



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS

TEMA:

**“LA IMPULSIVIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL RIESGO DE
ALCOHOLISMO EN LOS ASPIRANTES DE LA ESCUELA DE
FORMACIÓN DE SOLDADOS DEL EJÉRCITO “VENCEDORES DEL
CENEPa”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Psicóloga General de la
Universidad Tecnológica Indoamérica. Modalidad Proyecto de Investigación.

Autora

Coque Benavides Carmen Lizeth

Tutor

Ps.Cl. Jorge L. Cisneros B. Mg

AMBATO – ECUADOR

2018

ÍNDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD.....	iv
APROBACIÓN TRIBUNAL	v
DEDICATORIA	vi
AGRADECIMIENTO	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE TABLAS	xi
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xi
ÍNDICE DE IMÁGENES	xi
RESUMEN EJECUTIVO	xiii
ABSTRACT.....	xiii
INTRODUCCIÓN	1

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA
CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN**

Yo, Carmen Lizeth Coque Benavides, declaro ser autor del (la) (Monografía, Proyecto de Tesis, otros trabajos de titulación) titulada “La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”, como requisito para optar al grado de “Psicóloga General”, autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

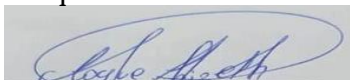
Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Ambato a los 14 días del mes de Mayo de 2018, firmo conforme:

Autor: Coque Benavides Carmen Lizeth

Firma



Número de Cédula: 050369445-7

Dirección: Parroquia Panzaleo cantón Salcedo

Correo Electrónico: lisbenavides_1993@hotmail.com

Teléfono: 2738122- 0981417445

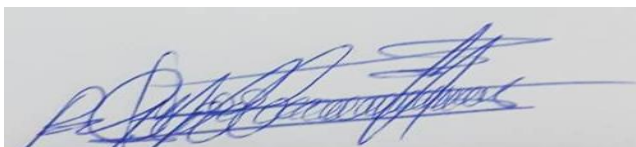
APROBACIÓN DEL TUTOR DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Ps. Cl. Jorge L. Cisneros B. Mg. 1802858025, en mi calidad de tutor del trabajo de titulación nombrado por el Comité Curricular de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica:

Certifico:

Que el Trabajo de Titulación “LA IMPULSIVIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL RIESGO DE ALCOHOLISMO EN LOS ASPIRANTES DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE SOLDADOS DEL EJÉRCITO “VENCEDORES DEL CENEPA”, desarrollado por CARMEN LIZETH COQUE BENAVIDES, estudiante de la Carrera de Psicología para optar por el Título de Psicóloga General ha sido revisado en todas sus partes y considero que dicho informe investigativo, reúne los requisitos técnicos, científicos y reglamentarios, para ser sometido a sustentación pública y evaluación por parte del tribunal Examinador.

Ambato, 14 de Mayo de 2018

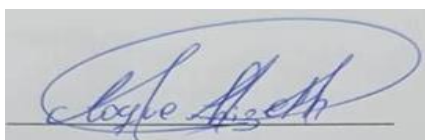


PS. CL. JORGE L. CISNEROS B. MG

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Psicóloga General, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 14 de Mayo de 2018



CARMEN LIZETH COQUE BENAVIDES

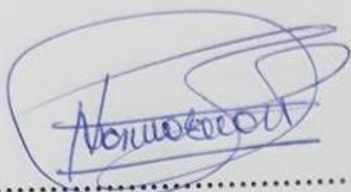
C.I 050369445-7

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Investigación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: “LA IMPULSIVIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL RIESGO DE ALCOHOLISMO EN LOS ASPIRANTES DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE SOLDADOS DEL EJÉRCITO “VENCEDORES DEL CENEPa” previo a la obtención del Título de Psicólogo General reúne los méritos suficientes para ser sometido a disertación pública.

Ambato, 14 de Mayo de 2018

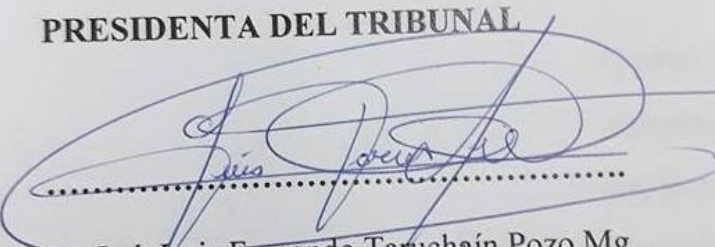
Para constancia firman:



.....

Dra. Norma Dalinda Escobar Parra Mg.

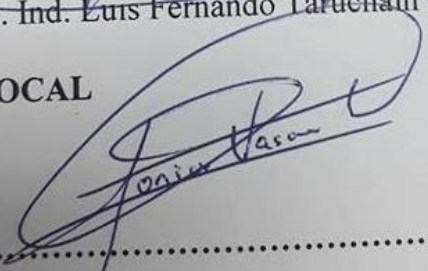
PRESIDENTA DEL TRIBUNAL



.....

Ps. Ind. Luis Fernando Taruchaín Pozo Mg

VOCAL



.....

Ps. Cl. Mónica Maribel Vasco Alvares Mg.

VOCAL

DEDICATORIA

Quiero dedicar este trabajo de esfuerzo, valentía y tan significativo para mi carrera profesional, a mis abuelitos Francisco Benavides y Eloísa Cabrera que cuando en vida llenaban mis días de alegría, sabios consejos y de lucha que perduraran en mi corazón siempre; a mis padres Cesar Coque y Esther Benavides, que han sido el pilar fundamental y apoyo absoluto e incondicional en todo momento; a mis hermanos Henry, Cinthya, Yadira y Damaris Coque Benavides que en momentos difíciles hemos tenido que salir a delante y han estado a mi lado siempre.

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a ti Dios por las bendiciones para llegar a la meta, porque hiciste realidad este sueño tan anhelado en mi vida. Quiero agradecer también, a toda la planta de docentes y administrativos de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud, por la paciencia y respeto en todos los momentos de aprendizaje a lo largo de la carrera académica; a mi Director de Tesis Jorge Cisneros por su esfuerzo y dedicación, quien con sus conocimientos, experiencias, su paciencia ha logrado que pueda terminar mi carrera con éxito; a mi Decana Norma Escobar quien ha sido segunda madre en el recorrido estudiantil y formación académica guiándome a la meta en todo momento.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	i
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	ii
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	iii
INTRODUCCIÓN	1

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA	2
Contextualización.....	2
Fundamentaciones	7
Fundamentación Epistemológica.....	7
JUSTIFICACIÓN	9
OBJETIVOS	10
Objetivo General	10
Objetivos Específicos	10
MARCO CONCEPTUAL.....	11
IMPULSIVIDAD.....	11
Definiciones.....	11
Causas de la impulsividad	12
Tipos de impulsividad	16
Consecuencia de la impulsividad	18
Riego de Alcoholismo.....	20
Definiciones.....	20
Causas endógenas y exógenas	22
Síntomas físicos y psicológicos.....	24
Consecuencias del consumo de alcohol	25

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA	31
Diseño del trabajo.....	31
Instrumentos de investigación	34
Procedimientos para obtención y análisis de datos	36
Actividades	36

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS	38
Diagnóstico de la situación actual	38
Existencia de impulsividad	38
Tipos de impulsividad.....	39
Riesgo de alcoholismo	40
Comprobación de las hipótesis	42
Cálculo de los valores marginales para la frecuencia observada	42
Cálculo de los valores marginales para la frecuencia esperada.....	43
Cálculo del Chi	44
TABLA DE CONTIGENCIA	44
Campana de Gauss Cálculo del Chi Cuadrado	44
Nivel de significancia	44
Cálculo de los grados de libertad.....	45
Decisión del Chi ²	45
Decisión.....	45

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	46
Conclusiones	46

Recomendaciones	48
DISCUSIÓN.....	49

CAPÍTULO V

PROPUESTA.....	51
JUSTIFICACIÓN	51
OBJETIVOS	52
Objetivo General	52
Objetivo específicos	52
ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA.....	53
ARGUMENTACIÓN TEÓRICA	54
Terapia Cognitiva Conductual.....	54
Técnicas a utilizar en la propuesta	55
PLANIFICACION PARA LA EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA.....	57
DESARROLLO DEL TALLER I	62
DESARROLLO DEL TALLER II.....	70
DESARROLLO DEL TALLER III	76
BIBLIOGRAFÍA	80
ANEXOS	83

INDICE DE TABLAS

Tabla 1: Población	33
Tabla 2: Interpretación Barratt (BIS 11).....	35
Tabla 3: Interpretación AUDIT.....	36
Tabla 4 Impulsividad.....	38
Tabla 5: Tipo de Impulsividad	39
Tabla 6: Riesgo de Alcoholismo.....	40
Tabla 7: Cálculo de los valores marginales para la frecuencia observada.....	42
Tabla 8: Cálculo de los valores marginales para la frecuencia esperada.....	43
Tabla 9: Cálculo del Chi	44
Tabla 10: Grados de Libertad	45
Tabla 11: Decisión del Chi2.....	45

INDICE DE GRAFICOS

Gráfico 1: Población	33
Gráfico 2: Existencia de impulsividad.....	38
Gráfico 3: Tipo de impulsividad	39
Gráfico 4: Riesgo de alcoholismo.....	41
Gráfico 5: Campana de gauss.....	44

INDICE DE CUADROS

Cuadro 1: Plan Operativo	57
Cuadro 2: Plan Operativo –Taller I	60
Cuadro 3: Plan Operativo –Taller II.....	68
Cuadro 4: Plan Operativo –Taller III.....	74

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

TEMA: “LA IMPULSIVIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL RIESGO DE ALCOHOLISMO EN LOS ASPIRANTES DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE SOLDADOS DEL EJÉRCITO “VENCEDORES DEL CENEPA”

AUTOR: Coque Benavides Carmen Lizeth

TUTOR: Ps. Cl. Jorge L. Cisneros B. Mg

RESUMEN EJECUTIVO

La investigación se basa en el estudio de la impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”. Se plantearon objetivos específicos como el establecer la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2016-2018 y estimar el riesgo de alcoholismo. La recolección de información se hizo por medio de instrumentos psicológicos, test BARRAT (BIS11) para determinar la presencia de impulsividad y test AUDIT para medir el riesgo de alcoholismo; la muestra utilizada es de 236 aspirantes a soldados. Producto de esta investigación se identificó un bajo riesgo en el consumo de alcohol dentro de la muestra estudiada, mientras que en relación a la impulsividad existen comportamientos en niveles cognitivo, motor y no planificado, causantes de conflicto; esto hace que la hipótesis alterna se acepte, concluyendo que la impulsividad sí influye en el riesgo de alcoholismo de los aspirantes a soldados. Este dato obtenido es posible por el análisis estadístico realizado de forma pertinente con Chi², que determinó la relación directa entre las variables planteadas en el estudio. Los datos permitieron dar paso a la planificación de la propuesta orientada al manejo de la conducta impulsiva, proponiendo tres talleres donde se utilizará un enfoque cognitivo conductual, que busca lograr en los aspirantes algunos cambios en sus esquemas mentales y en sus conductas impulsivas.

PALABRAS CLAVES: cognitivo-conductual, impulsividad, riesgo de alcoholismo.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

TEMA: “IMPULSIVITY AND ITS INFLUENCE ON THE RISK OF ALCOHOLISM IN THE TRAINEES OF “VENCEDORES DEL CENEPa” ARMY SOLDIERS TRAINING SCHOOL”.

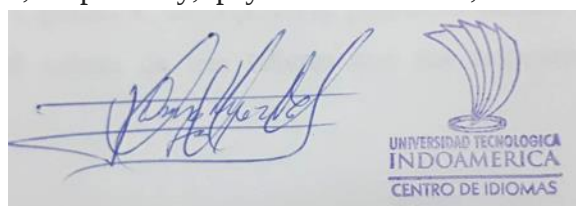
AUTHOR: Coque Benavides Carmen Lizeth

TUTOR: Ps. Cl. Jorge L. Cisneros B. Mg

ABSTRACT

This research is based on the study of impulsivity and its influence on the risk of alcoholism in the trainees of “Vencedores del Cenepa” Army Soldiers Training School. Specific objectives were set up as to establish the presence of impulsivity in the trainees of 2016-2018 cohort and to estimate the risk of alcoholism. Collection of information was through psychological tools, BARRAT (BIS11) to determine the presence of impulsivity and AUDIT test to measure the risk of alcoholism; the sample used is 236 trainees. As a result of this research, a low risk of alcohol consumption was identified but, on the other hand, the relation to impulsivity are behaviors in cognitive levels, motor and unplanned, which are responsible for the risk of conflict; this makes that the alternative hypothesis be accepted. As a conclusion, impulsivity can influence on the risk of alcoholism of the trainees. These data are possible for the statistical analysis done with χ^2 that determined the direct relation between the study variables. The data allowed planning of a guided proposal about impulsive conduct, putting forward three workshops, using the focusing on cognitive behavior that seeks to produce several changes in the trainees’ mental schemes and in their impulsive behavior.

KEYWORDS: cognitive- behavioral, impulsivity, psycho educational, risk of alcoholic.



INTRODUCCIÓN

El ser humano es un ente social que presenta varios tipos de comportamientos, mismos que pueden ser aprendidos, entre los más significativos se describe a la impulsividad, que son predisposiciones de una reacción y conductas rápidas, esta conducta puede traer consecuencias negativas y dañar a la persona que está a su alrededor. Este tipo de impulsividad puede presentarse de forma cognitiva, es decir que el individuo toma decisiones rápidas sin pensarlas, la impulsividad motora implica actuar sin pensar y provocar agresiones físicas, mientras que la impulsividad no planificada es guiada por pensamientos vagos lo que provoca que la persona actúe de manera imprevista y no tenga una reflexión apropiada ante la situación presentada.

En tal virtud, el objetivo principal de este trabajo investigativo es determinar la influencia de impulsividad en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”, considerando que ambas variables son motivo de preocupación para la sociedad.

La investigación se detalla en varios cinco capítulos como: El Capítulo I, se describe de la problemática de la investigación, el contexto del macro, micro y meso, la importancia donde describe la población, los beneficiarios de la institución, la originalidad el trabajo realizado por primera vez en la organización, la factibilidad porque se brindó el apoyo de la institución, también menciona a los objetivos específicos y generales. En el Capítulo II, trata de aspectos importantes como; la metodología, el enfoque psicométrico a utilizar en la investigación, el cálculo de la muestra que se estableció para la población y los instrumentos seleccionados para evaluar las variables. El Capítulo III, análisis de resultados de la población investigada con sus respectivos análisis e interpretaciones mediante los test psicológicos y la comprobación de las hipótesis. El Capítulo IV, conclusiones de los resultados con su respectiva recomendación embace a los resultados obtenidos. El Capítulo V, descripción de propuesta embace a la variable de la hipótesis, la cual consta de tres talleres con sus respectivas técnicas psicológicas.

CAPÍTULO I

EL PROBLEMA

La ESFORSE es una Escuela de preparación militar, donde los jóvenes aspirantes se instruyen para formar parte del Ejército Ecuatoriano, encargada de la defensa, soberanía y la integridad territorial; esta institución se encuentra ubicada en la Provincia de Tungurahua la misma que recluta a personal de diferentes provincias del Ecuador. Existen antecedentes de que probablemente dentro de sus filas puedan generarse problemas de adaptabilidad, estrés, ansiedad, entre los más significativos que se ha podido evidenciar es un comportamiento impulsivo, la falta de autocontrol ante los superiores. Siendo una escuela de preparación militar donde sus integrantes son regidos por reglas y normas, al no cumplir pueden ser estos separados de sus filas o ser castigados, o con lo que se conoce como salidas franco, provocando alejamiento familiar, social o con su pareja sentimental. Dentro de las dificultades que presentan los aspirantes, es el no poder viajar en muchas ocasiones hacia sus hogares debido a los horarios ya preestablecidos para dar cumplimiento a las actividades que rigen la vida militar dentro de la institución.

El motivo de estudio en esta investigación se ha realizado en base a dos variables, una es el riesgo de alcoholismo que causa problemas físicos, fisiológicos y psicológicos. La otra variable relacionada con la impulsividad que se investiga con el objeto de conocer si existen o no para alteraciones a nivel, motor e impulsividad no planeada de acuerdo a las dimensiones que plantea el reactivo.

Contextualización

Para la contextualización se ha considerado realizar un estudio amplio en América Latina, en los últimos años se ha ejecutado diversas investigaciones referente al alcohol y el riesgo que produce al consumir esta sustancia produciendo daños físicos y psicológicos en la sociedad. La Organización Mundial de la Salud

(OMS) menciona que en Sudamérica y el Caribe existe un consumo alto de alcohol a diferencia de otras regiones del mundo, mismos que determinan que:

En promedio, se consume 8,4 litros de alcohol puro por año, 2,2 litros más que el promedio mundial, a partir de la adolescencia con mayor frecuencia en hombres que en mujer con un 64.1% y con un 30.3% a medida que aumenta la escolaridad aumenta el consumo de alcohol en los alumnos, personas divorciadas, unión libre e incluyendo el matrimonio (Valle, 2017, p.1).

Las organizaciones internacionales señalan que el alcohol en América Latina se ha incrementado, provocando enfermedades físicas y psicológicas provocando consecuencias graves como accidentes de tránsito y muertes inocentes. El consumo excesivo y terminan con su vida causando muertes de personas inocentes como en un accidente de tránsito. Este problema se mantiene, a pesar de que la sociedad sabe que el alcohol es una sustancia perjudicial y psicoactiva que puede generar dependencia o enfermedad crónica que altera no solo a la salud sino también se convierte en una carga social y económica para la persona que consume a diario.

El consumo de alcohol al ser una sustancia que genera consecuencias en la sociedad, se ha podido identificar que en varios países de América Latina el consumo se ha ido incrementando. El comercio (2014) afirma que “Ecuador pasó del segundo al noveno puesto en consumo de alcohol, según el nuevo informe de Organización Mundial de la Salud bebe 7,2 litros per cápita por año” (s.p). Esto nos quiere decir que el porcentaje de alcohol y el riesgo es alto los mismos que se ven influenciados por factores psicológicos como la baja autoestima, emociones negativas, ansiedad, soledad, o la ira.

El instituto Nacional de Estadística y censo (INEC) (citado por Vásquez, 2014) mención que “más de 900000 ecuatorianos consumen alcohol, el 89,7% es de hombres y el 10,3%, de mujeres. Lo hace a partir de la adolescencia. De los 912 000 ecuatorianos que consumen bebidas alcohólicas, el 2,5% son jóvenes de 12 y 18 años” (p.12).

Según estadísticos realizados en el Ecuador el consumo de alcohol se ha incrementado en sus porcentajes los consumidores de esta sustancia los hacen a partir desde su adolescencia. El Comercio (2014) afirma según: “El (INEC), más de 900 000 ecuatorianos consumen alcohol, el 89,7% es de hombres y el 10,3%, de mujeres. De los 912 000 ecuatorianos que consumen bebidas alcohólicas, el 2,5% es de jóvenes de entre 12 y 18 años” (s.p). Estos datos se han podido evidenciar en la OMS, que en su informe señala que el consumo de alcohol provoca alteraciones físicas y fisiológicas en el organismo al consumir grandes cantidades de alcohol.

En la provincia de Tungurahua, se ha evidenciado centros escolares con problemas relacionados al excesivo consumo de las bebidas alcohólicas, la preocupación se muestran por parte de los maestros educadores ante la situación presentada, las mismas que provocan consecuencias desalentadoras en la educación y aprendizaje los cuales provocan un ambiente desagradable mismos que adaptan conductas de rebeldía e irresponsabilidad y no cumplen con sus obligaciones lo que afecta en el ámbito familiar, social y personal.

En la ciudad de Ambato se realizó la cuarta Encuesta Nacional sobre el uso de drogas encontrándose estudiantes de 12 a 17 años de edad.

En 2012 el Consejo Nacional de Sustancias Estupefacientes y Psicotrópicas (Consep) dio a conocer que del total de alumnos encuestados a nivel nacional, el 20,56% consume alcohol ocasionalmente. En Ambato, 1.488 jóvenes de diversos planteles participaron en la encuesta. De ellos, el 19,33% consume bebidas alcohólicas de forma ocasional (El telégrafo, 2016, s.p).

Sin olvidar que este consumo lo inician a una edad temprana los mismísimos que no son conscientes al incluirse en el círculo vicioso por razones absurdas como el pertenecer y ser aceptados en la sociedad.

En el caso de la impulsividad se pudo evidenciar que hombres y mujeres presentan impulsividad en el medio social. Gaviláñez (2016) da a conocer en un estudio realizado en Cali Colombia en un Centro de Investigaciones de Ciencias Humanas en donde menciona “que se presentaron 378 jóvenes con impulsividad para su estudio en donde menciona del número de casos 72 sujetos presentaron

impulsividad baja, 245 casos de tipo medio, 61 sujetos impulsividad de tipo alta, donde se evidencia que el género masculino presenta impulsividad” (p.2). Es así como se ha podido demostrar que la impulsividad es un rasgo de la personalidad en donde se identifica como, una reacción rápida y desmedida ante las situaciones externas que resultan ser amenazantes para la sociedad. Dentro de la misma fuente, se puede evidenciar datos con respecto a la impulsividad en Ecuador en un Centro de Investigación Neuropsicológica de la ciudad de Quito, Gavilánez (2016) da a conocer que se registró 245 casos de personas que presentan un comportamiento impulsivo entre edades medias de la adultez donde menciona que “40 personas presentan altos índices en impulsividad cognitiva, se presentaron 29 casos de personas con altos niveles de impulsividad motora y por ultimo 28 casos de impulsividad no planeada” (p.4), Es así como se puede evidenciar que en esta ciudad si existe un numero alto de personas impulsivas las mismas que pueden provocar consecuencias graves no piensan en lo que hacen actuando de una forma impulsiva.

En la provincia de Tungurahua, se ha evidenciado un estudio realizado por Sánchez M. (2015) en la Unidad judicial de violencia contra la mujer, sobre la impulsividad, considerando una muestra de 75 personas en donde se demostró “que el 77.33% corresponde a la impulsividad cognitiva, 14.67% a la impulsividad motora y un 8% de los evaluados mostro ausencia de la impulsividad no planificación” (p.93). Los resultados de la investigación demostraron que la violencia contra la mujer presenta un problema significativo con respecto a la impulsividad cognitiva al existir respuesta de manera apresurada al estar presente en la sociedad. Es importante mencionar que en la provincia de Tungurahua con respecto a la impulsividad y riesgo de alcohol no existen estudios realizados en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”.

Antecedentes

En la presente investigación se muestran estudios previos realizados a cada una de las variables, donde se podrá obtener información significativa que servirá como base para la investigación, a continuación citaremos algunas de ellas:

Pascual, Pascual, Redondo y Pérez (citado por Gavilanes, 2016), para su estudio utilizó una muestra de 81 mujeres mayores de edad que han sido víctimas de violencia, los reactivos psicológicos utilizados fueron, la Escala de impulsividad Barratt (BIS 11) y el Inventario de temperamento y carácter, los resultados fueron que: “el 80.2% de las mujeres presentaron impulsividad cognitiva, el 3.7% ha recibido maltrato físico, el 42% fueron víctimas de violencia a nivel psicológica y el 2.5% sufrieron violencia sexual” (p.11). Se ha evidenciado que las mujeres presentan un alto índice de impulsividad cognitiva manteniendo la incapacidad para concentrarse en tareas en el futuro. También se pudo comprobar que algunas de ellas fueron víctimas de violencia psicológica.

Ocampo, Bojórquez y Unikel, (citado por Gavilanes, 2016), menciona una investigación realizada en México con una población de 2.357. Se utilizó la Escala de impulsividad Plutchik, cuestionario breve de Conductas Alimentarias de Riesgo y cuestionario sobre consumo de alcohol. Los resultados fueron “el 3.5% de adolescentes presentaron impulsividad relacionados con el consumo de alcohol y conductas alimentarias de manera conjunta mientras que el 19.6% presentaron impulsividad con relación a una sola conducta” (p. 11). En este estudio se pudo evidenciar que la impulsividad tiene relación con el consumo de alcohol y las conductas alimentarias siendo un problema en los adolescentes.

En un estudio realizado en la ciudad de Ambato sobre el consumo de alcohol y las conductas agresivas, con una población de 115 adolescentes, en esta investigación se utilizaron instrumentos psicológicos, el test Audit para alcohol y la Escala de Agresividad Manifestada en los resultados obtenidos Chicaiza (2015), menciona que “el 81% de los adolescentes cometen actos agresivos bajo el afecto de alcohol, un 31% no presenta problemas relacionados al consumo, mientras que un 33% son bebedores de riesgo y el 36% presentan problemas físicos y psíquicos y probable dependencia”(p.104). Se concluyó, que el alcohol tiene relación con las conductas agresivas mientras más consumiciones existan más agresivos se vuelven tanto en el ámbito social como educativo.

Contribución teórica, económica, social y/o tecnológica

La investigación contribuirá a los aspirantes de la promoción 2016-2018. Concerniente a lo teórico, por medio de trabajos científicos y datos estadísticos se logró evidenciar e indagar los factores ambientales, sociales y personales que intervienen para que exista impulsividad y riesgo de alcoholismo. Mientras en lo social, favorece a la población que será estudiada, con el fin de reducir los niveles de impulsividad, fortaleciendo la comunicación entre el personal oficial y voluntarios; esto generará un mejor comportamiento en las actividades cotidianas dentro de su formación militar y académica.

Fundamentaciones

Fundamentación Epistemológica

El cognitivismo es una teoría centrada en los conocimientos de una persona y como poseedor de estructuras mentales a partir de las experiencias, relacionados con el conocimiento, entre los autores principales de esta teoría mencionamos a Piaget; quien se direcciono en el desarrollo del conocimiento cognitivo desde cuando nace hasta alcanzar la madurez intelectual en el ser humano, tomando en cuenta los procesos psíquicos que generan el aprendizaje como un proceso social en donde está influenciado por el ambiente, sin olvidar que estos proceso cognitivos tienen origen orgánico y bilógico (Sandoval, 2017).

Esta teoría ayudará a entender y determinar la influencia existente entre la impulsividad de los aspirantes de la ESFORSE y la presencia de riesgo de consumo de alcohol en el medio social.

Fundamentación Psicológica

La investigación fundamenta en la corriente cognitivo-conductual, orientada directamente a la impulsividad y la relación en el riesgo de alcoholismo. El ser humano está estrechamente relacionado con los factores cognitivos y conductuales debido que estos dos influyen en la persona mutuamente, como respuesta la forma de comportarse el hombre en la sociedad. Beck sostiene que la conducta del ser humano es aprendida y es explicada a través de una serie de procesos mentales

como la memoria, atención, percepción, formación de conceptos, procesamiento de la información y la resolución de conflictos, los mismos que se caracterizan por experiencias vivenciales considerando que el ser humano es un ser constantemente activo con la función de procesar el contenido lo que percibe del ambiente, selecciona los elementos codificando esa información, transforma las ideas para luego recuperar la información captada por el cerebro proveniente del medio ambiente para actuar conforme a su cognición; lo cual influye en su bienestar psicológico. El modelo cognitivo hace énfasis en que las personas frente a situaciones presentadas, no respondan de forma automática, sino que perciben, interpretan y evalúan para asignar un significado al estímulo presentado antes de emitir una respuesta conductual o emocional, lo cual trabaja en función de sus supuestos o esquemas cognitivos (López, 2017).

JUSTIFICACIÓN

La importancia de esta investigación radica en explicar la relación que existe entre la impulsividad y el riesgo de alcoholismo en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”; tomando en cuenta que la impulsividad forman parte de la vida cotidiana del individuo, a la vez pueden causar consecuencias positivas y negativas como actuar impulsivamente de forma incontrolada y veloz. Al presentarse el riesgo de alcoholismo en la población puede ocasionar daños a nivel físico y mental. La investigación es importante ya que se llevará a cabo el estudio para medir la impulsividad y determinar si es un factor que influye negativamente en el riesgo de alcoholismo y tomar medidas correctas ante la problemática presentada. Los beneficiarios directos de esta investigación son los aspirantes a Soldados de la promoción 2016-2018, y los beneficiarios indirectos es el personal profesional de ESFORSE los servidores públicos de la institución. La originalidad debido a que no se ha presentado temas similares a la investigación propuesta, por tanto es novedoso para la institución y cuenta con una visión actual de la problemática planteada, haciendo énfasis en las dificultades diarias del personal militar. La factibilidad porque se cuenta con la colaboración de las autoridades del personal Militar, el Departamento de Psicología y Aspirantes en formación, serán quien nos facilite con la información para realizar el estudio investigativo mediante la recolección de datos estadísticos por medio de instrumentos psicológicos.

OBJETIVOS

Objetivo General

Determinar la influencia de impulsividad en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la promoción 2016-2018 de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”.

Objetivos Específicos

1. Establecer la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2016-2018 de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”.
2. Estimar el riesgo de alcoholismo que se presentan en los aspirantes de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”.
3. Desarrollar una propuesta de intervención al problema presentado en la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”.

MARCO CONCEPTUAL

IMPULSIVIDAD

Definiciones

En la actualidad, se puede manifestar que la impulsividad es vista como una reacción propia del ser humano ante un estímulo específico, todas las personas han actuado de diferente manera y una de ellas es la forma impulsiva, entendiendo que no necesariamente tenga un problema de comportamiento; como se sabe, esta forma de actuar puede ser negativa y puede traer consecuencias al individuo, esta impulsividad cuando es patológica, se observa de manera directa ante un estímulo cotidiano y conocido en el medio que se encuentre. La impulsividad es un fenómeno dado en la humanidad, todos los seres humanos actúan diferente, sobre todo cuando se presenta una situación inesperada y como resultado un comportamiento inapropiado en la persona.

Merola (2015) afirma que “la impulsividad hace referencia a un pobre autocontrol de la conducta, caracterizado de manera inmediata a la toma de decisiones sin tomar en cuenta la gravedad de sus consecuencias” (p.14). La falta de este autocontrol en el individuo causa malestar a terceras personas que forman parte del círculo relacional, de la misma forma que no podrá interactuar adecuadamente en la sociedad si este se mantiene con un carácter impulsivo. La impulsividad entonces es vista por diversas dimensiones y en este caso como un fenómeno multifactorial dentro de la sociedad.

Esto significa que la impulsividad ha sido vinculada a la esfera de los fenómenos volitivos. Más adelante se ha puesto el acento en sus aspectos emocionales o afectivos, caracterizándola en términos de ira o intolerancia a la frustración. En cierto modo estas conductas parecen agravarse en momentos de mayor ansiedad o estrés para el sujeto (Merola, 2015, p.15).

Cuando la persona impulsiva reacciona lo hace de forma inmediata ante un estímulo externo o interno, su comportamiento llega a ser irreflexivo, no piensa en las consecuencias que puede causar, es decir esta impulsividad no es planificada, este pobre autocontrol en la impulsividad es el reflejo de la conducta, dado de una

manera apresurada, que implica diversas dimensiones de comportamiento, sin pensar en los efectos que pueden estar causando y es dado como un fenómeno multifacético y psicobiológico, en el cual entran en juego las estructuras neuronales y el cómo se ha ido desarrollando estas estructuras desde la infancia, al reaccionar ante diferentes situaciones de manera rápida, sin pensar con anterioridad.

Rodríguez (2016) afirma que “La impulsividad puede definirse como acciones pobremente concebidas, expresadas prematuramente, excesivamente arriesgadas o inapropiadas para la situación que frecuentemente resultan en desenlaces no deseados” (p.22). Cuando esta impulsividad es manifestada puede presentarse en diferentes formas las mismas que están influenciadas por diferentes mecanismos biológicos. Dentro de esta impulsividad describe subtipos como impulsividad cognitiva, motora, y no planificada las cuales estarían presentes en una persona impulsiva. Una de las características es que la persona presenta ausencia de control inhibitorio, lo que provoca a que el sujeto se deje llevar por la situación y a responder de manera inmediata a estímulos sin dar lugar a una previa planificación antes de actuar.

Causas de la impulsividad

Las personas que presentan un comportamiento impulsivo tienen un umbral de pasividad más bajo que el resto de otros individuos, con tendencias a sufrir de manera emocional ante situaciones que pasan en el diario vivir. Es así que investigadores se han dedicado a estudiar el comportamiento impulsivo, en los últimos trabajos en investigación cerebral y psicología los cuales han dado un gran aporte para explicar cómo se desarrolla las tendencias impulsivas, lo cual lleva al sujeto en cierta forma a actuar de manera instintiva y ser impulsivo, sin medir las consecuencias de sus actos.

Investigadores de la Universidad de Lleida y del Instituto de Biomédica de (España) han identificado, una de las causas relacionadas con el gen de la impulsividad es SIRPB1, mismo que se encuentra localizado en el cromosoma 20 este gen cumple con la función de procesar la información en la neuroprotección y diversas funciones más, misma que se caracteriza por una predisposición a una

reacción rápida ante estímulos internos o externos, provocando consecuencia negativa ante la sociedad, sin olvidar que la impulsividad se puede dar en la misma intensidad, es decir, en personas normales o como en personas con patologías mentales. Para la identificación de este gen, los investigadores de Lleida utilizaron una muestra con voluntarios de sexo masculino para identificar el grado del comportamiento impulsivo donde se utilizó un instrumento psicológico de personalidad, y también el estudio se direccionó hacia lo genético. Además, usaron una metodología y comparativa de genomas llamada Hidratación genética comparativa (CGH) los cuales sirvieron para analizar el número de copias (Salas, 2015).

Celma y Abella (2012) aportan que “la impulsividad se encuentra en una mutación genética, el receptor serotoninérgico B2 provoca impulsividad cuando una persona está en estado etílico, siendo esta una de las causas de la impulsividad” (p.16). Cuando la mutación genética afecta al receptor serotoninérgico, sucede cuando la persona ingiere alcohol puede actuar de forma impulsiva y al mismo tiempo peligrosa para la sociedad.

Un estudio realizado por el Instituto Nacional sobre el Abuso de Alcohol y Alcoholismo dirigido por David Goldman, MD, y sus colegas, mencionan que en el ADN hay un cambio mismo que bloquea a un gen llamado HTR2B que provoca a la conducta impulsiva. Este gen ha sido identificado y es más propenso en personas que han cometido crímenes; todos ellos se volvieron violentos tras consumir bebidas alcohólicas, produciendo en el organismo desinhibición y la genética es el factor más predisponente en este caso, donde se incluye el género como un elemento específico para un comportamiento impulsiva (Ayologic, 2012).

Por otra parte, los neurotransmisores hacen referencia a sustancias químicas creadas por el cuerpo del ser humano que transmiten información de una neurona hacia otra a través de un contacto llamado sinapsis, a su vez estos neuroquímicos se encuentran presentes en las causas para que se dé una conducta impulsiva de origen fisiológico.

Existen neurotransmisores que se encuentran relacionados con impulsividad, al existir alguna alteración incluyen a la serotonina y dopamina, estos afectan de manera desigual a diversas formas del comportamiento impulsivo, mismas que se encuentran en diferentes áreas cerebrales y substratos neuroquímicos. Los niveles de dopamina de la corteza pre frontal intervienen en el pensamiento de las expectativas cotidianas de recompensa, mientras que la serotonina, su nivel podría influir en decisiones impulsivas obteniendo un bajo autocontrol de la persona relacionados con la impulsividad motora (Merola, 2015).

Las estructuras cerebrales también tienen mucha significancia, es incuestionable que para establecer un modelo integrador de la impulsividad se debe tener en cuenta los hallazgos que provienen de las neurociencias. En este estudio se visualiza las estructuras relacionadas con el comportamiento impulsivo de una persona, lo cual permitirá adquirir un marco descriptivo y clínico en base a la impulsividad que se manifiesta en la humanidad.

Merola (2015) explica que existen circuitos neuronales implicados en la impulsividad, cuando una persona presenta niveles de impulsividad manifiesta, se evidencian fallas en los receptores del lóbulo frontal y específicamente en la corteza pre frontal del cerebro para orientar el proceso de toma de decisiones y aplicar un juicio apropiada como parte de las funciones ejecutivas en estas estructuras cerebrales, son la vía fisiológica que explican el comportamiento impulsivo instantáneo y repetitivo. En base a lo descrito, se puede indicar que las regiones orbitales y ventromediales son netamente implicadas en las respuestas impulsivas siempre y cuando se dé un reacción ante el estímulo presentado. A su vez estudios han demostrado que las personas que han sufrido lesiones en el córtex prefrontal son más impulsivas, a diferencia de las que no han presentado.

La anatomía del cerebro involucrada en la impulsividad está el córtex prefrontal, presenta conexiones con muchas estructuras subcorticales y están implicada en la conducta, a su vez sirven para controlar los impulsos de tipo instintivo, donde se gestionan como ejemplo la toma de decisiones, planificación, las necesidades de anticipar el futuro y organizar la conducta. La función de la amígdala en las conexiones límbicas cortico-estriadas que incluye también al

núcleo accumbens, a su vez cumple una función de igual importancia en el procesamiento emocional y los estímulos; por consiguiente guía y dirige la conducta hacia objetos del medio externo. Entonces, en las personas que han sufrido lesiones en el núcleo accumbens, desarrollan un aumento de sus conductas impulsivas. En el área tegmental ventral hace referencia a un conjunto de neuronas las mismas que se encuentra localizadas en la base del mesencéfalo, región intermedia del tronco cerebral del cerebro, se encuentra los cuerpos de las células dopaminérgicas del sistema dopaminérgico, implicados en el sistema de recompensa natural, el mismo que actúa en numerosas adicciones como también puede ser el foco de varios trastornos psiquiátricos. Por último se encuentran a los núcleos del rafe el cual causa efecto inhibitor en el cerebro, y actúa sobre los receptores situados en la amígdala, al existir una disminución conlleva a un aumento de la conducta agresiva en el ser humano (Merola, 2015).

Un estudio significativo y relacionado con la conducta impulsiva menciona caso Gage, demostró por primera vez que el cerebro humano está dotado de un sistema encargado del razonamiento y de la conducta. Ramos y Bolaños (2014) aportan:

El caso de Phineas Gage, trabajador de ferrocarril el mismo que sufrió un accidente con una barra de hierro dañando el extremo del córtex orbitofrontal atravesando su cráneo, lo más sorprende fue que sobrevivió al accidente, después de su recuperación se observó profundos cambios en Gage, en sus capacidades lingüísticas, amnésicas, motrices, comportamentales e intelectuales, es así que este caso fue estudiado con técnicas de neuroimagen por Damasio localizando las áreas afectadas (p. 2).

Al mostrarse una conducta impulsiva nos referimos a resultados de varios factores como el ambiente, las personas que presenten dificultades para reprimir su impulsividad o una predisposición a tener un carácter impulsivo y no poder controlarlo.

Tipos de impulsividad

La impulsividad al ser un estilo cognitivo y utilizado en el campo psicológico presenta disposiciones en la persona, conllevando a reaccionar de una manera rápida e inesperada, lo cual puede ser una amenaza ante un estímulo. Salvo y Castro (2013) afirman “El estudio de la impulsividad ha ido adquiriendo relevancia progresiva en el ámbito científico por explicar tanto diferencias normales como patológicas de la personalidad así como por su relación con varios trastornos mentales, con conductas auto y heteroagresivas”(p.245). Es importante establecer las diversas formas de comportamiento impulsivo entre ella la impulsividad cognitiva relacionada con el comportamiento del individuo al realizar una asociación ante un estímulo presentado.

La persona que posee impulsividad de tipo cognitivo no realiza un análisis adecuado acerca de la situación o estímulo antes de actuar, en este tipo de impulsividad la respuesta se muestran de manera precipitada ya que los sujetos tienden a sobrevalorar el tiempo de respuesta lo que conlleva a tomar decisiones de manera apresurada (Gavilánez, 2016).

La impulsividad cognitiva se asocia a las personas que no piensan sus respuestas antes de mencionarlas, es así que este tipo de cognición indica la capacidad que posee el sujeto para analizar el estímulo, pensar en lo que va hacer y racionalizar sus respuestas verbales y comportamentales ante un estímulo específico a nivel social en el que se encuentre involucrado. Sánchez (2015) aporta que una conducta a nivel motora puede traer complicaciones en la persona actúa según es estado emocional no reflexiona, esta conducta se manifiesta por acciones o movimientos motrices siempre y cuando un individuo presenta un comportamiento de ira, con reacciones de golpes causando daños físicos. En cuanto a la impulsividad no planeada, es importante mencionar que las personas no se interesan en el futuro ni piensan en el pasado; así que viven en el presente en el cual manifiestan sus acciones y comportamientos. Mientras que, la impulsividad agresiva se ve presente en personas que tienen dificultad para controlar su ira y puede actuar de manera extremadamente agresiva ante la situación presentada. Gavilánez (2016) afirma que “la impulsividad agresiva es la incapacidad de

controlar los propios impulsos y por la inhabilidad de realizar un racionamiento previo a una respuesta conductual” (p.34). Esto significa que, las personas con impulsividad agresiva se caracterizan por perder fácilmente su control y no piensan en las consecuencias futuras, esta impulsividad agresiva puede presentarse de manera biológica, es decir que los niños nacen con esta predisposición agresiva dependiendo al ambiente como una reacción de emergencia ante sucesos presentados en una situación de peligro con su vida.

Es así que en una investigación científica sobre la impulsividad de Barrat (BIS-11) en adolescentes se pudo comprobar la existencia de estos tipos de impulsividad cognitiva relacionado con las ideas y pensamientos en un instante de agresión mismo que no podrá controlar ni reflexionar sobre su pensamiento, motora con identificación de actuar de forma rápido sin pesar su reacción a lo presentado, impulsividad no planificada que la persona vivirá para el momento y no podrá establecer ideas a futuro. Y por último a la impulsividad agresiva presenta un comportamiento violento de forma física como también la utilización del lenguaje verbal y corporal manifestando un comportamiento agresivo (Salvo y Castro, 2013).

Entre las consideraciones mencionadas, se indica que en los tipos de impulsividad existen dimensiones para que se dé una conducta impulsiva ante cualquier situación presentada. Estas 4 dimensiones son, la urgencia negativa, falta de perseverancia, falta de premeditación y búsqueda de sensaciones, mismas que estarán presentes en una persona impulsiva y que puede estar relacionada con trastornos psiquiátricos y de la personalidad. Estas dimensiones se dan cuando un individuo presenta comportamiento impulsivo, en una urgencia negativa tiene tendencia actuar impulsivamente cuando se percibe una situación negativa y aun estímulo presentado, la falta de perseverancia tiene tendencias a rendirse cuando esta aburrido o no existe estímulos que los distraiga, la falta de premeditación es una de las dimensiones más frecuentes cuando existe un comportamiento impulsivo actúa de forma rápida sin tener en cuenta las consecuencias y la búsqueda de sensaciones la persona tiene tendencia a la búsqueda de necesidades de experimentar sensaciones y deseos de riesgos. Por tanto, se puede indicar que las

dimensiones se manifiestan en el hombre siempre y cuando este tenga problemas de comportamiento impulsivo pudiendo evocar sus sentimientos positivos y negativos sin tener a real intención de causar o no daño a terceras personas, y esto puede ser la exploración inconsciente de experiencias nuevas que causen falta de interés e intencionalidad (Merola, 2012).

Consecuencia de la impulsividad

La impulsividad trae consecuencias las cuales afectan tanto el espacio personal, como el espacio relacional. El ser humano está incluido en el medio ambiente y tendrá manifestaciones positivas y negativas como también consecuencias que pueden afectar en su vida, entendiendo siempre que primero es la sociedad y después es el individuo. Entre las características de un individuo encontramos; actúa sin pensar, respuestas incorrectas, interrumpe, impaciente, muestra mal humor e irritabilidad, la persona pelea por cualquier situación al mismo tiempo destruye sus cosas o de otros sin ver las consecuencias que puede provocar.

Entre las consecuencias se encuentran a las relacionales donde se ven incluido los amigos de barrio o la misma sociedad. Es importante mencionar que, existen persona con un fuerte carácter y al presentarse este no puede controlarse, tiende a tener un comportamiento impulsivo la persona va agredir de forma física o verbal y por ende generara un ambiente desagradable, hasta para relacionarse con sus amigos, perder a personas cercanas, entre ellos están miembros de trabajo, padres, hermanos o su propia pareja y su parte emocional va a estar afectada. En la parte personal el sujeto va experimentar vergüenza y tal vez hacer humillado públicamente por su comportamiento impulsivo mismo que puede provocar un patrón persistente y perdurable, si no sabe cómo controlar su conducta. Cuando se presentan estos problemas las personas tienen dificultad para buscar apoyo, pueden llegar a provocar daños en sí mismo como depresión, aislamiento, tiene una tendencia a la indisciplina, al negativismo y la falta de autocontrol (Papa, 2015).

Ibáñez (2014) menciona que “la sociedad describe que los hombres son más propensos a ser impulsivos y a cometer violencia física y son más vulnerables que las mujeres a sufrir de una gama de psicopatologías” (p.2). Esto nos quiere decir

que las personas de sexo masculino se ven involucrados en el comportamiento impulsivo y a cometer crímenes, caer en situaciones peligrosas que pueden causar la muerte al mismo tiempo que son inmaduros y ponen en riesgo la vida de las mujeres. Toman decisiones de forma rápida, no piensan solo se dejan llevar por sus emociones, no les importan lo que pueden suceder en medio de una situación externa, esto puede resultar amenazador para la sociedad. En un adolescente con tendencias impulsivas va a mantener dificultades al intervenir con la sociedad, al mismo tiempo presentado comportamiento agresivo y una autoestima baja con mayor riesgo de provocar suicidios u homicidios mientras que en las personas adultas mantiene problemas laborales en su puesto de trabajo, de pareja como resultado las conductas adictivas. Estas consecuencias son debidas a factores predisponentes en la conducta impulsiva, misma que puede afectar en ámbito relacional, social y personal al ser una reacción desmedida en donde los hombres tienen tendencia a ser más impulsivos que las mujeres en diferentes contextos como también a sobrellevar cargas de tensión provocando una fuerte ansiedad lo que hace imposible reaccionar con un comportamiento adecuado.

Riego de Alcoholismo

Definiciones

El consumo de alcohol en la sociedad se ha convertido en un riesgo total e incontrolable al momento de consumirlo provocando en el futuro una dependencia alcohólica, comprometiendo a la sociedad a nivel mundial sobre todo al iniciar la adolescencia, con consecuencias peligrosas y enfermedades mortales, el consumo nocivo de esta sustancia ha causado daños en el Sistema Nervioso Central provocando enfermedades de cronicidad con consecuencias progresivas presentes más en el sexo masculino y al poder controlar el consumo de esta sustancia causando cada vez mayor adicción. Así mismo han generado problemas intrafamiliares, maltratos, suicidios, vandalismo y problemas de salud en el organismo.

Glosario de Términos de Alcohol y Drogas, Organización Mundial de la Salud, (citado por Sandoval, 2017) menciona que una bebida alcohólica se refiere a una terminología química, de varios grupos de compuesto orgánicos derivados de los hidrocarburos que contienen uno o varios grupos hidroxilo. El etanol o conocido también como alcohol etílico es el principal componente psicoactivo de estas bebidas alcohólicas, después de un largo tiempo de fermentación de la azúcar a su vez se utiliza como combustible y disolvente y en la industria química. A su vez para determinar este tipo de problema a nivel mundial es necesario la utilización del manual de diagnóstico del CIE-10 en donde se identificara el comportamiento debido al uso frecuente de alcohol mismo que se clasificara dentro de los trastornos de las sustancias psicoactivas.

El alcohol al ser una sustancia psicoactiva provoca malestares físicos, psíquicos y psicológicos en hombres y mujeres, junto a la influencia del ambiente se considera importante que este consumo sea medido caso contrario afectará con severidad a la población consumidora. Narcóticos Anónimos (citado por Suma, 2014) afirma que:

Un estado psíquico y habitualmente también físico resultado del consumo de alcohol, caracterizado por una conducta y otras respuestas que siempre incluyen

compulsión para ingerir alcohol de manera continuada o periódica, con objeto de experimentar efectos psíquicos o para evitar las molestias producidas por su ausencia (p.9).

En la humanidad entera el alcoholismo es totalmente destructivo para el organismo desde el primer momento que la persona lo consume. Su abuso puede derivar en daños irreparables, enfermedades crónicas, pérdidas familiares, separaciones y lo más conocido la muerte en muchas ocasiones. La OMS (2014) afirma que “el alcohol es una sustancia psicoactiva capaz de generar una dependencia, las bebidas alcohólicas han sido ampliamente utilizadas en diversas culturas desde hace mucho tiempo” (p.1). El consumo dañino de alcohol causa un número importante de enfermedades en el ser humano, y supone una carga social y económica para la sociedad. El alcohol al estar presente en la humanidad es una de la droga más propensa a causar daños físicos y con una sobredosis se puede provocar efectos depresivos con gravedad además de la intoxicación, coma y muerte; esta reacción depende de la cantidad de alcohol que se haya consumido. López (2013) menciona que “el alcoholismo es una sustancia química, tóxica que ingerida en exceso provoca cambios inmediatos en la personalidad y va creando un deterioro gradual en algunos órganos del cuerpo como el hígado, el cerebro, el páncreas y el corazón” (p.2). El alcoholismo en ocasiones llega a una etapa muy grave que no tolera la edad ni el sexo, su comienzo es en edades muy tempranas, su ingesta se produce por curiosidad o imitación, o simplemente por pertenecer a un grupo social con la búsqueda del placer o deseo en situaciones desagradables y rechazan las leyes establecidas en la sociedad, sin medir las consecuencias que pueden presentarse en el futuro.

Así también, es importante mencionar que el riesgo de consumo, aumenta las consecuencias nocivas para la persona bebedora, los cuales puede llegar a futuros daños psicológicos y físicos con síntomas de dependencia donde se consideran algunas de las anomalías conductuales, cognitivos y fisiológicos que aparecen después de la ingesta del alcohol. La presencia más considerable en una persona con dependencia, alcohólica es que tiene tendencia al deseo intenso de ingerir la sustancia sin poder controlar el consumo. El manual diagnóstico y

estadístico de los trastornos mentales DSM V, dentro de su criterio de diagnóstico para los trastornos relacionados con el consumo de en su criterio diagnostica “patrón problemático del consumo de alcohol que provoca un deterioro o malestar clínicamente significativo y que se manifiesta al menos por dos de los hechos siguientes en el plazo de 12 meses” (p.490). En donde se identifica si existe un consumo de alcohol dando un diagnóstico definitivo según los signos y síntomas presentados en el manual para dar diagnóstico. En base a lo anteriormente descrito, se puede indicar que el alcohol es una de las sustancias más consumidas por el ser humano y muy nociva que afecta a nivel fisiológico, social, familiar y psicológico causando graves consecuencias, en todo el mundo, entre las más significativas mencionamos los accidentes de tránsito lo cual a provocando la muerte de muchos individuos.

Causas endógenas y exógenas

El alcoholismo es una enfermedad usualmente consumida y produce una gran mortalidad a nivel mundial entre las causas endógenas se encuentran la herencia donde científicos del Instituto de Genética de la Universidad Nacional de Colombia, mencionan en sus estudios que los hijos de padres alcohólicos se convertían en consumidores de esta sustancia, mientras que los hijos de padres no alcohólicos no presentaba problemas sin embargo el aprendizaje social a echo que estos jóvenes se vean incluidos en el consumo de riesgo (Rey, 2017).

Entre las causas endógenas se encuentra la genética misma que se encuentre presente en el consumo de alcoholismo en la sociedad. Rey (2015) afirma que:

Numerosos estudios avalan la implicación de, al menos, 5 genes en la predisposición a esta conducta adictiva: 1) Alteración en el locus DRD2 del receptor D2 de dopamina. 2) Alteraciones en los genes que codifican las enzimas encargadas del metabolismo del alcohol. 3) Mutaciones genéticas en el gen OPRM1 que codifica para el receptor opiode. 4) Variaciones en alelos que afectan la funcionalidad del NPR-1, el receptor para el neuroléptico. 5) Alteración en el gen CHRM2, localizado en una región del cromosoma 7, estrechamente vinculado con el alcoholismo (p.486).

Es así que el alcoholismo es una enfermedad de alto grado de heterogeneidad, desde la genética, por ende es importante mencionar que para realizar un diagnóstico se debe identificar si es a nivel genético y de esa manera se pueda encontrar el tratamiento farmacológico. Los factores genéticos en el riesgo de alcoholismo indican que los neurotransmisores al ser pequeños mensajeros que controlan los pensamientos, el comportamiento y las emociones se encuentran implicadas en el riesgo de alcoholismo, están relacionados la dopamina su función en de la adicción y el resultado de recompensa, el glutamato, encargado del aumento de energía cerebral, el GABA, neurotransmisor inhibitor en el alcohol encargado de reducir la energía y con un efecto de calma a nivel individual, la serotonina puede causar problemas neurológicos e inmunitarios, si existiese un alto índice de dependencia alcohólica lo cual provocara una intoxicación grave (Méndez, 2012).

Entre las causas exógenas, Ramírez, Naal, Salinas y Pérez (2014) considera “a los padres en un entorno familiar si estos son alcohólicos es muy probable que los hijos también lo sean” (p.109), también se ha podido evidenciar el alcohol en edades muy tempranas, la situación económica es otro de los factores externos, existen personas alcohólicas de todo tipo unos con mayor posibilidad de obtener esta sustancia, mientras las que no la tiene se dedican al robo y causan un terror en la sociedad para conseguir alcohol. Actualmente se habla de la moda del alcohol refiriéndose al consumo inapropiado, es decir que se convierta en una costumbre con los familiares o con los amigos puede desembocar en personas alcohólicas; el fácil acceso al alcohol ha conllevado graves problemas entre ellas ingesta e intoxicaciones dañando el mismo cuerpo; la presión de los compañeros también influye mucho en el ser humano ya que son los que invitan, o se dan el gusto por consumir alcohol una vez que están con este problema se puede manifestar la relación de la pareja porque mucho de los jóvenes encuentran consuelo en el alcohol después del rompimiento con la relación de pareja. Como argumento final se puede manifestar que las causas endógenas y exógenas, producen daño en el ser humano al ingerir alcohol y no toman medidas en su vida causando problemas en la sociedad y de la persona consumidora.

Síntomas físicos y psicológicos

El alcoholismo es uno de los principales motivos de consultas de la salud mental a nivel mundial, su principal característica es el consumo excesivo de alcohol en horarios prolongados los cuales han causado dependencia alcohólica. Algunos de los síntomas comúnmente presentados son los psicológicos o físicos. Se ha considerado uno de los causantes de padecer síntomas físicos a corto y largo plazo, estos síntomas pueden cambiar con el tiempo y llevar a una enfermedad de por vida o causar la muerte. Rivera (2017) afirma:

Los problemas físicos del consumo de alcohol tienen dos orígenes: el alcohol tiene un efecto directamente irritante sobre todas las partes del cuerpo mientras que el uso constante del alcohol, una persona puede llegar a estar desnutrida. Ciertas vitaminas o proteínas pueden que no se tomen en la dieta, o puede que no sean absorbidas por el cuerpo (s.p).

Al estar presente los síntomas físicos al consumir esta sustancia alcohólica, es importante identificar a la persona que bebe grandes cantidades, puede sentirse cansado, ansioso, temblores y por lo general causar problemas frecuentes para dormir por las noches o en horarios establecidos por la persona, aumento del ritmo cardiaco, rigidez muscular, respiración acelerada, movimientos oculares rápidos generando diarrea, náuseas o vómitos, sudoración excesiva lo cual puede causar daño a las glándulas sudoríparas o disminución del apetito, y provocar efectos a largo plazo del enfermedades del hígado, corazón y depresión (Rivera, 2017).

Al presentarse los síntomas psicológicos, Rodelgo (2016) menciona que “las personas que sufren de alcoholismo pueden ocultar los síntomas a menudo, mucho tiempo antes de las demás personas o auto engañarse respecto que tienen un problema” (p.3). En la actualidad los síntomas del alcohol han dejado mucho de qué hablar, sobre todo en las personas que lo padecen y la incapacidad para suspender o reducir este consumo excesivo de alcohol. Pueden presentar síntomas como; culpabilidad, ansiedad, depresión, euforia, insomnio, alucinaciones auditivas, visuales y la más denotada en la humanidad es la coma convulsiva según dosis que ha ingerido.

El alcohol a nivel cognitivo, puede producir alteraciones en el ritmo biológico donde se originan lagunas de memoria y sobretodo desorientación espacio-temporal. Las emociones sufren un desbalance y pasan rápidamente de la alegría a la tristeza, pudiendo aparecer incontinencia emocional. Surgen sentimientos de culpa, y explosiones de irritabilidad y presentan poca tolerancia a las frustraciones. Es así que los síntomas psicológicos al ingerir alcohol conlleva a múltiples trastornos psicológicos en el individuo que, impiden una relación familiar, social, laboral e incluso personal, lo que es indicativo de cambios de percepción de las cosas y situaciones, que le producen deterioro a nivel cognitivo y emocional (Castillo, 2013).

Consecuencias del consumo de alcohol

El consumir alcohol de forma abusiva produce una dependencia en el ser humano y provoca consecuencias altamente fuertes en la vida. Entre las consecuencias mencionamos a las individuales en donde se considera que el alcoholismo produce cambios en la persona que afectan no sólo su aspecto personal, sino también sus relaciones familiares. Hidalgo (2011) menciona que “las consecuencias del consumo de alcohol a nivel individual provocan; violencia físicas, pérdida de años, suicidios, accidentes de tránsito, incumplimiento de objetivos y reducción del rendimiento de trabajo” (p.10). Esto nos quiere decir que alcoholismo, afecta al núcleo familiar y en el contexto social al encontrarse con un pariente que mantiene problemas de alcoholismo lo que les dificulta es aceptarlo, la familia en si va a presentar; culpabilidad, vergüenza, rencor, inseguridad como resultado una familia disfuncional. Colorado (2014) menciona que “alcoholismo es devastador para todos los miembros de la familia al estar incluido algún pariente este va a provocar mayor responsabilidad como el cuidado de un niño” (p.45), al estar en esta situación pueden presentar y sufrir síntomas psicológicos, como depresión, ansiedad, insomnio, provocando aislamiento total con la persona alcohólica. En caso si este fuere padre de familia presentaría crisis familiar, descuido de los hijos, de la esposa, lo que provocaría que exista un aprendizaje consumidor en uno o varios de los miembros de la familia incluso de sus propios hijos. En la sociedad, el consumo varía en muchas de las culturas así como también

la edad, el género y la estructura social quien lo conforma. Al mismo tiempo tiene influencia al momento de integrarse entre un grupo o excluirse. Entre ellos los jóvenes al momento de iniciar con el consumo de alcohol buscan un placer, escapar de los problemas, sentirse a gusto cuando hay fiestas o eventos para ser aceptados en un grupo social o simplemente buscar diversión.

Las conductas agresivas son otras de la consecuencia presentadas en la sociedad, la persona pierde el control al estar alcoholizado este va a provocar daños físicos, psicológicos, materiales entre otros. El beber influye en la personalidad y en una variedad de maneras como volverse cariñoso, cantar, llorar, o dormirse es así que los resultados del alcohol son muy difíciles de entender cuando este no controle y sea peligroso para la sociedad, a la vez se entiende que participan componentes básicos cuando este ha consumido alcohol, como el área cognitiva que describe con una desconfianza total, la afectiva como una frustración o disgusto absoluto mientras que la conductual es la manifestación interna que muestra la persona. A la vez se describe que las mujeres consumidoras de esta bebida tienen tendencia a niveles de agresividad conductual mientras que los hombres la agresividad cognitiva puede ser más peligrosos. Este puede cometer faltas de conducta agresiva ante diferentes situaciones con la familia, la esposa o cónyuge, los hijos, compañeros de trabajo y la sociedad entera (Tecayehuatl, 2013).

De acuerdo con la OMS (citado por Ginebra, 2014) afirma que las consecuencias sociales y daños son claras: al año mueren en el mundo 3,3 millones de personas debido al consumo nocivo de alcohol, lo que representa un 5,9% de todas las defunciones. Estas consecuencias pueden ser peligroso y generarse en diferentes ámbitos como; provocar infracciones sociales, violaciones, peleas, sexo sin protección, abandono familiar, accidentes de tránsito, homicidios, arrestos policiales hasta llegar a una separación matrimonial y de divorcio. Otras consecuencias al consumir alcohol ocasiona malestar en el lugar de trabajo como el llegar tarde, faltar constantemente, riñas con los compañeros, mala calidad de trabajo e incumplimiento absoluto en sus labores a su vez dando como resultado un despido del lugar de trabajo.

En las consecuencias físicas a nivel individual se identifica que el consumo progresivo del alcohol afecta en el organismo provocando daños y enfermedades mortales en varias partes del cuerpo a la vez afecta de manera trascendental durante su faceta de vida. Entre ellas se encuentran la afectación en el Sistema Nervioso Central lo cual puede causar daños en el cerebro. El consumo elevado de alcohol puede generar déficits neurocognitivos en ambos géneros, sin olvidar que en las mujeres pueden causar más daño. El consumo excesivo de alcohol afecta estructuras cerebrales entre ellas la corteza cerebral encargada del pensamiento, emociones y el control de los cinco sentidos, el alcohol en esta área altera la capacidad para pensar y resolver problemas. Por lo que genera un comportamiento agresivo sin motivo, es decir que el abuso excesivo de esta sustancia puede provocar daños neurocognitivos (Martínez, 2016).

Colado, Pérez y Méndez, (2015) explican que el cerebelo ha de ser un área de la coordinación motora, al consumir alcohol puede provocar la pérdida de equilibrio del cuerpo imposibilitando caminar con normalidad como también afectar las funciones cognitivas como la memoria dificultando para codificar, almacenar, y recuperar la información entre estas áreas se encuentran; La corteza cerebral la cual se encarga del pensamiento, la toma de decisiones, el control en los cinco sentidos, emociones, actuar con inteligencia. Al estar presente el alcohol en esta área altera la capacidad para pensar con claridad y reducir las inhibiciones. Al mismo tiempo puede reaccionar agresivamente. El cerebelo controla la coordinación motora del cuerpo y al estar presente el alcohol puede disminuir los reflejos del equilibrio, por lo que la persona no podrá moverse a ningún lado. El hipotálamo al ser una parte del encéfalo y en el funcionamiento del sistema nervioso y varios procesos de cuerpo como la frecuencia cardíaca, el hambre, la sed, también controla los procesos involuntarios como el respirar y mantener la temperatura del cuerpo, al consumir alcohol puede provocar disminución o aumentar la frecuencia cardíaca. El hipocampo su principal función, controlar la memoria en particular a largo plazo. Al beber una gran cantidad de alcohol puede provocar una baja memoria causando daños permanentes como leves, si consume poco y graves cuando excede la sustancia a la vez impidiendo el aprendizaje.

Entre las consecuencias, estudios científicos han publicado que el ingerir esta sustancia alcohólica perjudica varias partes del cuerpo y al mismo tiempo provoca la muerte. Entre ellos se encuentra a siete órganos del cuerpo humano, el corazón, el estómago, el cerebro, el hígado, el riñón, la piel y los pulmones; presentan a corto y largo plazos secuelas por grados alcohólicos ingeridos. Según investigaciones médicas el consumo frecuente de alcohol causa consecuencias graves y enfermedades de por vida, esto sucede por la existencia de personas inconscientes que no miden las cantidades que ingieren durante el día o meses (El Comercio, 2014).

Al consumir alcohol de forma excesiva produce enfermedades en los órganos del cuerpo. Gonzales (2017) explica que, el alcohol en el estómago aumenta la producción de ácido gástrico que causa irritación e inflamación en las paredes del estómago por lo que a largo plazo, puede generarse úlceras, hemorragias constantes y perforaciones de la pared estomacal. El hígado al ser una glándula con muchas funciones entre ellas el encargado de eliminar y equilibrar toxinas en sangre, al consumir alcohol excesivo provoca cirrosis hepática, produciendo la muerte de las células del hígado, al mismo tiempo estas son reemplazadas por unas células fibrosas que no cumplen función alguna. Los pulmones en el cuerpo cumplen con la función de dar oxígeno y eliminar el dióxido de carbono lo que permite respirar sin dificultad alguna, si existe un consumo agresivo, este producirá una neumonía que alterará los pulmones llevándolo a un síndrome de distress respiratorio por el uso abusivo de alcohol, cuando una persona está con un nivel alto de alcohol y este se quedó dormido, en diferentes ocasiones va a vomitar y luego sin darse cuenta va a inhalar el mismo vomito hacia los pulmones, a la vez produce dificultad para respirar sin que nadie lo auxilie y provoque una muerte instantánea. El corazón al ser un órgano principal del cuerpo humano y de la vida cumple con diferentes funciones, una de ellas bombear la sangre por todo el cuerpo, si una persona es consumidora de alcohol puede dañar al corazón produciendo una miocardiopatía alcohólica es decir que este va a debilitar el músculo cardíaco dificultando bombear la sangre y alterar varios sistemas en el cuerpo. Y por último el riesgo de alcoholismo produce daños en la piel como una deshidratación epidermis seca y con ello un cáncer incurable.

Es importante mencionar las consecuencias a nivel individual, el alcohol es un poderoso estimulante sexual, pero al mismo tiempo hombres como mujeres tienen consecuencias negativas en el momento del acto sexual, al consumir alcohol en el caso de los hombres, existe una disminución sexual a la vez puede influir para que este se muestre negativamente y un estado de ánimo bajo. En el caso de las mujeres existe un desajuste en el periodo menstrual a la vez produciendo problemas a nivel hormonal como también en el periodo del embarazo puede producir un síndrome de alcoholismo fetal en un consumo grave el recién nacido puede presentar problemas en el organismo como mal formaciones craneofaciales en la criatura al nacer (Reyna, 2017).

Entre las consecuencias individuales se encuentran las psicológicas, mismas que se encuentran notables en la sociedad al momento de presentarse un consumo de riesgo a nivel mundial. Pachacama (2016) menciona que “el consumo constante de bebidas alcohólicas producen cambios en la personalidad, la persona tiende a ser infantil y eufórica” (p.41). A la vez estas consecuencias pueden producir problemas de depresión caracterizada por una profunda tristeza, baja autoestima y de esa manera perder el interés de la vida y los síntomas podrían producir el suicidio. Otra de las consecuencias psicológicas también se encuentra la ansiedad, ya que hay personas que quieren dejar de beber esta sustancia y no lo logran empiezan a beber sin medida con la finalidad de calmar la ansiedad, de esa manera la persona se vuelve dependiente al alcohol. La ira como una emoción, todos en un momento podemos sentirlo, a la vez al estar presente el alcohol y la ira puede ser peligroso porque presenta violencia y otras conductas destructivamente como consecuencia la pérdida del juicio provocando golpes físicos uso de un mal vocabulario dando como resultado perdida de la conciencia hacia otra persona. La psicosis puede presentarse cuando la persona presente una enfermedad grave de consumo de riesgo a la vez presentar episodios de duración y síntomas como delirio, alucinaciones táctiles que afectan la salud de la persona. Es así que estas consecuencias pueden afectar la vida de una persona, a la vez pueden producir alteraciones en su salud mental la mayor parte se presenta cuando comienzan a ingerir alcohol de manera incorrecta, y en un tiempo convirtiéndose en bebedores con dependencia al alcohol.

Estas consecuencias influyen mucho a nivel del cuerpo, sobre todo cuando de una persona no puede controlar su consumo.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

Diseño del trabajo

Para la presente investigación se detallan acciones y comportamientos que se observa en los aspirantes de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”. En la influencia de impulsividad y riesgos de alcoholismo, se utiliza el método cualitativo correspondiente al marco conceptual mediante el análisis exploratorio y descriptivo sustentada mente por varios autores lo que permitirá explicar a las variables propuestas para su investigación. Lo cuantitativo para la recolección de datos por medio de instrumentos psicológicos donde se dará un análisis a los resultados de los datos obtenidos y la estadística descriptiva para contestar las interrogantes de investigación y de esa manera poder responder a las hipótesis planeadas en la investigación en donde se basa la medición numérica. Es psicométrico ya que se utilizarán instrumentos como; la Escala de Impulsividad de Barratt (BIS11) que medirá el tipo de impulsividad cognitiva, motora y no planeada y el test de Audit para el riesgo de alcoholismo.

La modalidad de esta investigación es documental, puesto que se indagará de libros basados en autores actuales, revistas, tesis, revistas e internet y además se acudirá a recibir información en el lugar donde se producen los hechos para así poder actuar en el contexto y modificar aspectos de una realidad como son fichas reportes e informes.

La Investigación es de campo, porque permitió tener el contacto directo con el problema planteado que es la impulsividad y el riesgo de alcoholismo en el área militar específicamente en los aspirantes de la promoción 2016-2018, se realizó la recolección de datos como resultado el análisis del problema planteado en la población estudiada.

Población y Muestra

Esta investigación se realizó con los aspirantes de la promoción 2016-2018 de la ESFORSE, y de acuerdo a los datos proporcionados por la Institución se considera que la población del universo es de 614 aspirantes de edades comprendidas en un rango de 19 a 23 años.

Muestra

Dicho estudio se realizó a los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados de la ciudad de Ambato, compuesta por una población de 614 aspirantes de género masculino obteniendo la muestra a investigar de 236 sujetos por lo cual ha sido necesario aplicar la fórmula de muestreo, además esta cantidad permite obtener el 95% de nivel de confianza que es un indicador del porcentaje de seguridad que existe para generalizar los resultados obtenidos.

Procedimiento:

N = población

n = muestra

z = (1.96)

p= 0.5 (50%)

q= 0.5 (50%)

e = 0.05 (5%)

$$n = \frac{Z^2 \times p \times q \times N}{Z^2 \times p \times q \times N \times e^2}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 \times 0,5 \times 0,5 \times 614}{(1,96)^2 \times 0,5 \times 0,5 + 617 \times (0,5)^2}$$
$$n = \frac{589,6856}{0.9604 + 1,5}$$

$$n = 236,3090486$$

n= 236,31

Total muestra: n = 236 sujetos

Tabla 1: Población

Año Militar	Hombres	Total (%)
2do año Militar	236	100
Total	236	100

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Administración Académica de la ESFORSE.

Muestra

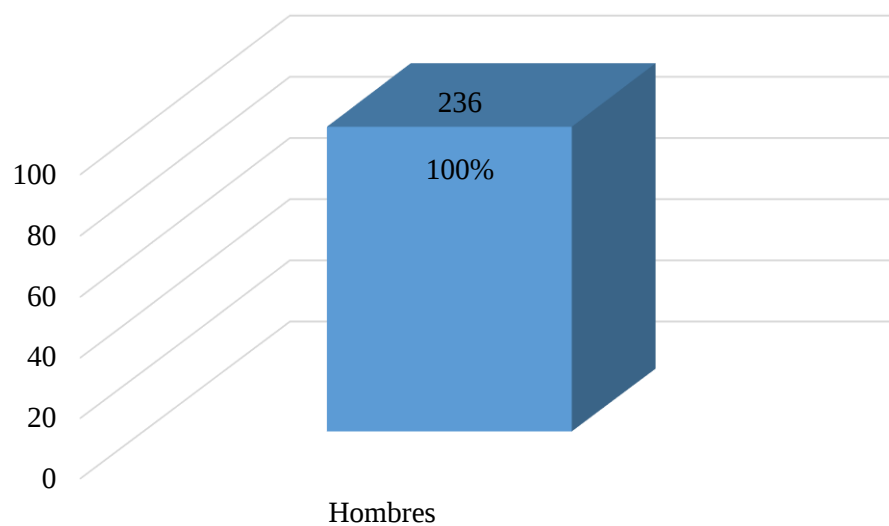


Gráfico 1: Población

Fuente: Investigación de campo

Elaborado por: La Investigadora

Instrumentos de investigación

Barratt (BIS 11)

El nombre original de la escala Barratt (BIS-11), BIS, de Barrat Impulsivity Scale, el autor que origino dicha escala fue Barratt. E.S, este es instrumentó es validado y adaptado en varios países con el fin de identificar el tipo de impulsividad presentado en el ser humano. Para su aplicación se realiza de forma colectiva esta escala consta de 30 ítems con un formato de respuesta tipo Likert es decir ocasionalmente dando un puntaje de 1, a menudo un puntaje de 3, siempre o casi siempre con un puntaje de 4, si la persona marco 4 indica que tiene una impulsividad altamente dependiendo las 1 subescalas. Está subescalas son la impulsividad cognitiva impulsividad motora, impulsividad no planificada, posee mayor relevancia el valor cuantitativo de la puntuación total. Para generar los resultados de este test es necesario calificar de forma inversa dependiendo de las escalas antes mencionadas, una vez realizada la calificación se suma los ítems para cada área es decir la impulsividad cognitiva con su valor, la impulsividad motora con su valor y 1 impulsividad no planificada con su valor una vez obtenida los resultados sumamos todos los puntos en general. Para Barratt menciona que no existe un punto de corte lo cual debe realizar el investigador dependiendo del total de la puntuación sacando la media de media de la distribución (Salvo y Castro, 2013, p.247).

Validación

La validación para la escala de impulsividad Barratt (BIS 11) es un instrumento para evaluar el tipo de impulsividad presentados en el ser humano, el estudio se realizó en adolescentes chilenos (Salvo y Castro, 2013, p.250).

Confiabilidad

Para la confiabilidad del test Barratt (Bis11) se obtuvo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,77 este es un resultado comprobado para los diferentes estudios realizados tomando en cuenta que se puede contar con valores entre 0,8 y 0,9, al no presentarse es valor puede permitirse 0,7 siendo un valor aceptable para su confiabilidad (Salvo y Castro, 2013, p.250).

Tabla 2: Interpretación Barratt (BIS 11)

Tipo de impulsividad	Ítems a calificar	Interpretación
Cognitiva	(8 ítems: 4, 7, 10, 13, 16, 19, 24 y 27)	Que implica realizar decisiones de manera rápida con contenidos de ideas y pensamientos erróneos
Motora	(10 ítems: 2, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 23, 26 y 29)	Que implica actuar sin pensar, acción motriz guiada por estímulos emocionales
Planificada	(12 ítems: 1, 3, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 22, 25, 28 y 30).	Que implica la falta de previsión en el futuro, guiado por pensamientos indeterminados que provocan que la persona actúe de manera imprevista

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Interpretación Barratt (BIS11)

TEST AUDIT

El test Audit es un instrumento psicológico para la identificación de trastornos para el uso de alcohol consta de 10 ítems, para la aplicación se lo puede realizar de forma individual o grupal, el Audit fue desarrollado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y como un apoyo en la evaluación breve, también ayuda a identificar el riesgo de alcohol en el individuo en el test evalúa áreas como; consumo de riesgo, consumo perjudicial y la dependencia. Este test aplica en hombres y mujeres desde la adolescencia (García, Novalbos, Martínez y O’Ferrall, 2016).

Validación

La validación para el test Audit es instrumento frecuente y utilizado para medir el riesgo de alcoholismo en la sociedad, el estudio se realizó en una población universitaria, este test se valida también por la organización Mundial de la Salud (García, Novalbos, Martínez y O’Ferrall, 2016).

Confiabilidad del instrumento

Para su confiabilidad se consideró para el test AUDIT, un alfa Cronbach de 0,75 considerando un test valido para su aplicación tanto para hombres como mujeres desde la adolescencia (García, Novalbos, Martínez y O’Ferrall, 2016).

Tabla 3: Interpretación AUDIT

Género	Calificación	Interpretación
Masculino	0 a 7	El hombre no presentan alcohol
Masculino	8 a 12	El hombre es Bebedor de riesgo
Masculino	13 a 40	El hombre presenta Problemas físicos, psíquicos y dependencia alcohólica.
Femenina	0 a 5	La mujer no presentan alcohol
Femenina	6 a 12	La mujer es Bebedor de riesgo
Femenina	13 a 40	La mujer presenta Problemas físicos, psíquicos y dependencia alcohólica.

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Test AUDIT

Procedimientos para obtención y análisis de datos

La información fue recogida manualmente a una población de 614 Aspirantes de la ESFORSE sin embargo el desarrollo se llevó a cabo con una muestra de 236 sujetos con el fin de obtener de datos cuantitativos más confiable los resultados obtenidos fueron por Microsoft Excel.

Actividades

Para la presente investigación, se analizó por medio de instrumentos psicológicos para la ejecución de la investigación, (La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”). La recolección de datos, se acudió

a la ESFORSE, teniendo un primer acercamiento con el psicólogo de la institución militar, con el objetivo de obtener información acerca de las variables de estudio y problemas que dificulta la escuela.

Subsiguientemente, selección de instrumentos psicológicos para las variables de la investigación, se pidió a la institución en total de la población total los culés consta de 614 aspirantes de la promoción 2016-2018, concluyendo que se debe tomar el cálculo del muestreo, por el total de los aspirantes antes mencionado, se realizó una planificación de las actividades a cumplir con la escuela y la aplicación de los test psicológicos.

Una vez realizada la muestra se aplicó los instrumentos, una vez tomados los datos, se dio paso al procesamiento de la información y tabulación mediante tablas en tablas por Excel que permitieron ingresar los datos de los dos instrumentos sin ningún problema. Una vez realizado el proceso de tabulación se llegó a los resultados estadísticos se verificó la comprobación de la hipótesis con el χ^2 . Una vez obtenido los resultados de los instrumentos aplicados se procederá dar a conocer los resultados de la investigación y también de forma respectiva a la ESFORSE.

CAPÍTULO III

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Diagnóstico de la situación actual

Tabla 4 Impulsividad

Impulsividad	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa	Porcentaje
SI	132	0,56	56%
NO	104	0,44	44%
TOTAL	236	100	100%

Elaborado por: La investigadora

Fuente: BARRAT (BIS 11)

Existencia de impulsividad

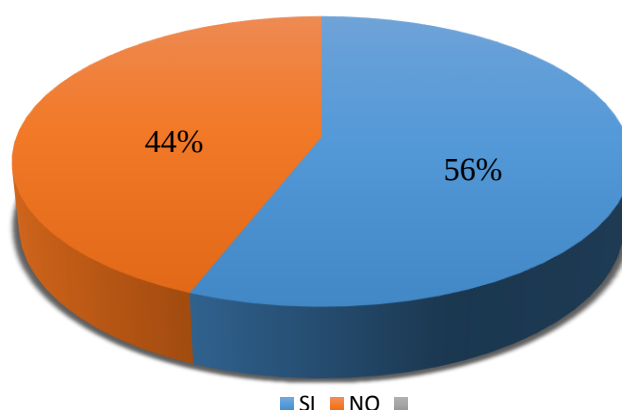


Gráfico 2: Existencia de impulsividad

Fuente: BARRAT (BIS 11)

Elaborado por: La Investigadora

Análisis de interpretación

Los resultados arrojados por la investigación, demuestran que, más de la mitad de los Aspirantes a Soldados de la ESFORSE del segundo año, presentan impulsividad lo que significa que la persona actúa rápido frente a un estímulo presentado de forma inesperada al presentarse, no reflexiona ni planifica, lo que en

ocasiones lo lleva a cometer actos impulsivos. Por otra parte un poco menos de la mitad no presentan impulsividad esto nos quiere decir que no hay tendencias a precipitar sus respuestas ante estímulos presentados. Psicológicamente se puede evidenciar la existencia altamente marcada de impulsividad con respecto a la población general, lo que resulta que toda acción o movimiento es producido bajo un estado de conciencia, considerando que los actos instintivos ponen en manifiesto al cerebro el mismo que tiende a actuar de manera rápida, espontanea con resultados agresivos.

Tipos de impulsividad

Tabla 5: Tipo de Impulsividad

Alternativas	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa	Porcentaje
Cognitiva	66	0,28	28%
Motora	69	0,29	29%
No planificada	101	0,43	43%
Total	236	100	100

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Barrat (BIS 11)

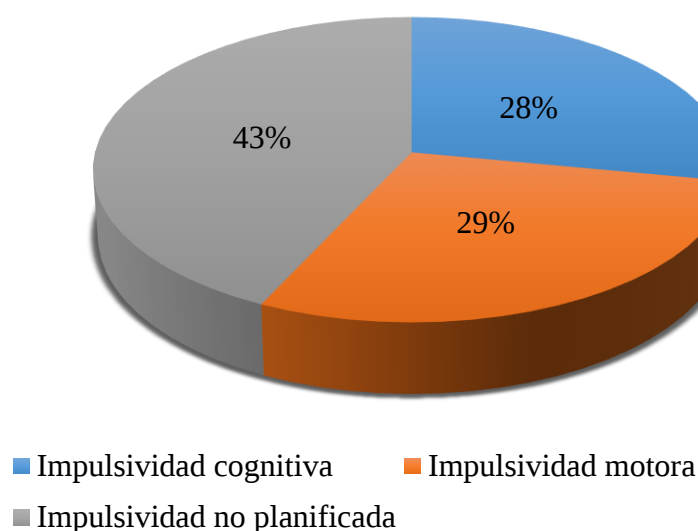


Gráfico 3: Tipo de impulsividad

Fuente: BARRAT (BIS 11)

Elaborado por: La Investigadora

Análisis de interpretación

Del total de la población evaluada más de la mitad de los aspirantes a soldados, presentan un tipo de impulsividad no planificada lo que implica realizar decisiones de manera rápida con contenidos de ideas y pensamientos erróneos, mientras que más de la cuarta parte presentan impulsividad motora lo que implica actuar sin pensar, acción motriz guiada por estímulos emocionales, finalmente una mínima parte de la población posee una impulsividad de tipo cognitivo lo que implica la falta de previsión en el futuro, guiado por pensamientos indeterminados que provocan que la persona actúe de manera imprevista. Psicológicamente se puede evidenciar que en la población total poseen diferentes tipos de impulsividad marcados, lo que resulta la ejecución de reacciones rápidas, no planeadas, hacia estímulos internos o externos, si medir las consecuencias negativas de sus actos.

Riesgo de alcoholismo

Tabla 6: Riesgo de Alcoholismo

Alternativas	Frecuencia absoluta	Frecuencia relativa	Porcentaje
No problemas relacionados con el alcohol	204	0,86	87%
Bebedor de riesgo	24	0,10	10%
Problemas físicos psíquicos con la bebida y probable dependencia alcohólica	8	0,03	3%
TOTAL	236	100	100%

Fuente: AUDIT

Elaborado por: La Investigadora

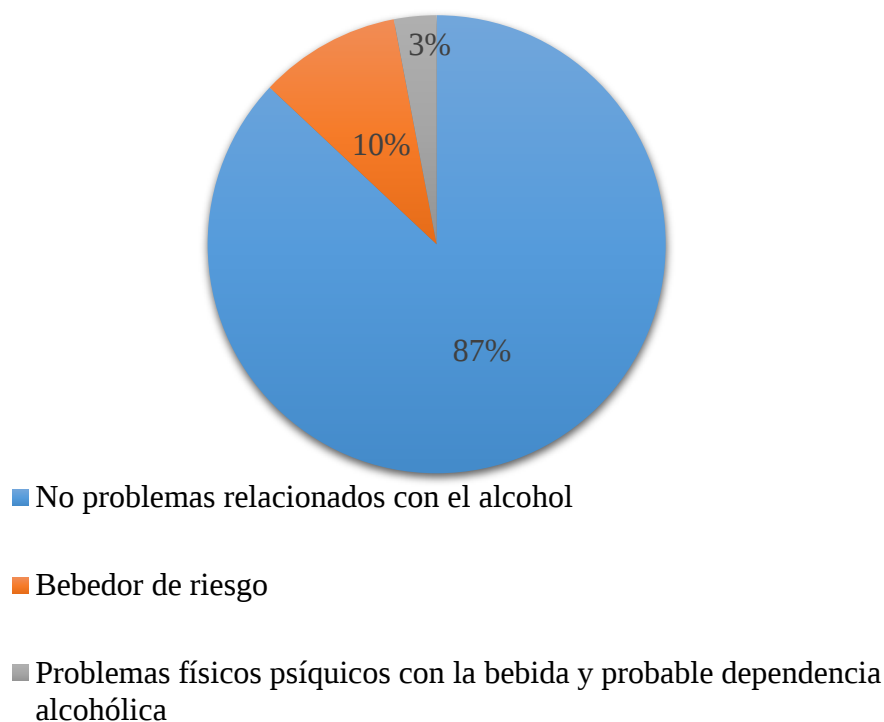


Gráfico 4: Riesgo de alcoholismo

Fuente: AUDIT

Elaborado por: La Investigadora

Análisis de interpretación

Los resultados arrojados por la investigación, demuestran que, más de las tres cuartas partes no presentan problemas relacionados con el alcohol lo que significa que no presentan dificultades con el consumo ni daños físicos ni psicológicos mientras que menos de la décima parte presentan un consumo que determina bebedores de riesgo, esto puede generar en un futuro daños físicos y psicológicos alterando la conducta y manifestaciones digestivas. Existe un mínimo porcentaje con problemas físicos y psíquicos con la bebida además de una probable dependencia lo que significa que el sujeto mantiene fuertes impulsos y deseos de forma habitual con cantidades excesivas de alcohol durante un período prolongado, lo cual resulta en adicción. Psicológicamente se puede evidenciar que en la población total poseen un consumo que determina bebedores de riesgo lo cual puede provocar daños físicos y mentales y pierda el control sobre los límites de su consumo creando tolerancia y una posible dependencia en el futuro.

Comprobación de las hipótesis

Para la comprobación de la hipótesis se realizó un cruce de los resultados y de los reactivos psicológicos, mediante la tabla de la frecuencia observada (O), dando resultados para continuar con la tabla de frecuencia esperada (E), una vez realizado la multiplicación de los valores marginales esta tabla es dividida para los datos de los valores marginales.

Cálculo de los valores marginales para la frecuencia observada

Tabla 7: Cálculo de los valores marginales para la frecuencia observada

RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOLISMO				
IMPULSIVIDAD	No problemas relacionad os	Bebedor de riesgo	Problemas físicos psíquicos con la bebida y probable dependencia alcohólica	Valores Marginales
SI	107	19	6	132
NO	97	5	2	104
Valores Marginales	204	24	8	236

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Frecuencia observada

Cálculo de los valores marginales para la frecuencia esperada

Tabla 8: Cálculo de los valores marginales para la frecuencia esperada

RIESGO DE CONSUMO DE ALCOHOLISMO				
IMPULSIVIDAD	No problemas relacionad os	Bebedor de riesgo	Problemas físicos psíquicos con la bebida y probable dependencia alcohólica	Valores Marginales
SI	114,102	13,424	4,475	132,000
NO	89,898	10,576	3,525	104,000
Valores Marginales	204,000	24,000	8,000	236,000

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Frecuencia esperada

Las tablas de frecuencia observada y esperada dan paso para la realización del cálculo del estadístico chi², este método estadístico permite cruzar variables cualitativas ordinales, y se podrá analizar la correlación y funcionalidad entre variables. La siguiente formula permite el cálculo del estadístico chi²:

$$\chi^2 = \frac{\sum(O - E)^2}{E}$$

Cálculo del Chi

Tabla 9: Cálculo del Chi

TABLA DE CONTIGENCIA

	FO	FE	(FO-FE)	(FO-FE) ²	(FO-FE) ² /FE
SI/NP	107	114,102	-7,102	50,434	0,442
NO/NP	97	89,898	7,102	50,434	0,561
SI/BR	19	13,424	5,576	31,095	2,316
NO/BR	5	10,576	-5,576	31,095	2,940
SI/PF	6	4,475	1,525	2,327	0,520
NO/PF	2	3,525	-1,525	2,327	0,660
Total	236	236	0	0	7,440

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Tabla de contingencia

Campana de Gauss Cálculo del Chi Cuadrado

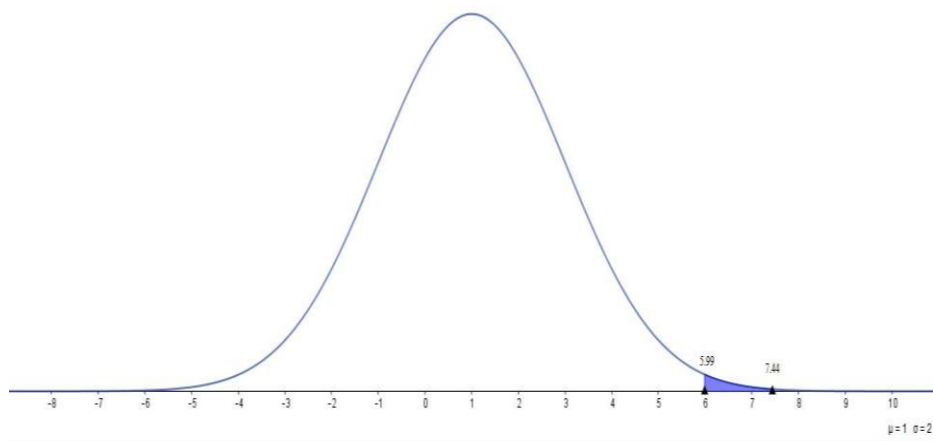


Gráfico 5: Campana de gauss

Elaborado por: El Investigador

Fuente: Impulsividad

Nivel de significancia

El nivel de significación es del 5% equivalente al 0.05

Calculo de los grados de libertad

Tabla 10: Grados de Libertad

		gl=(f-1) (c1)	
Gl	Filas	2	(2-1)
	Columnas	3	(3-1)
Gl		2*1	
Gl		6	

Elaborado por: La investigadora

Fuente: De campo

Decisión del Chi2

Tabla 11: Decisión del Chi2

Nivel de significancia	0,05
Valor critico	5,99
χ^2	
Σ	7.440

Elaborado por: La investigadora

Fuente: Chi 2

Decisión.

El valor calculado es menor dado por la tabla estadística, es decir, que: el chi experimental es mayor al valor crítico de la tabla estadística. Dados los resultados de la investigación que corresponde a la impulsividad en el riesgo de alcoholismo en la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”, se pudo evidenciar mediante los estadísticos pertinentes que las variables son totalmente dependientes y que si existe funcionalidad entre las mismas, la investigación planteada acepta la hipótesis alterna que menciona: La impulsividad SI influye en el riesgo de alcoholismo en la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”. La impulsividad no influye en el riesgo de alcoholismo en la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”.

CAPÍTULO IV

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

1. Mediante el análisis estadístico de Chi² (tabla N°9), se llegó a concluir que en la población estudiada la impulsividad si influye en el riesgo de alcoholismo, obteniendo un valor de 7.440 como resultado del chi² cuadrado y 5.99 es el valor crítico, esto indica que las variables son dependientes, porque la impulsividad está presente al momento de consumir alcohol lo que implica que puede causar problemas en el proceso de la formación militar.
2. Se estableció que, más de la mitad de los Aspirantes a Soldados de la ESFORSE del segundo año, presentan impulsividad lo que significa que el sujeto tiende a llevar a cabo una conducta impulsiva frente a cualquier estímulo, no reflexiona ni planifica ante la situación presentada. Por otra parte un poco menos de la mitad no presentan impulsividad esto nos quiere decir que no hay tendencias a precipitar sus respuestas ante estímulos presentados. A si mismo se puede evidenciar que en la población en general, presentan un tipo de impulsividad no planificada lo que implica realizar decisiones de manera rápida con contenidos de ideas y pensamientos erróneos. Psicológicamente se puede evidenciar la existencia altamente marcada de impulsividad con respecto a la población general, lo que resulta que toda acción o movimiento es producido bajo un estado de conciencia, considerando que los actos instintivos ponen en manifiesto al cerebro el mismo que tiende a actuar de manera rápida, espontanea con resultados agresivos. (Tabla N°4)
3. Se determinó que el riesgo de alcoholismo, más de las tres cuartas partes no presentan problemas relacionados con el alcohol lo que significa que no presentan dificultades con el consumo ni daños físicos ni psicológico

mientras que menos de la décima parte presentan un consumo que determina bebedores de riesgo, esto puede generar en un futuro daños físicos y psicológicos alterando la conducta y manifestaciones digestivas. Existe un mínimo porcentaje con problemas físicos y psíquicos con la bebida además de una probable dependencia lo que significa que el sujeto mantiene fuertes impulsos y deseos de forma habitual con cantidades excesivas de alcohol durante un período prolongado, lo cual resulta en adicción (tabla N°6). Psicológicamente se puede evidenciar que en la población total poseen un consumo que determina bebedores de riesgo lo cual puede provocar daños físicos y mentales y pierda el control sobre los límites de su consumo creando tolerancia y una posible dependencia en el futuro.

4. Considerando que la presente investigación se aceptó la hipótesis alterna en el cual manifiesta que la impulsividad si influye en el riesgo de alcoholismo, se propone realizar talleres para el manejo de la impulsividad y controlar al riesgo de alcoholismo ya que la variable dependiente cambia en función de la variable independiente.

Recomendaciones

1. Se recomienda realizar una campaña de capacitación y educación mediante el modelo psicoeducativo dirigida a los aspirantes de la ESFORSE, en relación a la conducta impulsiva impulsividad y su relación con el riesgo de alcoholismo, para poder concientizar al personal militar en la problemática de tipo social.
2. Se recomienda a las autoridades de la Escuela Militar el uso de algunos reactivos psicológicos y comprar los resultados obtenidos de la investigación a y a la vez estos puedan ser generadores de un riesgo potencial de alcoholismo, por lo que podría realizar charlas informativas acerca de qué es la impulsividad y sus consecuencias y brindar técnicas y estrategias de autocontrol en los aspirantes que permitirán disminuir y controlar los impulsos.
3. Se recomienda realizar psicoterapia cognitivo conductual con la ayuda del departamento de psicológico de la institución, a los aspirantes que presentan riesgo de alcohol y problemas físicos, psíquicos con dependencia, con la finalidad de modificar los pensamientos que conllevan a un consumo de alcohol y se pueda realizar un estudio y seguimiento del caso.
4. Talleres para el manejo de la impulsividad dirigidos a los aspirantes de la escuela de formación de soldados del ejército estos talleres permitirán desarrollar habilidades como: entender, identificar y manejar la impulsividad sea de forma cognitiva, motora y no planificada de modo que facilita las relaciones con su entorno tanto personal, social y dentro de la institución, beneficiando a quienes se aplique en su funcionalidad de formación educativa y posteriormente en su desarrollo profesional.

DISCUSIÓN

En la investigación realizada con los aspirantes de la Escuela de formación de soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa” de la promoción 2016-2018, al relacionar los datos entre impulsividad y riesgo de alcoholismo, se pudo evidenciar que más de la mitad de aspirantes a soldados presentan impulsividad, lo que provoca a la persona actuar de forma inesperada este no reflexiona ni planifica al momento de la situaciones, hay muchas veces que el sujeto comete actos premeditados; mientras que el riesgo de alcoholismo, medido con el test AUDIT, hace notorio que existe un consumo de riesgo y problemas físicos y psíquicos y probable dependencia alcohólica. Resultados que se validan con las opiniones de Andrade (2014): menciona “al presentarse una puntuaciones bajas de impulsividad existen problemas de dependencia alcohólica cuando los niveles de impulsividad ascienden a niveles promedios” (p.31). Estos criterios son una guía para determinar que la impulsividad es un factor determinante y consecuente al consumir el alcohol lo cual puede provocar malestar en el medio social.

A sí mismo, existen investigaciones como la de Caña (2015); en donde se menciona que, los rasgos de la impulsividad se asocian fuertemente a diversas características del consumo intensivo de alcohol, por ende “la impulsividad es un constructo multidimensional en la sociedad este integra varios rasgos y comportamientos de forma que el ser humano actuara sin pensar ni medir las consecuencias que este puede causar en su medio” (s.p). La persona al estar embriagada manifiesta varias características como un comportamiento agresivo, impulsivo, inmadurez, dependencia emocional, ideas y tentativas de suicidio con ello causando daño a la familia, amigos o de terceros. Es así que este estudio se asocia al comportamiento impulsivo a la vez es un incidente en el riesgo de alcoholismo si este abusa de la sustancia.

Añadiendo en el estudio en el que relaciona la impulsividad con el riesgo de alcoholismo, señala que cuando aumenta la impulsividad aumenta el riesgo de dependencia; de esta manera, la mayor parte de los aspirantes presentaron tendencias a la impulsividad, lo que se relaciona seriamente con el riesgo de consumo, esto se evidencia en los dos estudios la relación directa entre consumo de

alcohol e impulsividad, ya que mientras más alto sea este parámetro impulsivo menor será el riesgo de autocontrol y más responsable se encontrará al individuo frente a la presión social.

CAPÍTULO V

PROPUESTA

Tema:

“TALLERES PARA EL MANEJO DE LA IMPULSIVIDAD DIRIGIDOS A LOS ASPIRANTES DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE SOLDADOS DEL EJÉRCITO “VENCEDORES DEL CENEPa” DE LA PROMOCIÓN 2016-2018”

JUSTIFICACIÓN

Mediante los resultados obtenidos de la investigación se pudo evidenciar que la impulsividad si influye en el riesgo de alcoholismo en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “Vencedores del Cenepa”, siendo una investigación de gran **importancia** ya que se ve afectado la calidad de vida del aspirante dentro de su formación militar, por lo que es conveniente desarrollar talleres que permitan a las personas ligadas a estos temas, aprendan formas de enfrentar las situaciones y controlar sus comportamientos de consumo. **Los beneficiarios** directos de esta propuesta son los aspirantes a Soldados de la promoción 2016-2018. La propuesta es **original** ya que los talleres y actividades no han sido aplicados anteriormente, por tanto es novedoso para la institución y cuenta con una visión actual de la problemática planteada, haciendo énfasis en las dificultades a diarias del personal de aspirantes. La **factibilidad** ya que la información se encuentra disponible para la ejecución del plan operativo el mismo que dará un indicio del desarrollo adecuado de la impulsividad en formación militar del aspirantes.

OBJETIVOS

Objetivo General

Diseñar talleres para el manejo de la impulsividad dirigidos a los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército “VENCEDORES DEL CENEPa” de la promoción 2016-2018.

Objetivo específicos

1. Determinar estrategias que permitan desarrollar el control de la impulsividad en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército.
2. Definir técnicas cognitivas conductuales para promover el desarrollo personal de los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército.

ESTRUCTURA TÉCNICA DE LA PROPUESTA

La propuesta está enfocada en talleres y actividades de formación en el manejo del control de la impulsividad para controlar su comportamiento en los Aspirantes a Soldados de la ESFORSE de la promoción 2016-2018, para la estructura de la propuesta se va a dividir de diferentes fases y actividades relacionadas para la impulsividad, que de esta manera los aspirantes puedan adquirir estrategias que le ayuden a controlar su conducta impulsiva cuando este ingiera alcohol. Las actividades propuestas se realizaran de forma grupal, fomentando el trabajo en equipo y por supuesto la colaboración de todos los aspirantes, tomando en cuenta que al existir un cambio en su conducta puede ser más productivo en su formación militar y así lograr relacionarse de mejor manera con sus pares.

Para el trabajo de propuesta se estructurara 3 talleres, en un tiempo de 2 horas, cumpliendo cada objetivo, en los talleres se describirá actividades diarias a cumplir, y que los Aspirantes a soldados logren comprender las temáticas expuestas y las técnicas a desarrollar. Estos talleres se basan en el enfoque cognitivo-conductual con el objetivo de modificar esa conducta impulsiva de esa manera cada taller facilitara mejorar el comportamiento y la vez este pueda llevar una etapa de vida placentera.

ARGUMENTACIÓN TEÓRICA

Terapia Cognitiva Conductual

La terapia cognitivo-conductual, serán de utilidad en el presente trabajo. La terapia (TCC), se basa, en un tratamiento psicoterapéutico que tiene como finalidad ayudar a los pacientes a identificar los pensamientos y sentimientos sobre el comportamiento humano, esta terapia es la más utilizada en el ámbito de la salud mental. Los tipos de terapia cognitiva-conductual son ligadas al modelo psicológico de las emociones y el comportamiento, sin olvidar que existen un sin número de enfoques para los trastornos emocionales como la psicoterapia individual de autoayuda y entre ellos se encuentra la terapia cognitiva, terapia racional emotiva y la terapia multimodal (Galarza, 2017).

Los seres humanos de manera consecutiva experimentan pensamientos negativos y positivos que se relacionan con creencias que no son correctas, las misma pueden ocasionar comportamientos inapropiados que pueden afectar los aspectos de la vida, las relaciones personales, estudios, trabajo o con la propia familia. Uno de los factores principales para enfrentar estos pensamientos, es trabajar con la terapeuta cognitivo-conductual para que identifique todas las creencias que ocasionan problemas, a esta etapa se le conoce como el análisis funcional, y sirve de apoyo para comprender que los pensamientos, sentimientos y situaciones aportan a comportamientos desadaptativas.

Como segundo punto de la terapia cognitiva-conductual se encuentran los comportamientos reales del individuo que cooperan al problema, la persona empieza a aprender y poner en práctica nuevas habilidades en mundo real, en la mayoría de los casos esta terapia actúa como un factor de refuerzo para cambiar el comportamiento en la persona, uno de los ejemplos más trabajados en la sociedad y en el campo psicológico es alguien que sufre ansiedad social crea pensamientos sobre situaciones sociales de ansiedad.

Al trabajar la terapia cognitivo-conductual se tratan de actuar sobre las personas que presentan una tonalidad amplia de trastornos, considerando así a la ansiedad, fobias, depresión y adicción. Esta terapia al incluir el tratamiento hace énfasis a un objetivo específico y los resultados tienen facilidad al medirlos. Al trabajar con

paciente que se sienten a gusto con la introspección es recomendada la terapia cognitiva conductual, es así que la persona debe dedicar tiempo y esfuerzo para poder estudiar sus pensamientos y sentimientos. Este auto-análisis resulta complejo, pero funciona para aprender de como el comportamiento interno de la mente influye en la vida real del individuo, finalmente se comprende que la terapia cognitivo conductual es a corto plazo y su función es eliminar y modificar pensamientos negativos y violentos presentados en la sociedad. Daniel (citado por Galarza, 2017)

Técnicas a utilizar en la propuesta

La técnica de relajación de progresiva de Jacobson es un método fisiológico orientado hacia el reposo, mismo que va a permitir poner atención en una serie de ejercicios a nivel muscular del cuerpo como resultado aliviara las tenciones generadas por varios factores que generan malestar; antes de comenzar esta técnica es necesario tomar en cuenta el ambiente en donde se va a ejecuta la técnica, que sea un lugar tranquilo ya alejado del ruido con una temperatura media, también se necesita que la persona mantenga ropa cómoda y suela que no dificulte problema al realizar. Para la ejecución de la técnica se lo debe realizar en tres fases; la primera fase es la tensión- distensión la cual busca tensionar y relajar diferentes músculos del cuerpo en la segunda fase trata de la revisión es decir repaso mental con cada uno de los músculos. En la tercera fase de relajación mental busca relajar la mente y continuar que este relajado todo el cuerpo (Maldonado, 2017).

Al trabajar la técnica del dialogo socrático el psicoterapeuta emplea el dialogo que permite el contacto entre el paciente en donde se identificara el problema. Khaled (2014) menciona que esto “implica un encuentro fenomenológico, donde el terapeuta busca facilitar la conciencia de la propia libertad personal del consultante, sin intervenir aconsejando, orientando ni sugiriendo y sin interpretar ni inferir a partir de lo ya conocido” (p. 64)

El dialogo socrático utiliza cinco pasos para explorar las áreas del autodescubrimiento en donde muestra la realidad del paciente, la elección se contempla en las situaciones dadas mientras que la unicidad existe más posibilidades de encontrar ser reemplazado fácilmente por alguien, mientras que la responsabilidad será mayor en situaciones en que se tiene la libertad de elegir una

situación mientras que la auto trascendencia es el sentido de nosotros cuando salimos de nuestro egocentrismo y llegamos a los demás.

PLANIFICACION PARA LA EJECUCIÓN DE LA PROPUESTA

Cuadro 1: Plan Operativo

FASE	ACTIVIDADES	OBJETIVOS	RECURSOS	TIEMPO	RESPONSABLE
I Logística	Preparación del espacio y material adecuado.	Gestionar el lugar donde se va a realizar los talleres y el material, equipo y recursos humanos a emplearse en la ESFORSE.	Humanos, Bibliográficos Material de Oficina	1 hora	Investigadora
II Socialización	Explicación a los aspirantes a Soldados acerca de la realización de los talleres.	Establecer empatía y un ambiente agradable. Tipo de trabajo que se llevará a cabo durante el transcurso de los III talleres.	Humanos, Bibliográficos Material de Oficina	1 hora	Investigadora

III Ejecución Taller I	“Controlando mi impulsividad”	Aplicar las técnicas de relajación para dominar la conducta impulsiva.	Humanos, Bibliográficos Material de Oficina.	2 horas	Investigadora
Taller II	“Analizando mi impulsividad”	Disminuir pensamientos positivos y negativos de la conducta impulsiva.	Humanos, Bibliográficos Material de Oficina	1 Hora 30 minutos	Investigadora

Taller III	“Lenguaje de la impulsividad”	Enseñar a los aspirantes a dar una respuesta verbal coherente ante un estímulo presentado	Humanos, Bibliográficos Material de Oficina	2 Horas	Investigadora
Finalización	-Retroalimentación Grupal Despedida y Agradecimiento final.	Reafirmar el conocimiento y experiencias en los talleres.	Humanos, Bibliográficos Material de Oficina	30 Minutos	Investigadora

Elaborado por: La Investigadora

Fuente: Investigación Bibliográfica

Cuadro 2: Plan Operativo –Taller I

Taller I					
Tema: “Controlando mi impulsividad”					
Objetivo: Aplicar las técnicas de relajación para dominar la conducta impulsiva.					
Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Fase I- Rapport	Saludo de bienvenida Crear un clima agradable.	Dinámica de Grupal “el ciego y el lazarillo”	Desarrollar, rapport y cohesión. Integración Grupal.	10 minutos	Investigadora
Fase II – Introducción	Establecimiento de agenda de taller. Marco teórico Revisión de tarea del taller II	Expositivas	Socializar el contenido a trabajar	30 minutos	Investigadora

	Marco teórico Técnica de autocontrol emocional Definición Estrategias Tipos de autocontrol.		Discusión del taller II Trasmisión de conocimientos.		
Fase III – Procedimiento	Conductas impulsivas	“Relajación de Jacobson”	Controlar la conductas impulsivas	1 hora	Investigadora
Fase VI – Cierre	Retroalimentación	Feedback	Intercambio de experiencias y conocimientos.	20 minutos	Investigadora

Elaborado por: La Investigadora

Fuente: Investigación Bibliográfica

DESARROLLO DEL TALLER I

Fase I – Rapport

Se inicia con un saludo de bienvenida y agradeciendo por la presencia de los aspirantes, en el taller denominado “Controlando mi impulsividad” se realiza un encuadre, estableciendo rapport y creando un clima de confianza, a la vez se formulará objetivos del taller, cada aspirante dará su opinión acerca de sus expectativas del taller y se les realizará las siguientes preguntas: se preguntara al participar en el taller, que espera alcanzar al final del taller, cuales son temores o desconfianzas durante el taller. Posteriormente se procede con la dinámica.

Tema: “La telaraña”

Objetivo: Permitir la integración de los miembros del grupo, al comienzo del taller, según el número de aspirantes.

Tiempo de duración: 10 minutos

Materiales: Un ovillo de lana.

Procedimiento: Para comenzar con la dinámica la investigadora da las indicaciones que todos los participantes se coloquen de pie formando un círculo. La investigadora le entrega el ovillo de lana; este tiene que decir el nombre, provincia de donde procede, compañía, pelotón, interés de su participación y las expectativas que tiene del taller a realizarse. De la misma manera el participante al culminar con la dinámica lanza el ovillo de lana a otro compañero, presentándose de la misma manera y así sucesivamente queden enlazados en una especie de telaraña, una vez que todos hayan participado el ovillo de lana debe regresar al primer participante mencionando el nombre de 5 compañeros y llegar a la persona que inició la actividad.

Como siguiente punto, se desarrollará las técnicas y los aspectos a emplearse en el taller.

Fase II – Introducción

En esta fase ya existe un ambiente agradable y compañerismo entre el grupo de aspirantes, la investigadora va a dar a conocer el tema para su ejecución:

- ✓ Definición de impulsividad
- ✓ Tipos de impulsividad
- ✓ Relajación
- ✓ Beneficios

Una vez explicado los temas se dar paso a conocer las técnicas a trabajar y lograr que todos los aspirantes participen.

Fase III – Procedimiento

Nombre de la técnica: Técnica de relajación muscular progresiva de Jacobson

Objetivo: Relajar los músculos del cuerpo para controlar la impulsividad

Materiales: Recursos humanos, espacio físico, ropa deportiva.

Duración: 1 hora

Desarrollo:

Para comenzar con la técnica de relajación muscular los aspirantes deberá seguir las siguientes instrucciones. Se ubicarán en lugar tranquilo y seguro que no genere ruido, todos deberán estar con ropa deportiva para que se sientan cómodos. Al iniciar con la técnica se pide a los aspirantes que se acomoden en sus sillas, respiren con respiración diafragmática, y se inicia con la relajación; este procedimiento se llevará en orden ascendente o descendente, es decir desde los pies hacia la cabeza o de la cabeza hacia la parte inferior.

Fase I

Se recomienda a los aspirantes apagar los teléfonos, si esta con algún reloj de mano que se lo retire, para iniciar con la técnica se les pedirá a los aspirantes que cierren sus ojos y pongan la mente en blanco, señalando lo siguiente: “concéntrese, inspire profundo lentamente mantenga la respiración durante tres segundos en su estómago respirando lentamente”, se repetirá por tres veces la técnica.

Fase II

Relajación de cara, cuello y hombros.

La investigadora pedirá a los aspirantes que relajen los músculos de la cara, comenzando con la frente arrugándola durante tres segundos lentamente, se pedirá que cierre lentamente los ojos y después fuertemente, después de un segundo abrirán y cerraran los ojos para mantener relajados, ahora con la nariz arrugue unos tres segundos y relaje lentamente, ahora con la boca se pedirá que sonrían, con los labios se debe estirarlos fuertemente, apretándolos en tres segundos, para después relajarlos, los dientes se aprietan como que se estuviera mordiendo una manzana

por tres segundos, en unos instantes se sentirá como se relaja toda la cara, se pedirá que al mismo tiempo se ejecute los movimientos de todas las partes antes mencionadas de forma lenta y pausada, “apriete cada parte de su cara, frente, ojos, lengua, mentón, mandíbula”. “Ahora con el cuello moviéndolo de derecha a izquierda con el fin de mover todos los músculos se lo hará por cinco segundos hasta sentirse más cómodo y tranquilo, la cabeza flexione hacia atrás y adelante durante tres segundos”; “ahora con los hombros y el cuello elevando el hombro derecho hacia su cuello moviéndolo cinco veces de igual manera realice con el hombro izquierdo, después vuelva a su posición inicial con la finalidad de relajar estos músculos de la cara, cuello y hombros”. (Maldonado, 2017)

Relajación de los brazos y manos

Se empezará con el brazo derecho diciendo: “levante hacia arriba apuñándolo fuertemente con dirección hacia el hombro, después suelte el brazo desde el hombro hacia abajo relajándolo después empiece por los codos, tocando con las palmas, después por la muñeca, por la palma de la mano, se mueve cada uno de los dedos flexionándoles, de esa manera se relaja el brazo derecho, ahora se continúa con el brazo izquierdo, se levanta apuñándolo fuertemente con dirección hacia el hombro, después se recoge el brazo desde el hombro hacia abajo, relajándolo; después, empiece por los codos tocando con las palmas palmándolos después empiece por la muñeca por la palma de la mano se mueve cada uno de los dedos flexionándoles durante cinco segundos cada dedo, esa manera se relaja los dos brazos, luego se pide que sigan concentrados en relajarse con una sensación de paz y de tranquilidad

.

Relajación del tórax, abdomen y zona lumbar

Se empezará por la espalda diciendo: “haga los hombros hacia atrás, y muévalos suavemente durante diez segundos con el fin de relajarlos, ahora con el tórax debe inspirar y detener el aire en los pulmones durante tres minutos sosteniendo, el pecho deberá tensionarlo lentamente, en éste momento no existe problemas relajarse profundamente de la misma manera, con el estómago lo tensa como si estuviera realizando abdominales después respirar despacio y lentamente recuperar la

respiración de poco a poco, apriete los glúteos; suelte lentamente”. Cada uno de los aspirantes sentirán como el diafragma y el estómago está más relajado.

Relajación de las piernas

Se empezará con la pierna izquierda diciendo: “levante y tense los pies con una dirección de derecha a izquierda moviendo el pie, sintiendo la tensión de manera que se relaja lentamente, ahora con la cadera izquierda y el muslo de la rodilla y el pie con el fin de lograr que toda la pierna este relajada completamente”, “levante el pie nuevamente y lo mantiene por cinco segundos, sintiendo esa tensión, ahora siga con la pierna derecha, la se levanta y tensa los pies con una dirección de derecha a izquierda moviendo el pie sintiendo la tensión, luego relaje, ahora se hace con los dos pies se mueve derecha izquierda y se irá relajando lentamente, ahora relaje la cadera derecha, el muslo de la rodilla, ahora el pie, con el fin de lograr que toda la pierna este relajada completamente alzamos el pie nuevamente, mantenga por cinco segundos sintiendo esa tensión, ahora con las dos piernas moviéndolas de derecha izquierda manteniendo la relajación”. Una vez realizado todo el ejercicio se hará con las dos piernas con el fin de relajar los músculos. Se pedirá finalmente que se tense todo el cuerpo, desde los pies hacia la cabeza y luego se relaje completamente.

Fase III

Relajación Mental

Para este tipo de relajación se les pide a los aspirantes deben seguir las instrucciones siguientes: “imaginen un sitio tranquilo rodeado de montañas verdes muy altas, mire el cielo azul, hay un sol que ilumina todo a su alrededor, sienta el clima es perfecto, siente paz y tranquilidad, existe una leve brisa que reconforta, tiene una sensación de paz, camine por el lugar disfrute del paisaje, de las flores de variados colores, mire los arboles lleno de frutos, sienta la hierba bajo sus pies,

toque el césped con sus manos, sienta el olor a hierba húmeda, escuche el cantar de las aves, siente paz y tranquilidad, siga caminando por el lugar, disfrute de la vista, encontró una cascada acérquese y toque el agua es cálida, concéntrese en el sonido que hace el agua al caer, siga caminando por el lugar, siente paz y tranquilidad, a lo lejos observa una planta de menta, acérquese a ella y tome una hoja, ponga en su boca y sienta el sabor de esta, es agradable. Finalmente tumbese en el césped, siente paz y tranquilidad; respire profundamente, inhale gran cantidad de aire y luego exhale, abra los ojos lentamente, regrese nuevamente a este lugar, concéntrese en el aquí y en el ahora”.

La estrategia de intervención beneficiará a los Aspirantes de la ESFORSE mediante las técnicas “de relajación” se pretende disminuir los estados de estrés, ansiedad y permitir la relajación del cuerpo, manteniendo así el autocontrol de diversas situaciones. El aprendizaje de estas técnicas requiere que el participante tenga predisposición al cambio. Se requiere la práctica constante para que exista un cambio positivo en su comportamiento mejorando así el ambiente en donde se desenvuelve y mejorando su calidad de vida en cuanto a su formación militar.

Fase VI – Cierre.

La investigadora realizará una retroalimentación del taller realizado y un conversatorio con todos los aspirantes, preguntándoles cómo se sintieron durante el proceso de la técnica y cuál fue su aprendizaje y experiencia. Tarea: Poner en práctica la técnica desarrollada en diferentes situaciones de su vida, en especial dentro de la formación militar de esa manera finalizando el taller la investigadora agradece la presencia de los aspirantes.

Cuadro 3: Plan Operativo –Taller II

Taller II					
Tema: “Analizando mi impulsividad”					
Objetivo: Disminuir pensamientos positivo y negativos de la conducta impulsiva.					
Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Fase I- Rapport	Saludo de bienvenida Crear un clima agradable.	Dinámica de Grupal “el ciego y el lazarillo”	Desarrollar, rapport y cohesión. Integración Grupal.	10 minutos	Investigadora
Fase II – Introducción	Establecimiento de agenda de taller. Marco teórico Autocontrol Impulsividad Causas Consecuencia	Expositivas Psicoeducación	Socializar el contenido a trabajar Trasmisión de conocimientos.	30 minutos	Investigadora

Fase III – Procedimiento	Pensamientos positivos y negativos	Distensión del pensamiento Dialogo socrático	Controlar los pensamientos antes de manifestarlos.	30 minutos	Investigadora
Fase VI – Cierre	Retroalimentación	Feedback	Intercambio de experiencias y conocimientos.	20 minutos	Investigadora

Elaborado por: La Investigadora
Fuente: Investigación Bibliográfica

DESARROLLO DEL TALLER II

Fase I – Rapport

Se inicia con un saludo de bienvenida y agradeciendo la presencia de los aspirantes, en el taller II denominado “Analizando mi impulsividad” se realiza un encuadre, estableciendo empatía, rapport y creando un clima de confianza. Antes de dar inicio con el segundo taller se procederá a realizar una plenaria de reflexión del primer taller y de la experiencia al momento de la realización de la técnica. La tarea enviada a la casa preguntarle si lo ha puesto en práctica como: ¿Resultados obtenidos? ¿Dificultades? ¿Qué aprendió?

Posteriormente se procede con la dinámica.

Tema: “el ciego y el lazarillo”

Objetivo: Ayudar al individuo a actuar conscientemente.

Tiempo de duración: 15 minutos

Materiales: Obstáculos: sillas, bancas o material militar.

Procedimiento: La investigadora explicara en que consiste la dinámica, formando dos grupos de aspirantes, uno de ellos tendrá los ojos vendados a la vez se agruparán de dos en dos es decir una persona con el rol de “ciego” y “un guía”. Los aspirantes guías eligen a los ciegos sin ser identificados a si sea este su mejor bodi. Después de unos tres minutos los lazarillos conducen a las personas con el papel de ciegos, después de un instante, se cambian los roles identificando quien fueron los guías para que estos no se repitan el rol establecido. Los nuevos aspirantes guías volverán a elegir a las personas con el rol de ciegos estos no deben ser vistos. Una vez terminada la dinámica se explicara la experiencia de cada aspirante al encontrarse en esa situación.

Fase II – Introducción

En esta fase ya existe un ambiente de coparticipación entre todo el grupo de aspirantes se dará a explicar los temas a tratar son:

- ✓ Autocontrol
- ✓ Impulsividad

- ✓ Causas
- ✓ consecuencias

Una vez explicado los temas se dar paso a conocer las técnicas a trabajar y lograr que todos los aspirantes participen.

Fase III – Procedimiento

Nombre de la técnica: Detención del pensamiento.

Objetivo: Control de los pensamientos.

Materiales: Recursos humanos, espacio físico.

Duración: 30 minutos.

Desarrollo:

La investigadora da una explicación rápida de la técnica a trabajar, planteando un problema en el grupo.

- ✓ Se presentará una situación supuesta en la que se tenga la experiencia de haber reaccionado de forma impulsiva.
- ✓ La investigadora pedirá al aspirante que cuando sienta que va a responder por impulso a lo propuesto, tendrá que poner atención al tipo de pensamiento que presenta en ese momento.
- ✓ Al presentarse esos pensamientos se explicará al aspirante “usted dirá BASTA o ALTO”, para luego sustituir esos pensamientos negativos por pensamientos positivos.
- ✓ Tendrán que identificar esos pensamientos negativos como: “¿por qué tengo que hacerlo?”, “solo a mí”, etc.

Luego del modelado grupal, pedirá formar pequeños grupos de trabajo:

Los aspirantes deberán identificar una situación desagradable vinculada a la pérdida del control de la impulsividad. La investigadora pedirá determinar los pensamientos y las respuestas que dan los aspirantes, llamados “pensamientos automáticos”.

Pasado este momento, se estructurará una plenaria, en la que cada grupo presentará su situación y se pregunta: ¿Qué situación fue? ¿Qué sintió? ¿Cómo estaba en ese momento? ¿Sintió alguna reacción de su cuerpo (como sudor en las manos o presión en el pecho) por contener la intención de contestar en forma inmediata a las solicitudes recibidas?. Luego, de señalar el contexto se hará hincapié en los pensamientos **¿Cuénteme que pensó?** (la investigadora identificará los pensamientos que comenta el aspirante punto central) ¿qué pesó? En caso que el aspirante respondiera que su conducta fue negativa. La investigadora le preguntara: ¿le ayudo en algo, al reaccionar de esta manera?, ¿Se puede cambiar? Tras la respuesta del aspirante se le pedirá que identifica otra forma de reacción buscando alternativas, la investigadora y el aspirante analizarán la alternativa más lógica y funcional ante el estímulo presentado terminado así el análisis de la situación pasada. La investigadora le enseñará al aspirante que ante un estímulo determinado que detone la impulsividad, debe tomar una pausa antes de dar una respuesta. Se seguirá la siguiente secuencia en cada caso:

1. El aspirante debe identificar la emoción y el pensamiento automático
2. Tras la identificación del pensamiento se hará un corte en el curso del mismo mediante la repetición de la palabra “BASTA” o “ALTO” esto se debe acompañar de una reacción física como evitar contacto visual con otra persona o dar un paso atrás sin dañar o herir a otra persona. El aspirante debe pensar alternativas de respuestas motoras o verbales tomando de ellas las más lógica, adaptativa y funcional.
3. Después se practica la técnica de relajación aprendida durante la primera sesión.

La estrategia de intervención beneficiará a los Aspirantes de la ESFORSE mediante las técnicas “detección de pensamientos mediante un dialogo socrático” en donde busca analizar los pensamientos negativos, buscando alternativas para cambiar su comportamiento. Se requiere la práctica constante para que exista un cambio positivo en su comportamiento y pueda mejorar su estilo de vida.

Fase VI – Cierre.

Se realizará una retroalimentación del último taller y un conversatorio con todos los aspirantes, acerca de sus experiencias, de cómo se sintieron durante el proceso y cuál fue el aprendizaje en todo el taller.

Tarea para la casa un auto registro de pensamientos.

Cuadro 4: Plan Operativo –Taller III

Taller III					
Tema: “Lenguaje de la impulsividad”					
Objetivo: Enseñar a los aspirantes a dar una respuesta verbal coherente ante un estímulo presentado.					
Fase	Aspecto a trabajar	Técnica	Metas de resultados esperados	Tiempo	Responsable
Fase I- Rapport	Saludo de bienvenida Crear un clima agradable.	Dinámica de Grupo “Pies atados”	Desarrollar, rapport y cohesión. Integración Grupal.	15 minutos	Investigadora
Fase II – Introducción	Establecimiento de agenda de taller Revisión de tarea del taller I Marco teórico Lenguaje de la impulsividad	Expositivas	Plenaria de reflexión del taller II Socializar el contenido a trabajar	30 minutos	Investigadora

	Como hacerlo y porque hacerlo Beneficios				
Fase III – Procedimiento	Verbalizaciones internas o pensamientos	Entrenamiento en auto instrucciones	Lograr que las respuestas sean asertivas.	30 Minutos	Investigadora
Fase VI – Cierre	Retroalimentación	Feedback	Intercambio de experiencias y conocimientos.	15 Hora	Investigadora

Elaborado por: La Investigadora
Fuente: Investigación Bibliográfica

DESARROLLO DEL TALLER III

Fase I – Rapport

Se inicia con un saludo de bienvenida y agradeciendo la presencia de los aspirantes, en el taller III denominado “Lenguaje de la impulsividad”, se realiza un encuadre, estableciendo empatía, rapport y creando un clima de confianza. Se procederá a realizar una plenaria de la tarea del taller II y de la experiencia al momento de la realización de la técnica. Preguntándoles a los aspirantes ¿Resultados obtenidos? ¿Dificultades? ¿Qué aprendió?

Una vez realizado el recuento de la tarea anterior, se procede con la dinámica.

Tema: “Pies atados”

Objetivo: Desarrollar destrezas de adaptación grupal y resolución de conflictos.

Tiempo de duración: 15 minutos

Materiales: una bufanda, o una cuerda pequeña

Procedimiento: La investigadora marcara una meta de inicio y final para los participantes en la dinámica a realizar, el grupo que pierda al final del taller realizará una dinámica o penitencia que elija el grupo de trabajo. Los participantes formarán parejas de dos personas las cuales se les atará el pie derecho de un participante al pie izquierdo de la otra persona con una bufanda. Las parejas tendrán que tomar su tiempo para caminar. Se trabajara de tres formas la primera tendrán que saltar, después se dará orden cambiar saltando más deprisa, y la final tendrán que tomar velocidad, esto se lo hará sin hablar ni reírse en la dinámica. Una vez que todos hayan participado mencionar el grupo que perdió para el final del taller realicen la penitencia que se dará por el grupo.

Fase II – Introducción

En esta fase ya existe un ambiente de coparticipación entre todo el grupo de aspirantes se dará a explicar los temas a tratar.

Para el desarrollo del taller la investigadora va a dar a conocer sobre el tema a tratar:

- ✓ Lenguaje de la impulsividad
- ✓ Como hacerlo
- ✓ Porque hacerlo

Una vez explicado los temas se dar paso a conocer las técnicas a trabajar y lograr que todos los aspirantes participen.

Fase III – Procedimiento

Nombre de la técnica: Auto instrucciones

Objetivo: Enseñar el lenguaje como auto guía, organizando los pensamiento de forma ordenada.

Materiales: recursos humanos.

Duración: 30 min

Desarrollo:

La investigadora da una explicación rápida de la técnica a trabajar.

1. Identificación del problema
2. Se preguntara a los aspirantes. ¿Qué hizo?
3. Se considera a un guía de respuesta ¿Cómo lo hizo?
4. Se presentara un auto refuerzo ¿Cómo lo hizo?
5. Se presentara una autocorrección en caso de no alcanzar la meta u objetivo mencionando ¿Puede continuar? ¿esta vez ira de forma pausada y lenta ante la situación?

Procedimiento:

Los aspirantes deberán identificar un problema desagradable vinculado a la verbalización impulsiva.

1. Se analiza el problema y se busca dar una solución favorable, se pregunta al aspirante que haría ante la situación.
2. La investigadora modera las respuestas del aspirante para que este encuentre una solución viable, se le pregunta ¿Cómo lo haría?
3. En base a la respuesta del aspirante, la investigadora guiara la respuesta del mismo, respondiendo a la pregunta ¿Cómo lo haría de forma correcta?
4. Después se busca encontrar un espacio entre el pensamiento y conducta, esta se debe moderar con palabras como “ALTO”, “PIENSA QUE PASARA DESPUES”, “DETENTE”, “CAMBIA DE ACTIVIDAD”, dentro de la ejecución de la técnica es importante re direccionar la conducta y buscar una fuente de apoyo emocional dentro del núcleo familiar o social, este ayudara a reforzar la conducta que se pretende aprender, reforzar la auto instrucción.

5. En caso de no alcanzar la conducta deseada el aspirante debe responder las preguntas ¿Puede continuar? ¿esta vez ira de forma pausada y lenta ante la situación?, buscando en esta ocasión identificar el pensamiento automático y como se verbalizara la respuesta.

Al utilizar la técnica de autoinstrucción cognitiva se lograra en los aspirantes modificar el comportamiento mediante las verbalizaciones y los pensamientos de forma ordenada dependiendo la situación y el evento. Se anima al paciente a practicar la técnica y recordarle las secuencias a seguir en caso de experimentar situaciones de malestar y no pueda controlar su impulsividad.

Se utilizara la técnica de la imaginaria:

La estrategia de intervención beneficiara a los Aspirantes de la ESFORSE mediante las técnicas de “Auto instrucciones” con la finalidad de controlar los pensamientos al momento de las verbalizaciones de forma ordenada. Se requiere la práctica constante para que exista un cambio en su comportamiento y pueda mejorar su estilo de vida en su formación militar.

Fase VI – Cierre.

Se realizará una retroalimentación del último taller y un conversatorio con todos los aspirantes, acerca de sus experiencias, de cómo se sintieron durante el proceso y cuál fue el aprendizaje en todo el taller. Se realizara una autoevaluación del taller y las habilidades adquiridas. Para cerrar con el taller la investigadora retoma los compromisos de los talleres realizados, mencionándoles poner en práctica, se pedirá que todo el grupo se ponga en el centro de la sala tomándose de las manos y dándose un abrazo fuerte. Agradeciendo la presencia de cada uno de los aspirantes y que cada técnica desarrollada lo ponga en práctica en su etapa de vida y formación militar.

Gritando fuerte ¡DIOS, PATRIA Y LIBERDAD! Promisión 2016-2018.

BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez, C. R. (2016). Caracterización de la impulsividad medida con la escala de impulsividad de Barrat (BIS 11). Bdigita, 22.
- Ayologic. (2012 de Diciembre de 2012). Ayologic Defaul. Obtenido de El comportamiento impulsivo vinculada a los genes, según un estudio: <http://www.ayalogic.com/el-comportamiento-impulsivo-vinculada-a-los-genes-segun-un-estudio/>
- Barreto, M. (2015). Relajación en estados de ansiedad y procrastinación en ingresantes a la Facultad de Ciencias Sociales 2015 Universidad Nacional de Tumbes (Tesis de posgrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Caiza luisa, S. M. (2013). El consumo de alcohol de los padres y su influencia en el desarrollo integral del niño. Universidad central del ecuador, 1.
- Castro, L. S. (2013). Confiabilidad y validez de la escala de impulsividad de Barratt (BIS-11) en adolescentes. Scielo, 245.
- Cadado. (2015). Efectos nocivos del consumo prolongado de alcohol. Neurocien , 82,83.
- Colorado. (2014). La forma en que el alcoholismo afecta a toda la familia. Grupo de Familia .
- Díez, A. (9 de Noviembre de 2017). La técnica de solución de problemas de D´Zurilla y Goldfried. Obtenido de La Mente Maravillosa : <https://lamenteesmaravillosa.com/la-tecnica-solucion-problemas-dzurilla-goldfried/>
- Escobar, J. O. (2016). Neurobiología de la agresión y la violencia. Anuario de Psicología Jurídica, 1.
- Gavilanes. (2016). Funcionalidad familiar y la impulsividad en adolescentes. Repositorio UTA, 34.
- Glosario. (2016). Hombres, mujeres e impulsividad. Glosariodigita.
- Herzanek, J. (2014). La forma en que el alcoholismo. Grupo de familia Al. Anon .
- Hidalgo, M. R. (2014). El alcoholismo en la adolescencia. Monografía previa a la obtención, 12,14.

- Ibáñez. (2014). Impulsividad, Diferencias de género y patología Dual en un juego Patológico. Revista de Patología Dual , 2.
- Lleida. (2014). Científicos descubren el gen de la impulsividad. Revista Médica.
- López, M. (2014). Consecuencias de la exposición prenatal del alcohol. Scielo, 164.
- MARTÍNEZ, C. (2016). Alcohol y cerebro. Cognitiva Salud, Cerebro & Neurociencia.
- Martínez, A. (2012). Efecto de la técnica de relajación muscular de Jacobson sobre la percepción de calidad de vida y el control del estrés en pacientes con IRC en hemodiálisis (Tesis de Maestría). Universidad Autónoma de San Luis Potosí, San Luis Potosí, México.
- Merola, J. L. (2012). Neuropsicología de la impulsividad. Actualizaciones. Universitat de Lleida.
- Mendez, R. (13 de 10 de 2012). Ciencias y Drogas . Obtenido de Qué efectos reales tiene el alcohol sobre el cerebro?: <https://omicrono.lespanol.com/2012/10/que-efectos-reales-tiene-el-alcohol-sobre-el-cerebro/>
- Moreno, J. (24 de 07 de 2015). Los países que más beben en América Latina. Obtenido de la dramática radiografía del consumo de alcohol en la región: http://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/07/150723_Consumo_Alcohol_Latino_a_merica_muertes_paises_jm
- Papa. (6 de Septiembre de 2014). La mente es maravillosa. Obtenido de La impulsividad y el auto-control: <https://lamenteesmaravillosa.com/la-impulsividad-vs-el-auto-control/>
- Pascual Nicolás, D., Pascual Nicolás, T., Redondo Delgado, M., & Pérez Nieto, M. A. (2014). Sensibilidad a la recompensa y al castigo, personalidad, impulsividad y aprendizaje: Un estudio en un estudio contexto de pareja. Clínica y Salud, 168.
- Ramírez, N. S. (2014). Una visión del alcoholismo del padre desde la mirada de los hijos. Redalyc, 109.
- Reyna, R. (22 de 3 de 2017). Alcohol y sexo, no combinan. Obtenido de Saludymedicinas:<http://www.saludymedicinas.com.mx/centros-de-salud/salud-femenina/articulos/alcohol-y-sexo-no-combinan.html>
- Reascos, M. (2014). Aplicación de la técnica de relajación progresiva de Jacobson en afecciones de la musculatura paravertebral en el personal administrativo

y de servicio del Municipio del Cantón Bolívar provincia del Carchi en el período enero – agosto 2012 (Tesis de Pregrado). Universidad Técnica del Norte, Ibarra, Ecuador.

Rivera, G. A. (2017). Autoayuda Alcohol. Psicología online.

Salas, E. (19 de Agosto de 2015). Vital . Obtenido de Ser impulsivo se debería a un factor genético: <http://vital.rpp.pe/expertos/ser-impulsivo-se-deberia-a-un-factor-genetico-noticia-827998>

Rodelgo. (2016). Alcoholismo (Adiccion Alcohol) Sintomas. Onmeda para tu salud.

Santiago, C. (2015). “rasgos de personalidad predominantes en sujetos con sustancias. Escuela de Psicología Pucsa, 2.

Tecayehuatl. (12 de 04 de 2013). Gizmodo. Obtenido de Por qué nos ponemos sentimentales cuando tomamos alcohol: <https://es.gizmodo.com/por-que-nos-ponemos-sentimentales-cuando-tomamos-alcoh-472728716>

Valverde. (13 de Mayo de 2014). Qué son las autoinstrucciones. Obtenido de Super Nanny: <http://www.supernanny-barcelona.com/que-son-las-autoinstrucciones-terrassa-barcelona/>

ANEXOS

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMERICA



Facultad de Ciencias
Humanas y de la Salud

OFIC 0316/ FCHS/2017
Ambato, 25 de Julio del 2017

Coronel-E.M.C
Byron M. Martínez Montoya
DIRECTOR ACCIDENTAL ESFORSE
Presente.-

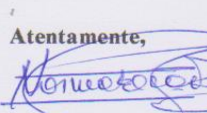
De mi consideración:

Permítame ser la portadora de un saludo cordial y afectuoso, en representación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica.

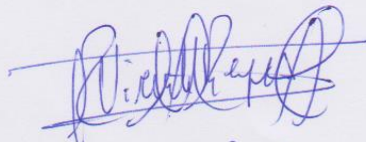
Por esta ocasión y conocedora de su alto espíritu de colaboración, me permito solicitarle se sirva autorizar la aplicación de los test de Escala de Impulsividad de Barratt para medir el tipo de impulsividad, cognitiva, motora y no planificada y el test Audit para medir el riesgo de alcoholismo de los aspirantes de la promoción 2016 – 2018, requisito para realizar el trabajo de titulación con el tema **“LA IMPULSIVIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL RIESGO DE ALCOHOLISMO EN LOS ASPIRANTES DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE SOLDADOS DEL EJÉRCITO VENCEDORES DEL CENEP”** autorizado para su ejecución por la señorita **Carmen Lizeth Coque Benavides**, en base a los procesamientos de los resultados que se generen se darán un plan de acción con el objetivo de un cambio en el pensamiento y conducta que presenten los aspirantes que se detecten con riesgo de alcoholismo. Si uno de los aspirantes requiere de atención Psicología se procederá con el seguimiento respectivo.

Segura de contar con su aceptación a este pedido, me permito agradecer y reiterar a usted mi sentimiento de consideración y estima.

Atentamente,


Dra. Norma Escobar
COORDINADORA FCHS

UNIDAD ACADÉMICA DE
PSICOLOGÍA


RECIBIDO 25/07
TUE PZ CB
0-6



OFIC 0209/ FCHS/2017
Ambato, 05 de junio del 2017

Señorita
Carmen Lizeth Coque Benavides
ESTUDIANTE FCHS
Presente.-

De mi consideración.-

Permitame ser la portadora de un saludo cordial y afectuoso, en representación de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Universidad Tecnológica Indoamérica, por el presente me permito comunicar que su trabajo de titulación con el tema **"LA IMPULSIVIDAD Y SU INFLUENCIA EN EL RIESGO DE ALCOHOLISMO EN LOS ASPIRANTES DE LA ESCUELA DE FORMACIÓN DE SOLDADOS DEL EJÉRCITO VENCEDORES DEL CENEP"** ha sido autorizado para su ejecución, que deberá ser presentado para su disertación, siendo asignado como tutor Ps. Jorge Cisneros.

Particular que pongo en su conocimiento para los fines consiguientes.

Atentamente,

Dra. Norma Escobar

COORDINADORA FCHS



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO: La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Campo"

INSTRUMENTO A VALIDAR: Alcohol use Disorders Identification Test (AUDIT)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Campo"

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Establecer la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2016-2018 de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Campo".
2. Estimar el riesgo de alcoholismo que se presentan en los aspirantes de la ESTORSE.
3. Demostrar una propuesta de intervención del problema planteado en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Campo".

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	☐	☐
UTILIDAD	☐	☐
COHERENCIA	☐	☐
RELACION CON LOS OBJETIVOS	☐	☐
RELACION METODOLÓGICA	☐	☐
VIGENCIA	☐	☐

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI NO
☐ ☐

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Manuel Albán

PROFESIÓN: Psicólogo

OCUPACIÓN: Psicólogo de Oficina de Formación Militar

FIRMA DEL EVALUADOR: _____

FECHA: _____



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los

aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa"

INSTRUMENTO A VALIDAR: Escala de Impulsividad de Barrat (BIS-II)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa"

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1 Establecer la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2016-2018 de la Escuela de Formación de Soldados

2 Estimar el riesgo de alcoholismo que se presenta en los aspirantes de la ESTORSE

3 Denunciar una propuesta de intervención del problema planteado en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa".

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	☒	☐
UTILIDAD	☒	☐
COHERENCIA	☒	☐
RELACION CON LOS OBJETIVOS	☒	☐
RELACION METODOLÓGICA	☒	☐
VIGENCIA	☒	☐

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI ☒ NO ☐

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Yanira Freire Palacios

PROFESION: Psicóloga Clínica

OCCUPACION: Docente Universitaria

FIRMA DEL EVALUADOR: Yanira Freire Palacios

FECHA: 08/oct/2018



FICHA DE VALIDACION DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACION

NOMBRE DEL PROYECTO: La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cerrojo".

INSTRUMENTO A VALIDAR: Alcohol USE Disorders Identification

Test (AUDIT)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cerrojo".

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Substanciar la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2018-2019 de la Escuela de Formación de Soldados.
2. Estimar el riesgo de alcoholismo que se presenta en los aspirantes de la ESTFORS.
3. Desarrollar una propuesta de intervención del problema planteado en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cerrojo".

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	☒	☐
UTILIDAD	☒	☐
COHERENCIA	☒	☐
RELACION CON LOS OBJETIVOS	☒	☐
RELACION METODOLÓGICA	☒	☐
VIGENCIA	☒	☐

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI ☒ NO ☐

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: José María Freyre

PROFESION: Psicólogo Clínico

OCCUPACION: Docente Universitario

FIRMA DEL EVALUADOR: José María Freyre

FECHA: 08/01/2018



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO: La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa"

INSTRUMENTO A VALIDAR: Alcohol - USE Disorders Identification

TEST (AUDIT)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa".

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Establecer la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2016-2018 de la Escuela de Formación de Soldados
2. Eliminar el riesgo de alcoholismo que se presenta en los aspirantes de la ESTOFCE.
3. Desarrollar una propuesta de intervención al problema presentado en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa".

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	☐	☐
UTILIDAD	☐	☐
COHERENCIA	☐	☐
RELACION CON LOS OBJETIVOS	☐	☐
RELACION METODOLÓGICA	☐	☐
VIGENCIA	☐	☐

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI NO
☐ ☐

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Verónica Labre
PROFESIÓN: Psicóloga Clínica
OCUPACIÓN: Docente

FIRMA DEL EVALUADOR: [Firma]

FECHA: _____



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO: La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa"
INSTRUMENTO A VALIDAR: Escala de Impulsividad de BARRATT (BIS-11)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa"
OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

1. Estimar la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2015-2016 de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa"
2. Estimar el riesgo de alcoholismo que se presentan en los aspirantes de la EGFDRSE.
3. Diseñar una propuesta de intervención del problema planteado en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Cenepa"

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	☐	☐
UTILIDAD	☐	☐
COHERENCIA	☐	☐
RELACION CON LOS OBJETIVOS	☐	☐
RELACION METODOLÓGICA	☐	☐
VIGENCIA	☐	☐

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento SI ☐ NO ☐

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE: Marcelo Albán
PROFESIÓN: Psicólogo
OCUPACIÓN: Oficial de Campes de Formación Militar
FIRMA DEL EVALUADOR: 
FECHA: _____



FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN

NOMBRE DEL PROYECTO: La impulsividad y su influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Conego"
INSTRUMENTO A VALIDAR: Escala de Impulsividad de Barrat (BIS-11)

OBJETIVO GENERAL: Determinar la influencia en el riesgo de alcoholismo en los aspirantes de la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Conego"

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- 1 Establecer la presencia de impulsividad en los aspirantes de la promoción 2010-2018 de la Escuela de Formación de Soldados
- 2 Estimar el riesgo de alcoholismo que se presentan en los aspirantes de la ESTORSE
- 3 Desarrollar una propuesta de intervención del problema presentada en la Escuela de Formación de Soldados del Ejército "Vencedores del Conego"

ASPECTOS A CALIFICAR	SI	NO
PERTINENCIA	☒	☐
UTILIDAD	☒	☐
COHERENCIA	☒	☐
RELACION CON LOS OBJETIVOS	☒	☐
RELACION METODOLÓGICA	☒	☐
VIGENCIA	☒	☐

El análisis de validación recomienda el manejo del presente instrumento

SI ☒ NO ☐

DATOS DEL EVALUADOR

NOMBRE Yvonne Labre
PROFESIÓN Psicóloga Clínica
OCUPACIÓN Docente

FIRMA DEL EVALUADOR [Firma]

FECHA: _____



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA



Escala de Impulsividad de BARRATT (BIS-11)

Apellidos y Nombres..... Compañía..... Paralelo.....

Promoción..... Provincia en la que pertenece..... Fecha de evaluación.....

Instrucciones: Las personas son diferentes en cuanto a la forma en que se comportan y piensan en distintas situaciones. Esta es una prueba para medir algunas de las formas en que usted actúa y piensa. No se detenga demasiado tiempo en ninguna de las oraciones. Responda rápida y honestamente. (Entrevistador: Lea cada oración al respondiente y marque la contestación. Si la persona no entiende la pregunta, plantéela de la forma que está entre paréntesis.)

	Raramente o nunca (0)	Ocasionalmente (1)	A menudo (3)	Siempre o casi siempre (4)
1. Planifico mis tareas con cuidado				
2. Hago las cosas sin pensarlas				
3. Casi nunca me tomo las cosas a pecho (no me perturbo con facilidad)				
4. Mis pensamientos pueden tener gran velocidad (tengo pensamientos que van muy rápido en mi mente)				
5. Planifico mis viajes con antelación				
6. Soy una persona con autocontrol				
7. Me concentro con facilidad (se me hace fácil concentrarme)				
8. Ahorro con regularidad				
9. Se me hace difícil estar quieto/a por largos periodos de tiempo				
10. Pienso las cosas cuidadosamente				
11. Planifico para tener un trabajo fijo (me esfuerzo por asegurarme de que tendré dinero para pagar mis gastos)				
12. Digo las cosas sin pensarlas				
13. Me gusta pensar sobre problemas complicados (me gusta pensar sobre problemas complejos)				
14. Cambio de trabajo frecuentemente (no me quedo en el mismo trabajo por largos periodos de tiempo)				
15. Actúo impulsivamente				
16. Me aburro con facilidad tratando de resolver problemas en mi mente (me aburre pensar en algo por demasiado tiempo)				
17. Visito al médico y al dentista con regularidad				
18. Hago las cosas en el momento en que se me ocurren				
19. Soy una persona que piensa sin distraerse (puedo enfocar mi mente en una sola cosa por mucho tiempo)				
20. Cambio de vivienda a menudo (me mudo con frecuencia o no me gusta vivir en el mismo sitio por mucho tiempo)				
21. Compró cosas impulsivamente				
22. Termino lo que empiezo				
23. Camino y me muevo con rapidez				
24. Resuelvo los problemas experimentando (resuelvo los problemas empleando una posible solución y viendo si funciona)				
25. Gasto en efectivo o a crédito más de lo que gano (gasto más de lo que gano)				
26. Hablo rápido				
27. Tengo pensamientos extraños cuando estoy pensando (a veces tengo pensamientos irrelevantes cuando pienso)				
28. Me interesa más el presente que el futuro				
29. Me siento inquieto/a en clases o charlas (me siento inquieto/a si tengo que oír a alguien hablar demasiado tiempo)				
30. Planifico el futuro (me interesa más el futuro que el presente)				
Puntuación total: _____ I. cognitiva: _____ I. motora: _____ I. no planificada: _____				

Esta Escala se ha imprimido con la autorización del Dr. Matthew S. Stanford. Valida en Chile por: Salvo L., Castro A. 2013.



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA**



ALCOHOL USE DISORDERS IDENTIFICATION TEST (AUDIT)

Instrucciones: Debido a que el uso del alcohol puede afectar su salud e interferir con ciertos medicamentos y tratamientos, es importante que le hagamos algunas preguntas sobre su uso del alcohol. Sus respuestas serán confidenciales, así que le agradecemos su honestidad.

Para cada pregunta en la tabla siguiente, marque una X en el cuadro que mejor describa su respuesta.

Preguntas	0	1	2	3	4	
1. ¿Con qué frecuencia consume alguna bebida alcohólica?	Nunca	Una o menos veces al mes	De 2 a 4 veces al mes	De 2 a 3 más veces a la semana	4 o más veces a la semana	
2. ¿Cuántas consumiciones de bebidas alcohólicas suele realizar en un día de consumo normal?	1 o 2	3 o 4	5 o 6	De 7 a 9	10 o más	
3. ¿Con qué frecuencia toma 5 o más bebidas alcohólicas en un solo día?	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o Ocasí a diario	
4. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha sido incapaz de parar de beber una vez había empezado?	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o Ocasí a diario	
5. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año no pudo hacer lo que se esperaba de usted porque había bebido?	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o Ocasí a diario	
6. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha necesitado beber en ayunas para recuperarse después de haber bebido mucho el día anterior?	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o Ocasí a diario	
7. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año ha tenido remordimientos o sentimientos de culpa después de haber bebido?	Nunca	Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o Ocasí a diario	
8. ¿Con qué frecuencia en el curso del último año no ha podido recordar lo que sucedió la noche anterior porque había estado bebiendo?		Menos de una vez al mes	Mensualmente	Semanalmente	A diario o Ocasí a diario	
9. ¿Usted o alguna otra persona ha resultado herido porque usted había bebido?	No		Si, pero no en el curso del último año		Si, el último año	
10. ¿Algún familiar, amigo, médico o profesional sanitario ha mostrado preocupación por un consumo de bebidas alcohólicas o le ha sugerido que deje de beber?	No		Si, pero no en el curso del último año		Si, el último año	
TOTAL						

Nota: Este cuestionario (el AUDIT) se reimprime con permiso de la Organización Mundial de la Salud y la Generalitat Valenciana Conselleria de Bienestar Social. Para reflejar las medidas de consumo en los Estados Unidos (14 gramos de alcohol puro), la cantidad de tragos en la pregunta 3 fue cambiada de 6 a 5. En el sitio www.who.org está disponible en forma gratuita un manual AUDIT con guías para su uso en la atención primaria.

FIRMA DEL ASP.

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Autorregistro autocontrol

Día hora	Que sucedió (como, cuando, donde, con quien)	Como reaccione en ese momento	Lograste controlarte Si o no

Fotografía N° 1



Presentación y bienvenida a los aspirantes de la ESFORSE promoción 2016-2018.

Fotografía N° 2



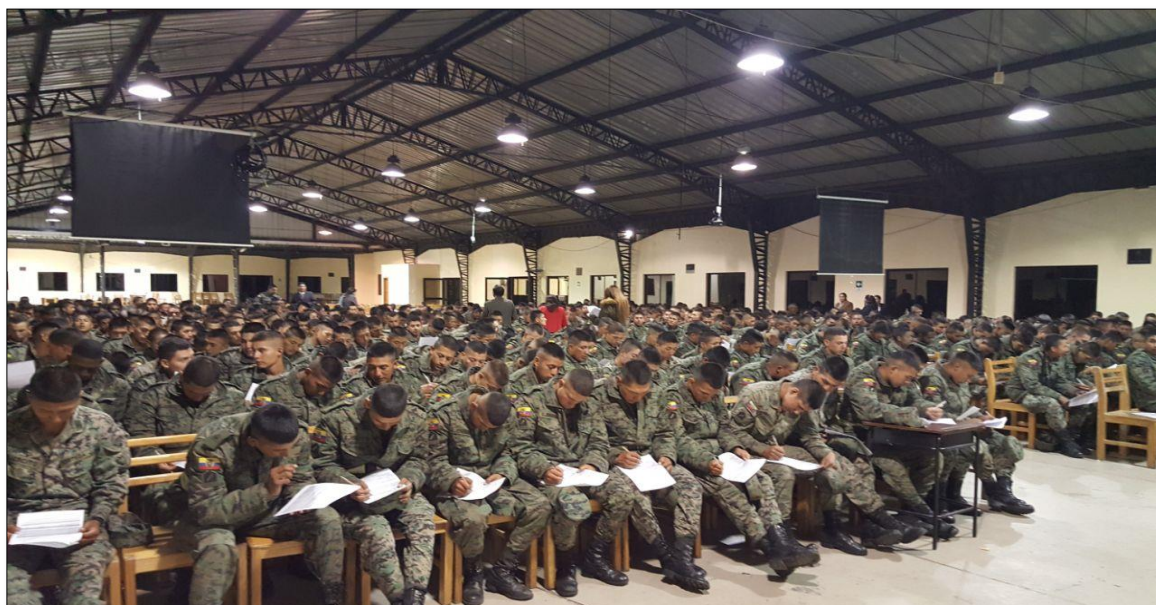
Explicación a los aspirantes de la ESFORSE promoción 2016-2018 del Test de Impulsividad Barrat (BIS 11) y riesgo de alcoholismo AUDIT.

Fotografía N° 3



Aplicación a los aspirantes de la ESFORSE promoción 2016-2018 del Test de Impulsividad Barrat (BIS 11) y riesgo de alcoholismo AUDIT.

Fotografía N° 4



Aplicación a los aspirantes de la ESFORSE promoción 2016-2018 del Test de Impulsividad Barrat (BIS 11) y riesgo de alcoholismo AUDIT.