosis, especialmente cuando se tiene deficiente control de impulsos y desarrollo de tolerancia a la sustancia. Esta última se refiere a la necesidad de consumir dosis cada vez mayores para obtener los mismos efectos que las ocasiones anteriores. La sobredosis, por su parte, se produce cuando la cantidad de sustancia psicoactiva ingerida excede la capacidad del cuerpo para metabolizarla de manera segura; esto puede ser fatal y representa un problema de salud pública en diversos países (Garofoli, 2020).

El trastorno por abuso de sustancias es una condición psiquiátrica marcada por un patrón conductual de consumo excesivo de sustancias psicoactivas, y que se relaciona con un desajuste psicosocial, lo que resulta en consecuencias adversas para el individuo y su entorno (Lanza et al., 2020). El abuso excesivo o



crónico de sustancias acarrea graves repercusiones para la salud física. Afecta órganos como el hígado, el sistema cardiovascular, los pulmones y el sistema nervioso central, lo que puede generar o agravar enfermedades hepáticas, cardiovasculares, respiratorias y neurológicas (Pérez-Gómez et al., 2020). También está asociado con la desregulación emocional, el desajuste psicosocial y un elevado riesgo de padecer trastornos psiquiátricos, como la ansiedad, depresión y trastornos psicóticos (De Berardis et al., 2020) y perjudica las funciones ejecutivas de carácter cognitivo. Esto da lugar a dificultades en la focalización y mantenimiento de la atención, la memoria y toma de decisiones. Dichos efectos inciden negativamente en la capacidad de trabajar y realizar tareas cotidianas (Pichini et al., 2020).

En ocasiones, el consumo de sustancias sirve como un mecanismo de afrontamiento ante situaciones desafiantes. Sin embargo, esto exacerba los problemas psicológicos preexistentes y crea un ciclo vicioso en el que los patrones de abuso de sustancias y sus consecuencias negativas se perpetúan (Saladino et al., 2021). Existen consecuencias sociales que es posible observar en algunos casos de personas con trastorno por abuso de sustancias: por ejemplo, arrestos por delitos relacionados con drogas, pérdida de relaciones interpersonales, falta de confianza, problemas de comunicación y pérdida de empleo o expulsión de un programa educativo debido al bajo rendimiento o absentismo (Sekar y Bhuvanewari, 2023).

De manera general, los trastornos por abuso de sustancias comprometen y condicionan económicamente a los sistemas de salud, a los servicios de asistencia social y a la fuerza laboral de la sociedad. Los costos derivados del tratamiento médico, la atención de emergencia, la rehabilitación y la pérdida de productividad laboral imponen una carga en este sentido (Taufique et al., 2023). Asimismo, el tratamiento y la rehabilitación plantean desafíos para las familias o cuidadores. Para lograr una recuperación integral, es necesario el involucramiento de las redes de apoyo, complementado con el tratamiento farmacológico y psicoterapéutico, incluyendo el trabajo en grupos de apoyo (Franco et al., 2021).



En este contexto, resulta crucial destacar que la vulnerabilidad de los estudiantes a experimentar malestar psicológico y a caer en el abuso de sustancias puede explicarse por una combinación de factores psicológicos, sociales y ambientales. El contexto estudiantil coincide con un período de significativo desarrollo evolutivo y psicosocial, caracterizado por múltiples transiciones. Estas abarcan desde la infancia hasta la adultez temprana, etapas que pueden estar acompañadas con cambios de distinta índole, como hormonales, de estilo de vida y la adquisición de nuevas responsabilidades (Valente y Crescenzi-Lanna, 2022).

Diversas investigaciones reportan una alta incidencia de malestar psicológico en estudiantes, particularmente, en términos de sintomatología de ansiedad, depresión y riesgo suicida (Franzoi et al., 2021; Granieri et al., 2022). Más específicamente, los estudiantes a menudo enfrentan el manejo del rendimiento académico, las labores del hogar, la mudanza, una mayor autonomía; además, experimentan situaciones sociales que, en ocasiones, pueden ser desafiantes para el individuo y, por consiguiente, propiciar estrés y contribuir al malestar psicológico. También, la influencia de los compañeros, el uso inadecuado de redes sociales y la presión social en entornos escolares se han señalado como factores relevantes en la aparición de malestar psicológico y abuso de sustancias (Herrero et al., 2022; Messina et al., 2021).

Los estudiantes con predisposición al malestar psicológico y abuso de sustancias afrontan el riesgo de entrar en un ciclo de retroalimentación negativa, donde el consumo de sustancias puede proporcionar alivio temporal al malestar. No obstante, a largo plazo, puede contribuir a la exacerbación de los problemas psicológicos y de las condiciones psicosociales que en principio han generado o agravado el malestar psicológico (Castaldelli-Maia et al., 2019).

Si bien la producción científica en términos de resultados originales y estudios de caso sobre el malestar psicológico y el abuso de sustancias es vasta, se ha detectado una carencia de revisiones sistemáticas que, entre 1993 y 2023, aborden específicamente la articulación entre ambos fenómenos en un contexto



estudiantil. Por lo tanto, la presente revisión sistemática se propuso analizar los aportes de la literatura científica al entendimiento de la relación entre el malestar psicológico y el abuso de sustancias en estudiantes.

Metodología

La revisión sistemática se realizó de acuerdo con la metodología de la declaración PRISMA (por sus siglas en inglés, Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), que aporta las pautas para la búsqueda, el procesamiento y reporte de revisiones sistemáticas (Moher et al., 2009).

Proceso de búsqueda

La búsqueda se realizó en las bases de datos de Scopus y Web of Science, donde se empleó la siguiente terminología de búsqueda en inglés: (“psychological distress”) *AND* (“substance abuse”) *AND* (student). Para Scopus, se buscaron los términos empleados en título, resumen y palabras clave. En Web of Science, la búsqueda se restringió al campo "tópico" (que incluye título, autor y palabras clave). En ambas bases de datos, se aplicó un filtro para incluir únicamente artículos científicos.

Criterios de inclusión y exclusión

Se consideraron investigaciones originales cuantitativas y cualitativas, de cualquier organización, que abordaran la relación entre el malestar psicológico y el abuso de sustancias, específicamente en el contexto académico. Se limitaron los artículos al inglés y español, y a aquellos publicados entre 1993 y 2023. Como criterios de exclusión, se descartaron los trabajos sin texto completo disponible, aquellos que no reportaron resultados originales o que eran exclusivamente teóricos, así como los que presentaban estudios de caso o disertaciones.

Evaluación de la calidad

Para emplear una evaluación crítica y determinar la calidad de los estudios considerados en la presente investigación, se emplearon los 20 componentes propuestos en la herramienta AXIS (Downes et



al., 2016), con énfasis particular en las secciones de método y resultados. Los aspectos evaluados incluyeron la relación entre las variables de interés (malestar psicológico y abuso de sustancias) en estudiantes, la claridad de los objetivos y su concordancia con el diseño de la investigación, la justificación del tamaño de la muestra y la definición del marco muestral, la descripción de los instrumentos empleados para extraer datos, la significancia estadística, la declaración adecuada de los datos básicos, el análisis del sesgo por la ausencia de respuesta, la consistencia de los resultados y su congruencia con los métodos propuestos.

Resultados

Se localizaron un total de 108 registros, de los cuales, 30 eran duplicados que no fueron tomados en cuenta. Posteriormente, se excluyeron 37 debido a no contar con acceso al documento completo, 12 porque no se centraban en la relación del malestar psicológico con el abuso de sustancias, 5 porque no presentaban resultados originales y 2 porque no contaban con una muestra de estudiantes. Quedando un total de 22 artículos que fueron analizados, tal como se puede apreciar en la Figura 1.

De las 22 publicaciones seleccionadas, todas cumplen con la mayoría de los criterios de evaluación de la herramienta AXIS, exhibiendo consistencia metodológica y congruencia en sus resultados, aunque se identificaron limitaciones en el proceso de selección de la muestra.

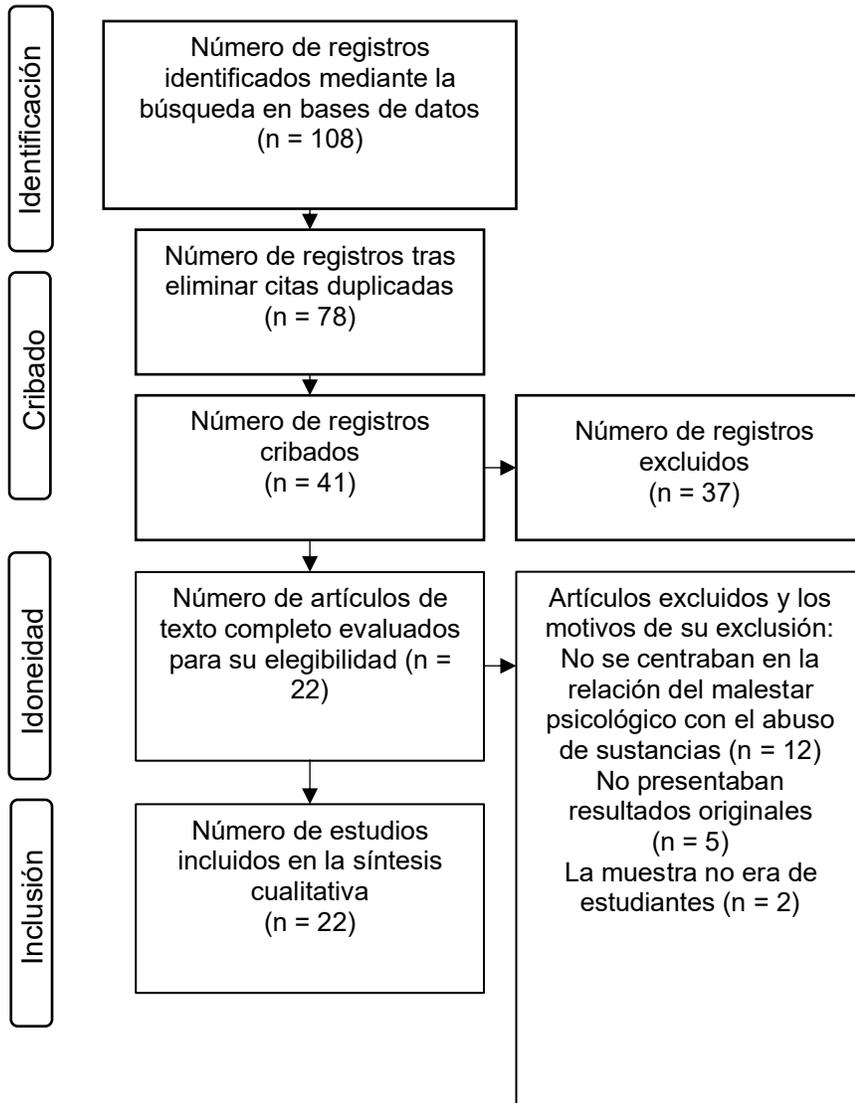
En cuanto al diseño de investigación, 20 emplearon un enfoque cuantitativo y transversal, mientras que dos utilizaron un diseño cuantitativo y longitudinal. Los resultados obtenidos abarcan desde un alcance correlacional hasta explicativo.

Respecto a la procedencia de las muestras de estudiantes (correspondientes a diferentes etapas del ciclo vital), 12 investigaciones fueron realizadas en Estados Unidos (EE. UU.). La distribución del resto de los estudios fue la siguiente: 1 en México, 1 en Brasil, 1 en Botsuana, 1 en Corea, 1 en Jamaica, República Dominicana y Trinidad y Tobago, 1 en Jordania, 1 en Colombia, Salvador, Nicaragua, Jamaica, Panamá y Uruguay, y 1 en Malasia. En la Tabla 1 se muestra la información.



Figura 1

Diagrama de flujo de la búsqueda de artículos (“[“psychological distress”] AND [“substance abuse”] AND [student])



Nota. Elaboración propia a partir de Moher et al. (2009).



Tabla 1*Artículos incluidos en la síntesis cualitativa*

Base de datos	Autoría/año de publicación	País	Variables estudiadas	Diseño de la investigación	Muestra
WOS	Rivera-Ledesma et al. (2013)	México	Malestar psicológico, género y conductas riesgosas.	Cuantitativo, transversal.	466
WOS	Meehan et al. (2013)	EUA	Autorregulación, externalización, malestar psicológico y uso de sustancias.	Cuantitativo, transversal.	236
WOS	Dangel et al. (2018)	EUA	El perdón, el uso de sustancias, síntomas depresivos y desesperanza.	Cuantitativo, transversal.	577
WOS	Masri et al. (2019)	Jordania	Bienestar, salud mental, malestar psicológico y consumo de alcohol.	Cuantitativo, transversal.	479
WOS	Marx y Sloan (2003)	EUA	Trauma, consumo de alcohol, malestar psicológico.	Cuantitativo, transversal.	600
WOS	Sanders-Phillips et al. (2014)	EUA	Discriminación percibida, uso de drogas y malestar psicológico.	Cuantitativo, transversal.	567
WOS	Olashore et al. (2018)	Botsuana	Uso de sustancias, malestar psicológico y datos sociodemográficos.	Cuantitativo, transversal.	401
WOS	Weyandt et al. (2009)	EUA	Uso de estimulantes y variables psicológicas.	Cuantitativo, transversal.	390
WOS	Juon et al. (1994)	Corea	Suicidio, depresión, malestar psicológico, uso de sustancias.	Cuantitativo, transversal.	9886
WOS	Ponnet et al. (2015)	EUA	Performance académico, malestar psicológico y uso de estimulantes.	Cuantitativo, transversal.	3589
WOS	Peltzer y Pengpid (2022)	República Dominicana, Jamaica y Trinidad y Tobago	Uso de poslisisustancias, datos sociodemográficos y malestar psicológico.	Cuantitativo, transversal.	6269
WOS	Raveendranathan et al. (2020)	India	Género, consumo de alcohol y malestar psicológico.	Cuantitativo, transversal.	5442
WOS	Longman-Mills et al. (2013)	Colombia, Salvador, Nicaragua, Jamaica, Panamá y Uruguay	Maltrato, consumo de alcohol y cannabis, malestar psicológico.	Cuantitativo, transversal.	2294
WOS	Dennhardt y Murphy (2011)	EUA	Depresión, tolerancia y problemas con el alcohol.	Cuantitativo, transversal.	206
WOS		Brasil	Depresión y uso de sustancias.	Cuantitativo, transversal.	1271



Base de datos	Autoría/año de publicación	País	Variables estudiadas	Diseño de la investigación	Muestra
	Camargo Júnior et al. (2023)				
WOS	Rom et al. (2023)	Malasia	Impacto psicológico, malestar psicológico, ajuste psicosocial.	Cuantitativo, transversal.	603
SCOPUS	Dangel et al. (2018)	EUA	Dolor psicológico, malestar psicológico y uso de sustancias.	Cuantitativo, transversal.	463
SCOPUS	Beato-Fernández et al. (2007)	EUA	Género, malestar psicológico, uso de sustancias e ingesta.	Cuantitativo, longitudinal de 2 años.	1076
SCOPUS	Sirri et al. (2015)	EUA	Hipocondriasis, malestar psicológico y comportamiento.	Cuantitativo, transversal.	948
SCOPUS	Griffin et al. (2001)	EUA	Competencias, uso de sustancias y bienestar psicológico.	Cuantitativo, longitudinal de 3 años.	849
SCOPUS	Coogan et al. (1998)	EUA	Consumo de tabaco, factores psicológicos.	Cuantitativo, transversal.	4884
SCOPUS	Gates y Odar Stough (2022)	EUA	Consumo nocivo de alcohol y comida, factores de riesgo.	Cuantitativo, transversal.	207

Discusión

El objetivo planteado para esta revisión sistemática fue analizar la relación entre el malestar psicológico y el abuso de sustancias en estudiantes. Los estudios identificados contribuyen al conocimiento científico con evidencia empírica; sin embargo, exhiben limitaciones metodológicas relativas a la representatividad de la muestra, lo que podría sesgar la interpretación de sus resultados. Por ejemplo, la investigación de Rivera-Ledesma et al. (2013) demostró que las estudiantes con mayor malestar psicológico informan un consumo más elevado de drogas, tabaco y alcohol, además de involucrarse más en escenarios donde se combina el consumo con actividad sexual, a diferencia de los estudiantes varones. Cabe destacar que los hombres con actividad sexual ocasional refieren un mayor malestar psicológico en comparación con aquellos sin esta conducta.



En línea con lo anterior, un estudio de Dangel et al. (2018) arrojó hallazgos interesantes con respecto al perdón. Se observó que los factores de “el perdón de uno mismo” y “el perdón de situaciones incontrolables” se asociaron con niveles más bajos de malestar psicológico y, por ende, una menor incidencia de abuso de sustancias. Por el contrario, el factor de “el perdón de los demás” se relacionó con mayores niveles de malestar psicológico y un incremento en los problemas de abuso de sustancias. Los síntomas depresivos asociados al malestar psicológico, a excepción de la desesperanza, funcionan como mediadores y explican la conexión entre el perdón y el abuso de sustancias.

Complementariamente, una investigación en Jordania reveló que el 2 % del total de una muestra de estudiantes de medicina había sido diagnosticado con una enfermedad mental antes de iniciar sus estudios, cifra que ascendía a un 11 % durante su formación. Entre los factores que contribuyen al malestar psicológico, el 68 % de los estudiantes señaló dificultades financieras y el 52% mencionó tener dificultades con las relaciones íntimas. Además, 8 % reportó consumo problemático de alcohol y otro 8 % indicó el uso de medicación. La sobrecarga académica, la competencia entre pares y la presión por el éxito se identificaron como estresores que pueden propiciar deserción, abuso de sustancias y otras condiciones adversas para la salud mental (Masri et al., 2019).

Consistente con lo anterior, el estudio de Sanders-Phillips et al. (2014) evidenció diferencias de género: las estudiantes mujeres exhibieron más síntomas depresivos que los hombres, mientras que ellos reportaron mayor consumo de sustancias que las mujeres. Los análisis correlacionales indicaron que la discriminación racial percibida se asocia con síntomas depresivos que, a su vez, estos presentaron una asociación con un mayor consumo de alcohol y marihuana en el último mes. El estudio concluye que las vivencias de discriminación racial y desigualdad social en estudiantes están ligadas a elevados niveles de malestar psicológico y abuso de sustancias.



De modo similar, en una investigación realizada en Bostuana, los resultados denotaron que el alcohol fue la sustancia psicoactiva más consumida entre estudiantes, quienes iniciaban su uso entre los 15 y 18 años. El consumo actual de alcohol, estimulantes de tipo anfetamínico y benzodiazepinas mostró una asociación significativa con el malestar psicológico. Además, se observó una correlación negativa y significativa entre la ausencia de un amigo consumidor de drogas y la reducción en el consumo de sustancias (Olashore et al., 2018).

Por su parte, Weyandt et al. (2009) destacaron que el 7.5 % de su muestra de estudiantes refirió haber usado estimulantes no recetados en los últimos 30 días, mientras que el 60 % conocía a estudiantes que abusaban de estimulantes; y el 50% declaró que estos eran fáciles de conseguir sin receta en el campus. Los análisis correlacionales confirmaron una asociación significativa entre el uso de estimulantes y el grado de malestar psicológico.

De igual modo, una investigación realizada en Corea demostró, con un análisis de regresión logística múltiple, que la depresión fue el predictor más significativo en el acontecimiento de conductas suicidas. Por otro lado, el estrés académico, el malestar psicológico, la hostilidad y el uso de sustancias son otros factores significativamente asociados con las conductas suicidas. Por tanto, se infiere que la identificación temprana de factores de riesgo, como el malestar psicológico y el consumo de sustancias que inciden en las conductas suicidas, puede ser clave para reducir la probabilidad de suicidio en estudiantes (Juon et al., 1994). Adicionalmente, una investigación llevada a cabo con estudiantes de la India utilizó un análisis de regresión logística multivariante para mostrar que las mujeres que consumían alcohol, en comparación con las no usuarias, que tenían residencia urbana y que consumían tabaco, tenían mayor malestar psicológico y mayores pensamientos suicidas (Raveendranathan et al., 2020).



De forma similar, el trabajo de Ponnet et al. (2015) muestra que las tendencias hacia procrastinar, el malestar psicológico y el abuso de sustancias se vinculan con la intención de los estudiantes de consumir estimulantes.

A su vez, el análisis de regresión logística multinomial del estudio de Peltzer y Pengpid (2022) demostró que las asociaciones estadísticas entre los adolescentes que actualmente consumen polisustancias se concentra en los adolescentes de sexo masculino mayores de 15 a 18 años que presentan tabaquismo pasivo y alto malestar psicológico. Los autores concluyen que el ausentismo escolar y el uso de tabaco por parte de los cuidadores se relaciona con el uso actual de múltiples sustancias, mientras que los adolescentes con menor malestar psicológico y con una percepción de apoyo parental tenían menos probabilidades de usar una o varias sustancias.

En consonancia, el trabajo de Dennhardt y Murphy (2011), a través de un análisis de regresión, denota que el nivel de consumo de alcohol, la depresión y la tolerancia a la angustia se asociaron con problemas relacionados al consumo de alcohol entre los estudiantes afroamericanos. Por otro lado, los síntomas de depresión se vincularon con problemas de abuso de alcohol entre los estudiantes europeo-americanos. Se concluye que los síntomas depresivos del malestar psicológico se relacionan con el aumento de consumo de alcohol, independientemente del origen étnico.

Al respecto, en una investigación con estudiantes brasileños, los resultados de los análisis de regresión logística multivariada arrojaron que el uso reciente de sustancias ilícitas se asoció con la depresión. En los modelos ajustados, el patrón de consumo de tabaco moderado o alto, y el consumo de alcohol y sustancias ilícitas se asociaron con mayores niveles de malestar psicológico en la dimensión de la depresión (Camargo Júnior et al., 2023). Otra publicación que obtuvo resultados similares es la de Dangel et al. (2018), donde se muestra que la escala de dolor psicológico -particularmente la dimensión de malestar psicológico que abarca depresión y desesperanza- se correlacionó significativamente con el uso de sustancias.



Asimismo, en un estudio longitudinal de dos años de proceso, con una muestra de 500 estudiantes hombres y 576 estudiantes mujeres, se analizó la influencia del malestar psicológico en el consumo de sustancias. Los resultados mostraron que, aun controlando los problemas iniciales de uso de sustancias, el malestar psicológico predijo futuros problemas de consumo en los hombres (Beato-Fernández et al., 2007). En esta misma línea de evidencia, una investigación con estudiantes adolescentes fumadores en Connecticut reveló que, en todos los grados, los fumadores recurrentes informaron consistentemente altos niveles de malestar psicológico (Coogan et al., 1998).

En un contexto similar, la investigación de Sirri et al. (2015), que incorporó variables de control mediadoras, demostró que existen asociaciones significativas entre las respuestas hipocondríacas, niveles altos de malestar psicológico, disminución del bienestar, el uso de sustancias ilícitas, inactividad física y la falta de sueño. En la misma tesitura, el trabajo de Gates y Odar Stough (2022) indicó que los adolescentes con experiencias traumáticas infantiles y mayor malestar psicológico (incluyendo síntomas de ansiedad generalizada y depresión) se vincularon significativamente con el abuso de alcohol.

Contrariamente, algunas investigaciones presentan resultados que difieren de la hipótesis correlacional entre el malestar psicológico y el abuso de sustancias. Estos estudios enfatizan la influencia de otras variables como factores de riesgo y factores protectores que podrían tener impacto en el malestar psicológico y en las conductas de abuso de sustancias. Por ejemplo, Meehan et al. (2013) señalan que los estudiantes adolescentes con baja autorregulación de impulsos se relacionan con un mayor riesgo para problemas impulsivos y antisociales como el abuso de sustancias y agresiones. Es importante mencionar que esta publicación presenta limitaciones en su diseño metodológico al no garantizar una muestra representativa; no se cumple con un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 5 %. Por ello, sus resultados no son generalizables a la población objetivo. Esto compromete la validez externa del estudio y limita su capacidad para informar decisiones basadas en evidencia.



El malestar psicológico, además, explica la externalización problemática, con repercusiones en la agresión. No obstante, en el trabajo antes mencionado, el malestar psicológico no presentó correlaciones significativas con el abuso de sustancias. Por ende, se concluye que, si bien hay indicios de que la autorregulación de impulsos y el malestar psicológico juegan un papel importante en la consolidación del ajuste psicosocial, se recomienda tener mesura en la interpretación de los resultados y su posible replicabilidad.

Cabe añadir que el estudio de Marx y Sloan (2003) reveló que los estudiantes con antecedentes de abuso sexual infantil reportaron mayor malestar psicológico y síntomas de estrés postraumático. A pesar de las diferencias reportadas entre los grupos con respecto estas variables, no se detectaron variaciones significativas en el consumo de alcohol entre los grupos. Igualmente, en una investigación con 2294 estudiantes latinoamericanos, los resultados sugirieron que la experiencia de maltrato se asoció con un mayor consumo de alcohol y cannabis. Aun así, no se encontró evidencia del impacto del malestar psicológico en el consumo de sustancias (Longman-Mills et al., 2013).

En el mismo tenor, en el trabajo de Rom et al. (2023) con una muestra de 603 estudiantes de Malasia, se registró que el estilo de afrontamiento más común ante el malestar psicológico fue la religión y el menos común el abuso de sustancias. También, en un estudio longitudinal de 3 años, con una muestra de 849 estudiantes, se concluyó que el bienestar mental mediaba completamente la relación entre la competencia temprana y el uso posterior de sustancias, a diferencia del malestar psicológico. Por último, la investigación de Griffin et al. (2001) demostró que los estudiantes con habilidades de competencia experimentaron un mayor bienestar a largo plazo lo que, a su vez, anticipó un menor consumo de sustancias en el futuro.



Conclusiones

La presente investigación buscó enriquecer el conocimiento sobre la relación entre el malestar psicológico y el abuso de sustancias en estudiantes mediante una revisión sistemática de literatura científica con resultados originales. Al profundizar en el análisis de la literatura, se encontró que algunas investigaciones emplean variables y términos asociados al malestar psicológico que también explican las conductas de abuso de sustancias; esto debe considerarse como un elemento relevante para lograr un entendimiento más completo del abuso de sustancias en estudiantes.

Es notorio que la mayoría de las publicaciones encontradas presentan un diseño de investigación cuantitativo y transversal, lo cual es comprensible dadas las circunstancias psicométricas favorables para la medición del malestar psicológico y el abuso de sustancias en un momento específico. No obstante, se sugiere la implementación de métodos alternativos y complementarios de carácter cualitativo. Estos reforzarán la profundidad del análisis de las variables implicadas, ofreciendo una visión más contextualizada de las condiciones subjetivas de la vida estudiantil a un nivel individual, familiar, escolar y comunitario.

A grandes rasgos, la mayoría de las investigaciones sobre la relación entre malestar psicológico y abuso de sustancias en estudiantes respaldan la hipótesis de que, a mayor malestar psicológico, mayor abuso de sustancias. Sin embargo, también hay publicaciones que no encontraron resultados significativos en torno a esa hipótesis, aunque sus resultados están orientados con una tendencia similar, es decir, hacia una condición sana de salud mental. Específicamente, un alto ajuste psicosocial, la presencia de bienestar mental y la ausencia de amistades que consuman sustancias se asocian con bajos niveles de abuso. En consecuencia, es importante contemplar también, para futuras investigaciones y planeación de intervenciones, este enfoque que se centra más en los factores protectores que en los factores de riesgo.

Finalmente, es importante destacar que, en mayor medida, las investigaciones revisadas han sido realizadas en Estados Unidos, lo que podría vincularse con la prevalencia de violencia en algunos de sus



centros educativos. Aun así, los resultados obtenidos, sin importar el país del estudio, ofrecen una valiosa explicación de los fenómenos conductuales en estudiantes y pueden ofrecer sustento científico y orientación metodológica para la implementación de estrategias que busquen reducir los problemas conductuales relacionados con el malestar psicológico y el abuso de sustancias en estudiantes.

Contribución de los autores

Jesús Ulises García Alcalá: Conceptualización; curación de datos, metodología; investigación; redacción borrador original; redacción revisión y edición.

Conflicto de intereses

El autor declara no tener ningún conflicto de intereses.

Financiamiento

No se contó con financiamiento para la realización de la presente investigación.

Agradecimientos

Agradezco a la Universidad de Guadalajara y al Dr. Remberto Castro Castañeda por su mentoría y apoyo.

Referencias

- Beato-Fernández, L., Rodríguez-Cano, T., Pelayo-Delgado, E., & Calaf, M. (2007). Are There Gender-Specific Pathways from Early Adolescence Psychological distress symptoms toward the development of substance use and abnormal eating behavior? *Child Psychiatry and Human Development, 37*(3), 193-203. <https://doi.org/10.1007/s10578-006-0029-2>
- de Berardis, D., Fornaro, M., Orsolini, L., Ventriglio, A., Vellante, F., & Di Giannantonio, M. (2020). Emotional Dysregulation in Adolescents: Implications for the Development of Severe Psychiatric Disorders, Substance Abuse, and Suicidal Ideation and Behaviors. *Brain Sciences, 10*(9), 1-5. <https://doi.org/10.3390/brainsci10090591>



- Bertelli, M., Fletcher, R., Weber, G., Schuengel, C., Scuticchio, D., Bianco, A., Rondini, E., Perera, B., & Courtenay, K. (2022). Psychological Distress and Physical Vulnerability. In M. O. Bertelli, S. Deb, M. Kerim, A. Hassiotis & L. Salvador-Carulla (Eds.), *Textbook of Psychiatry for Intellectual Disability and Autism Spectrum Disorder* (pp. 71-94). Springer.
- Camargo Júnior, E. B., Noivo, I. S., Gouvea, T. C. C., Fernandes, M. N. F., & Gherardi-Donato, E. C. D. S. (2023). Depression and Substance Use Among Brazilian University Students During the COVID-19 Pandemic. *Journal of Psychoactive Drugs*, 56(4), 541-550. <https://doi.org/10.1080/02791072.2023.2244499>
- Castaldelli-Maia, J. M., Lewis, T., Marques Dos Santos, N., Picon, F., Kadhum, M., Farrell, S. M., Molodynski, A., & Ventriglio, A. (2019). Stressors, Psychological Distress, and Mental Health Problems Among Brazilian Medical Students. *International Review of Psychiatry (Abingdon, England)*, 31(7-8), 603-607. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1669335>
- Coogan, P. F., Adams, M., Geller, A. C., Brooks, D., Miller, D. R., Lew, R. A., & Koh, H. K. (1998). Factors Associated with Smoking Among Children and Adolescents in Connecticut. *American Journal of Preventive Medicine*, 15(1), 17-24. [https://doi.org/10.1016/s0749-3797\(98\)00022-1](https://doi.org/10.1016/s0749-3797(98)00022-1)
- Dangel, T., McBee, M. T., & Webb, J. R. (2018). An Analysis of the Psych Ache Scale in College Student Problematic Drinkers. *Addictive Disorders & Their Treatment*, 17(3), 147-154. <https://doi.org/10.1097/ADT.0000000000000135>
- Dennhardt, A. A., & Murphy, J. G. (2011). Associations Between Depression, Distress Tolerance, Delay Discounting, and Alcohol-Related Problems in European American and African American College Students. *Psychology of Addictive Behaviors*, 25(4), 595-604. <https://doi.org/10.1037/a0025807>



- Downes, M. J., Brennan, M. L., Williams, H. C., & Dean, R. S. (2016). Development of a Critical Appraisal Tool to Assess the Quality of Cross-Sectional Studies (AXIS). *BMJ Open*, 6, e011458. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011458>
- Franco, G., Migliaro, M., Molina, L., Méndez-Díaz, M., Ruiz-Contreras, A. E., Cortés-Morelos, J., Herrera-Solís, A. y Prospéro-García, O. E. (2021). El cerebro social y místico en el paciente dependiente de sustancias. *Psicumex*, 11(1), 1-31. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v11i1.393>
- Franzoi, I., Carnevale, G., Sauta, M., & Granieri, A. (2023). Housing Conditions and Psychological Distress among Higher Education Students: A Systematic Literature Review. *Journal of Further and Higher Education*, 47(2), 229-241. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2022.2102416>
- Franzoi, I.G., D'Ovidio, F., Costa, G., d'Errico, A., & Granieri, A. (2021). Self-Rated Health and Psychological Distress among Emerging Adults in Italy: A Comparison between Data on University Students, Young Workers and Working Students Collected through the 2005 and 2013 National Health Surveys. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12), 6403. <https://doi.org/10.3390/ijerph18126403>
- Garofoli, M. (2020). Adolescent Substance Abuse. *Primary Care*, 47(2), 383-394. <https://doi.org/10.1016/j.pop.2020.02.013>
- Gates, T., & Odar Stough, C. (2022). Exploring Risk Factors of Food and Alcohol Disturbance (FAD) in U.S. College Students. *Eating and Weight Disorders: EWD*, 27(5), 1739-1749. <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01313-2>
- Granieri, A., Casale, S., Sauta, M. D., & Franzoi, I. G. (2022). Suicidal Ideation among University Students: A Moderated Mediation Model Considering Attachment, Personality, and Sex. *International*



Journal of Environmental Research and Public Health, 19(10), 1-13.

<https://doi.org/10.3390/ijerph19106167>

Griffin, K. W., Scheier, L. M., Botvin, G. J., & Diaz, T. (2001). Protective Role of Personal Competence Skills in Adolescent Substance Use: Psychological Well-Being as a Mediating Factor. *Psychology of Addictive Behaviors: Journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 15(3), 194-203. <https://doi.org/10.1037/0893-164X.15.3.194>

Herrero, J., Torres, A., Vivas, P., Arenas, Á. E., & Urueña, A. (2022). Examining the Empirical Links Between Digital Social Pressure, Personality, Psychological Distress, Social Support, Users' Residential Living Conditions, and Smartphone Addiction. *Social Science Computer Review*, 40(5), 1153-1170. <https://doi.org/10.1177/0894439321998357>

Juon, H. S., Nam, J. J., & Ensminger, M. E. (1994). Epidemiology of Suicidal Behavior Among Korean Adolescents. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 35(4), 663-676. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.1994.tb01212.x>

Kilic, Ö., Carmody, S., Upmeijer, J., Kerkhoffs, G. M. M. J., Purcell, R., Rice, S., & Gouttebauge, V. (2021). Prevalence of Mental Health Symptoms Among Male and Female Australian Professional Footballers. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 7(3), 1-7. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2021-001043>

Lanza, H. I., Pittman, P., & Hser, Y. I. (2020). Parenting with a Substance Abuse History: The Moderating Role of Parenting Behaviors on Obesity and Internalizing Symptoms in Adolescence. *Youth & Society*, 52(8), 1436-1458. <https://doi.org/10.1177/0044118x18815274>

Longman-Mills, S., González, W. Y., Meléndez, M. O., García, M. R., Gómez, J. D., Juárez, C. G., Martínez, E. A., Peñalba, S. J., Pizzanelli, E. M., Solórzano, L. I., Wright, M. G., Cumsille, F., De La Haye, W., Sapag, J. C., Khenti, A., Hamilton, H. A., Erickson, P. G., Brands, B., Flam-Zalcman, R.,



- Simpson, S., & Mann, R. E. (2013). Exploring Child Maltreatment and its Relationship to Alcohol and Cannabis Use in Selected Latin American and Caribbean Countries. *Child Abuse & Neglect*, 37(1), 77-85. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2012.11.002>
- Masri, R., Kadhum, M., Farrell, S. M., Khamees, A., Al-Taiar, H., & Molodynski, A. (2019). Wellbeing and Mental Health Amongst Medical Students in Jordan: A Descriptive Study. *International Review of Psychiatry*, 31(7-8), 619-625. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1670402>
- Marx, B. P., & Sloan, D. M. (2003). The Effects of Trauma History, Gender, and Race on Alcohol Use and Posttraumatic Stress Symptoms in a College Student Sample. *Addictive Behaviors*, 28(9), 1631-1647. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2003.08.039>
- McGinty, E. E., Presskreischer, R., Han, H., & Barry, C. L. (2020). Psychological Distress and Loneliness Reported by US Adults in 2018 and April 2020. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 324(1), 93-94. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.9740>
- McKewen, M., Skippen, P., Cooper, P. S., Wong, A. S. W., Michie, P. T., Lenroot, R., & Karayanidis, F. (2019). Does Cognitive Control Ability Mediate the Relationship Between Reward-Related Mechanisms, Impulsivity, and Maladaptive Outcomes in Adolescence and Young Adulthood? *Cognitive, Affective & Behavioral Neuroscience*, 19(3), 653-676. <https://doi.org/10.3758/s13415-019-00722-2>
- Meehan, K. B., De Panfilis, C., Cain, N. M., & Clarkin, J. F. (2013). Effortful Control and Externalizing Problems in Young Adults. *Personality and Individual Differences*, 55(5), 553-558. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.04.019>
- Messina, M. P., Battagliese, G., D'Angelo, A., Ciccarelli, R., Pisciotta, F., Tramonte, L., Fiore, M., Ferraguti, G., Vitali, M., & Ceccanti, M. (2021). Knowledge and Practice towards Alcohol Consumption in a



- Sample of University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(18), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18189528>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Medicine*, 6(7), 1-6. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Olashore, A. A., Ogunwobi, O., Totego, E., & Opondo, P. R. (2018). Psychoactive Substance Use Among First-Year Students in a Botswana University: Pattern and Demographic Correlates. *BMC Psychiatry*, 18(1), 270. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1844-2>
- Organización Mundial de la Salud (2019). *Programa Conjunto UNODC-OMS sobre el Tratamiento y la Atención a la Drogodependencia* [Folleto]. https://www.unodc.org/docs/treatment/unodc_who_programme_brochure_spanish.pdf
- Organización Mundial de la Salud (31 de marzo de 2023a). *Depresión*. WHO. <https://n9.cl/vpstu>
- Organización Mundial de la Salud (27 de septiembre de 2023b). *Ansiedad*. WHO. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Parent-Lamarche, A., & Hallée, Y. (2023). Exploring the Effects of Predominantly Female Jobs on Demands and Resources at Work and Consequently on Health and Performance in the Province of Québec, Canada. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 96(9), 1267-1281. <https://doi.org/10.1007/s00420-023-02005-3>
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2022) Polysubstance Use Among National Samples of In-School Adolescents in Dominican Republic, Jamaica, and Trinidad and Tobago. *Journal of Psychology in Africa*, 32(2), 187-193. <https://doi.org/10.1080/14330237.2022.2028078>
- Pérez-Gómez, A., Cardozo-Macías, F., & Salcedo-Tocarruncho, L. (2020). Association Between Psychoactive Substance Abuse and Health Disorders in Colombian Problem Drug Users: Second



- Study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(28), 263-276.
<https://doi.org/10.1007/s11469-018-9881-0>
- Pichini, S., Di Trana, A., Torrens, M., Scherbaum, N., & Zaami, S. (2020). Editorial: New Trends of Substance Abuse: Looking for New Psychotropic Effects of Chem Sex Drugs, Cognitive Enhancers, and New Psychoactive Substances. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 1-3.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.612192>
- Ponnet, K., Wouters, E., Walrave, M., Heirman, W., & Van Hal, G. (2015). Predicting Students' Intention to Use Stimulants for Academic Performance Enhancement. *Substance Use & Misuse*, 50(3), 275-282. <https://doi.org/10.3109/10826084.2014.952446>
- Raveendranathan, D., Jaisoorya, T. S., Nair, B. S., Menon, P. G., Rani, A., Thennarasu, K., & Murthy, P. (2020). Gender-Specific Correlates of Alcohol Use Among College Students in Kerala, India. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 42(4), 341-345.
<https://doi.org/10.1177/0253717620927891>
- Rivera-Ledesma, A., Caballero, N. P., Pérez, I. N., y Montero-López, M. (2013). SCL-90 R: Distrés psicológico, género y conductas de riesgo. *Universitas Psychologica*, 12(1), 105-118.
<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy12-1.dpgc>
- Rom, F. M., Mahmud, A. A., Suainbon, R., & Miskan, M. (2023). Psychological Impact and Coping Style Among Students of National Defence University of Malaysia during the COVID-19 Pandemic. *Bangladesh Journal of Medical Science*, 22(1), 105-114. <https://doi.org/10.3329/bjms.v22i1.61866>
- Saladino, V., Mosca, O., Petruccelli, F., Hoelzlhammer, L., Lauriola, M., Verrastro, V., & Cabras, C. (2021). The Vicious Cycle: Problematic Family Relations, Substance Abuse, and Crime in Adolescence: A Narrative Review. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.673954>



- Sanders-Phillips, K., Kliewer, W., Tirmazi, T., Nebbitt, V., Carter, T., & Key, H. (2014). Perceived Racial Discrimination, Drug Use, and Psychological Distress in African American Youth: A Pathway to Child Health Disparities. *Journal of Social Issues, 70*(2), 279-297. <https://doi.org/10.1111/josi.12060>
- Sekar, D., & Bhuvanewari, M. (2023). A Mixed Method Study of Conduct Disorder & Substance Abuse on Law-violating Behavior of Children. *North American Journal of Psychology, 25*(2), 341-354. <https://n9.cl/xrycu>
- Sirri, L., Ricci Garotti, M. G., Grandi, S., & Tossani, E. (2015). Adolescents' Hypochondriacal Fears and Beliefs: Relationship with Demographic Features, Psychological Distress, Well-Being and Health-Related Behaviors. *Journal of Psychosomatic Research, 79*(4), 259-264. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2015.07.002>
- Taufique, S., Weller, R., Johnson, B., & Herring, J. (2023). CARES: An Innovative Approach to Treating Adolescents with Co-Occurring Mental Health and Substance Use Disorders. *Children's Health Care, 52*(1), 23-44. <https://doi.org/10.1080/02739615.2021.1984241>
- Twenge, J. M., Cooper, A. B., Joiner, T. E., Duffy, M. E., & Binau, S. G. (2019). Age, Period, and Cohort Trends in Mood Disorder Indicators and Suicide-Related Outcomes in a Nationally Representative Dataset, 2005–2017. *Journal of Abnormal Psychology, 128*(3), 185-199. <https://doi.org/10.1037/abn0000410>
- Valente, R., & Crescenzi-Lanna, L. (2022). Feeling Unsafe as a Source of Psychological Distress in Early Adolescence. *Social Science & Medicine (1982), 293*(4), 114643. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114643>
- Weyandt, L. L., Janusis, G., Wilson, K. G., Verdi, G., Paquin, G., Lopes, J., Varejao, M., & Dussault, C. (2009). Nonmedical Prescription Stimulant Use Among a Sample of College Students: Relationship



with Psychological Variables. *Journal of Attention Disorders*, 13(3), 284-296.
<https://doi.org/10.1177/1087054709342212>

Yuksel, D., McKee, G. B., Perrin, P. B., Alzueta, E., Caffarra, S., Ramos-Usuga, D., Arango-Lasprilla, J. C., & Baker, F. C. (2021). Sleeping When the World Locks Down: Correlates of Sleep Health During the COVID-19 Pandemic Across 59 Countries. *Sleep Health*, 7(2), 134-142.
<https://doi.org/10.1016/j.sleh.2020.12.008>

Cómo citar este artículo: García Alcalá, J. U. (2025). Malestar Psicológico y Abuso de Sustancias en Estudiantes: Una Revisión Sistemática. *Psicumex*, 15(1), 1–26, e706. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v15i1.706>

