

## Inteligencia emocional y su relación con el consumo de drogas en adolescentes: Revisión integrativa

Emotional intelligence and its relationship with drug use in adolescents:  
Integrative review

Morales Hernández Lorena<sup>1</sup> Monroy Gutiérrez Elizabeth<sup>2</sup> Martínez Martínez Daniela Monserrath<sup>3</sup> Elizarraga Hernández Gabriela<sup>4</sup> Fuentes Ocampo Lucero<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Estudiante de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia. Centro Interdisciplinario del Noreste. Universidad de Guanajuato.

<sup>1</sup>l.morales.hernandez@ugto.mx

<sup>5</sup>Doctora en Ciencias de Enfermería. Centro Interdisciplinario del Noreste. Universidad de Guanajuato.

<sup>5</sup>l.fuentes@ugto.mx

### Resumen

**Introducción:** El consumo de drogas es un fenómeno multifactorial se reporta que en el 2021 más de 275 millones de personas de entre 15 y 64 años quienes consumieron drogas por lo menos una vez al año. Así mismo se indica que 36.3 millones consumieron drogas de alto riesgo, como la heroína, la cocaína, las anfetaminas y las drogas sintéticas. **Objetivo:** Indagar sobre la inteligencia emocional y su relación con el consumo de drogas. **Metodología:** Revisión integrativa, bajo la metodología propuesta por Whittermore (2005), la cual muestra los siguientes pasos: 1) Identificación del problema. 2) Búsqueda de literatura. 3) Evaluación de los datos. 4) Análisis de los datos. 5) Presentación de los datos obtenidos. **Resultados:** En la revisión de la literatura se incluyeron 7 artículos que cumplieron los criterios de inclusión, se incluyeron estudios: descriptivo correlacional, transversales, analíticos de corte transversal y revisión de literatura. **Conclusiones:** Existen diversos factores de protección para el consumo de drogas entre los que se encuentre la inteligencia emocional, la cual una vez que la persona aprende a manejar sus emociones puede tomar mejores decisiones.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional; adolescente; comportamiento de búsqueda de drogas.

### Abstract

**Introduction:** Drug consumption is a multifactorial phenomenon, it is reported that in 2021 more than 275 million people between 15 and 64 years old used drugs at least once a year. Likewise, it is indicated that 36.3 million consumed high-risk drugs, such as heroin, cocaine, amphetamines and synthetic drugs. **Objective:** To investigate emotional intelligence and its relationship with drug use. **Methodology:** Integrative review, under the methodology proposed by Whittermore (2005), which shows the following steps: 1) Identification of the problem. 2) Literature search. 3) Data evaluation. 4) Data analysis. 5) Presentation of the data obtained. **Results:** In the literature review, 7 articles that met the inclusion criteria were included. **Studies were included:** descriptive correlational, cross-sectional, cross-sectional analytical and literature review. **Conclusions:** There are various protective factors for drug use, among which is emotional intelligence, which once a person learns to manage their emotions they can make better decisions.

**Keywords:** Emotional intelligence; adolescent; drug-seeking behavior.

## Introducción

El consumo de drogas es un fenómeno complejo y multifacético que ha sido objeto de estudio desde múltiples disciplinas, incluyendo la medicina, la psicología y la sociología. (Morgenstern & Longabaugh 2000). Comprender los factores que influyen en el uso y abuso de sustancias psicoactivas es esencial para desarrollar estrategias efectivas de prevención y tratamiento. (National Institute on Drug Abuse, 2018) Una dimensión crucial en este contexto es la inteligencia emocional, la cual puede desempeñar un papel significativo en la manera en que los individuos manejan el estrés, las relaciones interpersonales y las tentaciones de recurrir a las drogas.

En el panorama actual, el consumo de drogas se visualiza como una problemática de salud pública de alcance global, con repercusiones que van desde el individuo hasta la sociedad en su conjunto. Esta compleja realidad ha impulsado la búsqueda de factores que incidan en el consumo y desarrollo de adicciones, dando lugar a un creciente interés en la inteligencia emocional (IE) como un elemento potencialmente protector. (Salovey & Mayer, 1990; Goleman, 1995).

El consumo de drogas se refiere a la ingesta voluntaria de sustancias psicoactivas que alteran el estado mental y físico del individuo. Estas sustancias pueden ser legales, como el alcohol y el tabaco, o ilegales, como la cocaína y el éxtasis. Según el Informe Mundial sobre Drogas 2021 de la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (ONUDD), aproximadamente 275 millones de personas en todo el mundo consumieron drogas en el último año.

La IE, definida como la capacidad para identificar, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas, ha demostrado tener una relación inversa con el consumo de drogas. Diversos estudios han encontrado que las personas con mayor IE tienden a tener un menor consumo de sustancias, mientras que aquellas con menor IE presentan un mayor riesgo de caer en la adicción. (Salovey & Mayer, 1990; Goleman, 1995; Fernández, Jorge & Bejar, 2009).

Según la Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito (UNODC), en 2021 se estimaba que 275 millones de personas de entre 15 y 64 años consumieron drogas por lo menos una vez al año (UNODC, 2022), de estas personas, 36,3 millones consumieron drogas de alto riesgo, como la heroína, la cocaína, las anfetaminas y las drogas sintéticas (UNODC, 2022).

Focalizando el consumo de drogas a nivel nacional se puede observar que la droga ilícita más consumida en México es la marihuana, con 20,2 millones de consumidores (INEGI, 2022), y según la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas en la Población Mexicana (ENCODAM) 2021, 4,2 millones de personas de entre 18 y 65 años consumieron alguna droga ilícita en el último año (INEGI, 2022) lo que nos indica que el consumo de estas sustancias es muy elevado y gracias a ello nos permite identificar los patrones y cuáles son los grupos de edad de mayor riesgo.

Cabe destacar que en el estado de Guanajuato el consumo de drogas es altamente marcado ya que tiene una de las tasas más altas de consumo de drogas ilícitas en México, con un 5,8% de la población de 18 a 65 años consumiendo alguna droga ilícita en el último año (INEGI, 2022).

Un estudio realizado por Trinidad y Johnson (2002) encontró que los adolescentes con alta inteligencia emocional eran menos propensos a involucrarse en comportamientos de riesgo, incluido el consumo de drogas. Este hallazgo sugiere que las intervenciones centradas en mejorar la inteligencia emocional podrían ser efectivas en la prevención del uso de sustancias.

Otro estudio realizado en Colombia en 2021 por Ramirez Gonzalez, J. A., & Sierra-Roa, . I. encontró una relación negativa entre la inteligencia emocional y el consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes escolarizados. Los adolescentes con mayor inteligencia emocional tendían a tener un menor consumo de sustancias, mientras que aquellos con menor inteligencia emocional tendían a tener un mayor consumo.

Según López Peña, M. I., & Pérez Fernández, M. C. En su estudio realizado en 2008 titulado "Emociones y consumo de drogas en adolescentes: un estudio descriptivo exploratorio", encontraron que las emociones negativas, como la tristeza, la ira y la frustración, estaban asociadas con un mayor consumo de drogas en adolescentes. Los adolescentes que experimentaron estas emociones con mayor frecuencia tendían a consumir más drogas que aquellos que no las experimentaron con tanta frecuencia.

La inteligencia emocional juega un papel crucial en la prevención del consumo de drogas. Las personas con alta inteligencia emocional tienen una mayor capacidad para manejar el estrés y las emociones negativas, lo que puede reducir la necesidad de recurrir a las drogas como mecanismo de escape. Además, una buena inteligencia emocional facilita la construcción de relaciones interpersonales saludables y el desarrollo de habilidades de afrontamiento efectivas, lo que disminuye la vulnerabilidad ante el abuso de sustancias. (Trinidad & Johnson, 2002). Por lo cual el objetivo de esta revisión integrativa fue indagar sobre la inteligencia emocional y su relación con el consumo de drogas.

## Metodología

En esta investigación, se aplicó la metodología de revisión integrativa siguiendo los pasos propuestos por Whittmore (2005), que incluyen: 1) Identificación del problema. 2) Búsqueda de literatura. 3) Evaluación de los datos. 4) Análisis de los datos. 5) Presentación de los datos obtenidos.

En la fase inicial de búsqueda bibliográfica, se buscaron las palabras clave en los descriptores de salud DeCS/MeSH. Estos términos estandarizados permitieron identificar de manera precisa y sistemática los conceptos relevantes relacionados con el tema de investigación (véase en la tabla 1).

**Tabla 1.** DeCS/MeSH (Palabras clave)

Palabra en español	Inglés	Portugués	Frances
<b>Adolescente</b>	Adolescent	Adolescente	Adolescent
<b>Inteligencia emocional</b>	Emotional intelligence	Inteligência emocional	Intelligence émotionelle
<b>Factores de protección</b>	Protective Factor	Fatores de Proteção	Facteurs de protection
<b>Factores de riesgo</b>	Risk factors	Fatores de risco	Facteurs de risque
<b>Comportamiento de búsqueda de drogas</b>	Drug-Seeking behavior	Comportamento de procura de droga	Comportement de recherche de substances

Una vez definidas las palabras clave, se llevó a cabo una búsqueda exhaustiva de artículos en diversas bases de datos, incluyendo PubMed, BVS, Elsevier, Scielo, Redalyc EBSCO Host y ResearchGate. Los artículos seleccionados para la investigación abarcan un rango de publicación de 5 años a la fecha actual, con el objetivo de realizar una revisión integrativa basada en la mejor evidencia disponible sobre el tema seleccionado.

## Resultados

Después de la revisión de literatura de texto completa, finalmente se incluyeron 7 artículos que cumplieron los criterios de inclusión requeridos, los cuales corresponden a estudios de tipo descriptivo correlacional, descriptivo, observacional, cuantitativo, no experimental, correlacional, transversal y descriptivo de corte transversal.

Los artículos revisados son de distintos lugares del mundo los cuales son: España, México, Perú, Madrid y Ecuador de igual manera se muestra la población de cada uno y los resultados en cuanto a la inteligencia emocional y su relación con el consumo de drogas en adolescentes.

**Tabla 2. Resultados**

Autor, año y lugar	Tipo de estudio	Población / Muestra	Resultados
<b>González Yubero, S., Lázaro Visa, S., &amp; Palomera, R. (2021) México</b>	Descriptivo, correlacional y transversal	Muestra final de 799 escolares.	Tras controlar por edad y género, los resultados de los análisis de regresión revelaron que la percepción emocional, la facilitación emocional, la claridad emocional, la reparación emocional, el estilo de afrontamiento activo y el asertividad se asociaron de forma inversa y significativa con las conductas de consumo de cannabis. Por otro lado, los factores atención emocional y estilo de afrontamiento evitativo se asociaron de forma positiva y significativa con dichas conductas.
<b>Neira Elguera, R. A., Cano-Dávila, M., &amp; Taype-Huarca, L. A. (2021) Perú</b>	Estudio correlacional y transversal	La muestra fue de 43 pacientes, 13 mujeres (30%) y 30 varones (70%), entre 15 y 53 años.	Las dimensiones de resiliencia (confianza en sí mismo y perseverancia) tienen influencia significativamente positiva en los factores de inteligencia emocional, i.e., intrapersonal y estado de ánimo general.
<b>Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Jiménez, J., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., &amp; Iruarrizaga, I. (2021) Ecuador</b>	Estudio descriptivo de corte transversal	La muestra estuvo compuesta por 1.533 adolescentes escolarizados en décimo de básica, primero, segundo y tercero de bachillerato, de los cuales 826 eran hombres y 707 mujeres.	Respecto a los estilos de apego, cabe destacar cómo la seguridad, preocupación familiar, interferencia parental y el valor autoridad parental se relacionaron de manera negativa y estadísticamente significativa con el consumo de sustancias. Sin embargo, los estilos de apego de permisividad parental, autosuficiencia y rencor contra los padres y traumatismo infantil obtuvieron relaciones positivas.
<b>Ruiz-Aranda, D., Fernández-Berrocal, P., Cabello, R., &amp; Extremera, N. (2006) España</b>	Estudio descriptivo	Participaron 490 hombres y 645 mujeres con una edad comprendida de 11 y los 21 años, reportando una media de 14-68 años.	Aquellos adolescentes que tienen una mayor percepción de habilidad a la hora de regular sus estados emocionales informan de un menor consumo de sustancias nocivas (alcohol y tabaco).
<b>Del Cojo Escribano, M. (2018) Madrid</b>	Estudio observacional analítico	Participaron 150 alumnos, 75 hombres y 75 mujeres con una edad comprendida entre los 14 y los 18 años	Los adolescentes con menores niveles de Inteligencia Emocional, consumen alcohol con mayor frecuencia. Los alumnos que fuman mayor número de cigarrillos a la semana tienen menores niveles de IE en todas sus dimensiones. Aquellos jóvenes con mayor capacidad de percepción, facilitación, comprensión y manejo de las emociones consumirán menos cantidad de cannabis.
<b>Janire Momeñe, A. Estévez, A. Pérez García, J. Jiménez, M. Dolores Chávez Vera, L. Olave &amp; Itziar Iruarrizaga (2021) España</b>	No lo menciona el artículo	La muestra fue de 1.533 adolescentes escolarizados, 826 hombres y 707 mujeres con un rango de edad de 13 y los 22 años	Relación positiva entre el consumo de sustancias y la dependencia emocional. Del mismo modo, las personas consumidoras de sustancias manifestaron relaciones positivas con las dificultades de regulación emocional, así como, con los estilos de apego de permisividad parental, autosuficiencia y rencor contra los padres y traumatismo infantil y relaciones negativas con la seguridad, preocupación familiar, interferencia parental y valor a la autoridad parental.
<b>A. Merchán Clavellino, A. Romero Moreno, J. Alameda Bailén (2017) España</b>	No lo menciona el artículo	Participaron 150 estudiantes de psicología, que fueron separados en distintos grupos según el consumo de sustancias psicoactivas en los últimos 30 días	Diferencias significativas entre los grupos en las calificaciones, siendo los consumidores los que sacan puntuaciones más bajas. Además, se observa una correlación negativa en los consumidores entre inteligencia emocional y rendimiento, es decir, los consumidores con un exceso de atención a sus emociones propias presentan peores calificaciones

## Conclusión

Las investigaciones que relacionan la IE y las adicciones son todavía insuficientes, pero se puede apreciar en todas ellas, que los niveles altos de IE representan un factor de protección moderadamente potente para prevenir el consumo de sustancias y proteger de las adicciones. La IE se relaciona con otras variables psicosociales como son la resiliencia, el autoconcepto, la autoestima, el apoyo social, las habilidades sociales o las actitudes, entre otras (García del Castillo, 2013).

Por lo cual es importante saber gestionar las emociones para responder de manera asertiva ante una situación de riesgo que conlleve al consumo de drogas. Esta habilidad ha reportado beneficios no solo respecto a esta variable del consumo de drogas si no también respecto a otras que apoyan al bienestar humano. Por lo cual es importante que se continúen realizando investigaciones respecto a la relación que existe de la IE y el consumo de sustancias adictivas.

## Bibliografía/referencias

- Fernández-Berrocal, P., & Ruiz Aranda, D. (2008). La Inteligencia emocional en la Educación. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 6(2), 421-436.
- García del Castillo, J. A., García del Castillo-López, Á., Gázquez Pertusa, M., & Marzo Campos, J. C. (2013). La Inteligencia Emocional como estrategia de prevención de las adicciones. *Salud y drogas*, 13(2), 89-97.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ*. Bantam Books.
- González-Yubero, S., Lázaro-Visa, S., & Palomera, R. (2020). ¿Qué Aporta la Inteligencia Emocional al Estudio de los Factores Personales Protectores del Consumo de Alcohol en la Adolescencia? *Psicología Educativa*, 27(1), 27-36. <https://doi.org/10.5093/psed2020a13>
- López-Peña, M. I., & Pérez-Fernández, M. C. (2008). Emociones y consumo de drogas en adolescentes: Un estudio descriptivo exploratorio. *Adicciones*, 20(2), 119-127.
- Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Jiménez, J., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., & Iruarrizaga, I. (2021). El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes. *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 37(1), 121–132. <https://doi.org/10.6018/analesps.404671>
- Neyra-Elguera, R. A., Cano-Dávila, M., & Taype-Huarca, L. A. (2021). Resiliencia e inteligencia emocional en pacientes diagnosticados con trastorno por consumo de sustancias. *Revista De Neuro-Psiquiatría*, 83(4), 236–242. <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i4.3889>
- Ramírez-González, J. A., & Sierra-Roa, D. I. (2021). Relación entre inteligencia emocional y consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes escolarizados de Montería, Colombia. *Vertex Rev Arg Psiquiatr*, 32(153), 45-52.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
- Trinidad, A., & Johnson, D. W. (2002). Emotional intelligence and risky adolescent behavior. *Journal of Adolescence*, 25(4), 447-465.