

Dependencia emocional y consumo de alcohol como factores mediadores en el estrés laboral

Emotional Dependence and Alcohol Consumption as Mediating Factors in Work Stress

Florez-Veloz, Leydi Yessenia¹; Mongón-Vega, Andrea Maricela²; López-Sánchez, Audrys María³; Vásconez-Pino, Gabriela Patricia⁴.

Recibido: 19/09/2025 **Aceptado:** 16/10/2025 **Publicado:** 31/10/2025

Cita: Mongón-Vega, A. M., Florez-Veloz, L. Y., López-Sánchez, A. M., & Vásconez-Pino, G. P. (2025). Dependencia emocional y consumo de alcohol como factores mediadores en el estrés laboral. *Space Scientific Journal of Multidisciplinary*, 3(4), 26-47. <https://doi.org/10.63618/omd/ssjm/v3/n4/55>

Resumen

El presente estudio analiza la relación entre el estrés laboral, la dependencia emocional y el consumo de alcohol como factores mediadores del bienestar psicológico en contextos ocupacionales. Se realizó una revisión bibliográfica sistematizada de 20 artículos publicados entre 2021 y 2025 en bases de datos especializadas, seleccionados bajo los lineamientos PRISMA 2020. Los resultados evidencian que la interacción entre el estrés y el consumo de alcohol se explica, en gran medida, por procesos emocionales y conductuales tales como la desregulación afectiva, el afrontamiento evitativo y los motivos de consumo por afrontamiento. A nivel organizacional, las normas culturales de consumo, el clima laboral y el apoyo social emergen como determinantes significativos del riesgo o protección frente al estrés. Se concluye que la integración de estrategias de regulación emocional y prevención del consumo en los entornos laborales constituye una vía efectiva para fortalecer la salud mental y el bienestar ocupacional.

Palabras clave: estrés laboral; dependencia emocional; consumo de alcohol; afrontamiento emocional; bienestar psicológico.

Abstract

This study analyzes the relationship between work stress, emotional dependence, and alcohol consumption as mediating factors of psychological well-being in occupational contexts. A systematic literature review of 20 articles published between 2021 and 2025 was conducted following PRISMA 2020 guidelines. The findings show that the interaction between stress and alcohol use is largely explained by emotional and behavioral processes such as affective dysregulation, avoidant coping, and coping-motivated drinking. At the organizational level, workplace drinking norms, work climate, and social support emerge as significant determinants of either risk or protection against stress. It is concluded that integrating emotional regulation and substance-use prevention strategies within workplace settings provides an effective pathway to strengthen mental health and occupational well-being.

Keywords: work stress; emotional dependence; alcohol consumption; coping strategies; mental health.

¹ Investigador Independiente; Ecuador, Tungurahua; <https://orcid.org/0009-0007-7943-7959>; leydi-flores44@hotmail.com

² Investigador Independiente; Ecuador, Orellana; <https://orcid.org/0000-0003-0703-5700>; amogon97@gmail.com

³ Unidad Educativa Particular Santiago de Quito; Ecuador, Orellana; <https://orcid.org/0009-0001-6916-1799>; audrys.maria@yahoo.com

⁴ Unidad Educativa Particular Santiago de Quito; Ecuador, Orellana; <https://orcid.org/0009-0003-6372-8963>; gvasconez@uesq.edu.ec

1. Introducción

En el entorno laboral moderno, el estrés se ha convertido en un fenómeno ubicuo y multifacético que afecta no sólo la productividad, sino también el bienestar psicológico de las personas; en este contexto amplio, cobra especial relevancia analizar no solo los factores organizacionales (carga de trabajo, demandas psicosociales, apoyo social), sino también los mecanismos individuales que median entre el estrés laboral y sus consecuencias negativas (O'Rourke et al., 2022). En la última década, crece el interés por el estudio de variables psicológicas de carácter emocional y conductual como la dependencia emocional y el consumo de alcohol como posibles mediadores en la relación entre estrés laboral y deterioro de la salud mental (Wittgens et al., 2022a).

Desde un enfoque macro, la literatura reciente ha profundizado en la influencia del estrés sobre el uso de sustancias como estrategia de afrontamiento. Por ejemplo, Wittgens et al. (2022b) señalan que el malestar emocional, la reactividad endocrina y la impulsividad actúan como mediadores en la relación entre estrés agudo y consumo de alcohol. Del mismo modo, D'Aquino et al. (2024) documentan que beber para afrontar ("drinking to cope") media la relación entre estrés y consumo excesivo, especialmente en hombres, revelando un patrón relevante en poblaciones laborales. Estas investigaciones establecen un puente que permite conceptualizar al consumo de alcohol como un recurso disfuncional ante tensiones psíquicas.

Al mismo tiempo, las investigaciones sobre dependencia emocional aunque menos extendidas en el ámbito ocupacional sugieren que vínculos afectivos inseguros, idealización de relaciones interpersonales y elevados temores al abandono pueden generar una vulnerabilidad emocional que magnifica la percepción del estrés (Cruz-Zuñiga et al., 2021). Cuando un individuo con alta dependencia emocional afronta demandas laborales estresantes, la fragilidad afectiva podría predisponerlo a recurrir a mecanismos compensatorios (como el alcohol) para mitigar la angustia (Chango-Guachi & Gavilanes-Gómez, 2023). En ese sentido, la dependencia emocional emerge como un puente psicológico que podría condicionar la relación entre factores externos (estrés) y conductas de riesgo (consumo).

Por otra parte, el consumo de alcohol como mediador clínicamente relevante ha sido ampliamente documentado en la literatura de las adicciones. Sinha (2022) revisa cómo la exposición recurrente al estrés perpetúa la disfunción del sistema de recompensa y refuerza la dependencia, configurando un ciclo de retroalimentación negativa entre estrés crónico y abuso alcohólico. Además, Müller et al. (2023) advierten que el uso prolongado de alcohol para "autogestión" frente al estrés laboral deriva en fatiga crónica, deterioro cognitivo y mayor fragilidad frente a

nuevos estresores. El estudio de Jiménez-Gallegos (2023) aporta un enfoque biopsicosocial que refuerza la comprensión del estrés como fenómeno integral, al evidenciar la interacción entre los factores psicológicos, fisiológicos y conductuales, mostrando cómo el estrés crónico y la desregulación emocional pueden desencadenar conductas adictivas y deterioro del bienestar. Estas evidencias sugieren que el alcohol no solo es una consecuencia, sino un mediador activo que puede modular la relación entre empleos estresantes y deterioro psicológico.

A partir de ese panorama, el estudio adopta un análisis escalonado desde lo macro hasta lo micro: primero, considera la carga y naturaleza del estrés laboral; luego explora la dimensión afectiva de la dependencia emocional; finalmente, aborda el consumo de alcohol como vía intermedia que conecta el estrés con el malestar psicológico. Las palabras clave que orientan esta revisión transitan desde “estrés laboral” (macro) hasta “dependencia emocional” y “consumo problemático de alcohol” (micro). La revisión bibliográfica permitirá sistematizar los modelos explicativos vigentes, identificar vacíos de conocimiento y proponer rutas de análisis diferenciadas.

En virtud de lo anterior, el propósito central del trabajo es examinar de qué forma la dependencia emocional y el consumo de alcohol operan como mediadores en la relación entre estrés laboral y bienestar psicológico. La hipótesis principal supone que ambos factores (dependencia emocional y consumo alcohólico) median significativamente esa relación, intensificando los niveles de daño emocional y derrumbando recursos de afrontamiento. Por ende, el objetivo que guía esta revisión bibliográfica es: analizar y sintetizar la evidencia empírica reciente (2021–2025) sobre el rol mediador de la dependencia emocional y el consumo de alcohol en la asociación entre estrés laboral y deterioro psicológico, para así proponer un marco integrador que sirva de base a futuras investigaciones y estrategias de intervención.

2. Materiales y Métodos

El presente estudio se desarrolló bajo un diseño de revisión bibliográfica sistematizada, con un enfoque cualitativo y nivel descriptivo-analítico, orientado a examinar la evidencia científica publicada entre 2021 y 2025 sobre la relación entre estrés laboral, dependencia emocional y consumo de alcohol como factores mediadores del bienestar psicológico. La modalidad fue documental, y el proceso metodológico se diseñó para garantizar la trazabilidad, transparencia y posibilidad de réplica de los resultados.

La búsqueda de información se realizó entre julio y septiembre de 2025 en las bases de datos ERIC, PubMed, SpringerLink, SciELO, y Google Scholar, utilizando

descriptores en español e inglés combinados mediante operadores booleanos (“AND”, “OR”): estrés laboral, dependencia emocional, consumo de alcohol, mediating factors, labor stress y emotional dependence. Se incluyeron artículos open access revisados por pares que abordaran población adulta laboralmente activa, publicados entre 2021 y 2025, en inglés o español. Se excluyeron estudios con población adolescente, documentos sin revisión por pares o duplicados, y trabajos que no aportaron evidencia empírica relevante al tema.

El análisis se desarrolló en cuatro fases: (1) búsqueda y selección de artículos, (2) lectura exploratoria de resúmenes, (3) lectura completa y codificación temática en matrices de análisis, y (4) síntesis narrativa de resultados. Se aplicó la técnica de análisis de contenido y los lineamientos de la guía PRISMA 2020 (Page et al., 2021), lo que permitió identificar patrones conceptuales y vacíos de conocimiento. La información fue organizada en una matriz de registro elaborada en Microsoft Excel, consignando autor, año, país, objetivos, metodología, resultados y conclusiones de cada publicación.

La muestra final estuvo compuesta por 20 artículos científicos que cumplieron los criterios metodológicos y temáticos. No se trabajó con sujetos humanos, por lo que no se requirió consentimiento informado. Se respetaron los principios éticos de integridad académica, transparencia y respeto a los derechos de autor, los resultados de esta revisión se presentan en la siguiente sección, junto con un análisis crítico de las principales tendencias y aportes teóricos identificados.

3. Resultados

En total, la revisión incluyó estudios publicados mayoritariamente entre 2021 y 2025, con predominio de diseños observacionales (transversales y de cohortes), dos revisiones (una neurobiológica y otra con foco en regulación emocional) y un estudio experimental. En conjunto, los trabajos muestran que la relación entre el estrés y los resultados en salud mental se explica, en buena medida, por mecanismos mediadores de orden emocional y conductual en particular, motivos para beber de afrontamiento, desregulación emocional, estilos de afrontamiento evitativos y rasgos/personalidad disfuncionales que incrementan el riesgo de consumo de alcohol y/o deterioro del bienestar psicológico (Chen et al., 2023; Wittgens et al., 2022; Matei-Mitacu et al., 2024; Elias et al., 2025).

A nivel organizacional, la evidencia indica que las normas culturales de consumo y ciertas condiciones del trabajo explican una proporción sustantiva de la varianza en el uso de alcohol en empleados. En la muestra noruega, las normas sociales liberales sobre la bebida en el trabajo fueron el predictor principal del consumo y de

los problemas relacionados (Thorrisen et al., 2022). En ocupaciones con alta exposición a estresores p. ej., transporte urbano se observan niveles elevados de estrés, ansiedad y depresión, con el estrés como predictor central del deterioro de la salud mental (Marín-Berges et al., 2025).

En paralelo, la adicción al trabajo se asocia con peor salud física a través de una mediación secuencial por desregulación emocional y alimentación adictiva, lo que refuerza el papel de los mecanismos afectivos en la traducción del estrés ocupacional hacia resultados adversos (C. Tang, 2025). En docentes, el estrés ocupacional se relaciona positivamente con problemas psicológicos, acentuado por carga laboral, desajustes vocacionales y variables salariales (Li-Tang et al., 2024).

En el plano individual, múltiples estudios convergen en que los motivos para beber por afrontamiento median la asociación entre distrés psicológico y consumo problemático (Matei-Mitacu et al., 2024; Mongón-Vega & Mejía-Rubio, 2023). La inteligencia emocional y la satisfacción laboral muestran relaciones protectoras menor consumo de alcohol cuando aumenta la satisfacción en personal de enfermería (Villarreal-Mata et al., 2023), mientras que en un contexto clínico ecuatoriano los estilos de afrontamiento predominantes (p. ej., religión, expresión emocional y apoyo social) se vinculan con la severidad del trastorno por consumo de alcohol (Santos-Morocho et al., 2025). Otras evidencias complementarias muestran que la flexibilidad psicológica y el afrontamiento basado en el sentido mejoran el bienestar (Sun et al., 2024) y que el deterioro de la personalidad junto con el estrés percibido media completamente el efecto de eventos vitales estresantes sobre el bienestar en mujeres jóvenes (Elias et al., 2025).

La dimensión neurobiológica ofrece una base explicativa coherente con esos patrones. La revisión de Sinha (2022) documenta cómo la activación crónica de los circuitos del estrés favorece malestar emocional, ansia por alcohol y recaída, y señala dianas terapéuticas orientadas a regular el sistema de estrés. En la misma línea, un estudio experimental mostró que la evocación mnésica inducida por olores vinculados al alcohol modula el ánimo y el consumo planificado, con efectos diferenciales en bebedores problemáticos (Yamamoto & Irie, 2025). Estos hallazgos sustentan que los procesos emocionales y de memoria pueden activar o atenuar trayectorias de consumo bajo tensión.

En términos de condiciones macroeconómicas, una cohorte de adultos de mediana edad evidenció que los estresores económicos se asocian con peor calidad de vida y mayor uso de alcohol, con un efecto mediador parcial del consumo entre el estrés financiero y el deterioro de la salud mental y física (Moilanen et al., 2025). De forma consistente, la revisión sobre regulación emocional en trastornos adictivos subraya que intervenir en desregulación y mecanismos de afrontamiento es clave para

reducir recaídas y mejorar resultados. En rehabilitación por consumo de sustancias, la reparación emocional se relaciona con menor estrés percibido, lo que respalda el valor de potenciar habilidades de autorregulación (Gavilanes-Pérez & Mena-Freire, 2024).

Los principales efectos y direcciones de asociación identificados por estudio se sintetizan en la Tabla 1 (matriz documental), donde se presentan autores, objetivos, muestras, hallazgos y relevancia para el tema. La matriz evidencia una coherencia transversal: independientemente del país, sector o diseño, la mediación afectiva-conductual aparece como eje articulador entre el estrés y los resultados en salud mental y consumo.

Tabla 1.
Matriz documental

Nº	Autor(es)	Año	Objetivo	Muestra	Hallazgos	Relevancia para tu estudio
1	Sung-Wei Chen, Hynek Pikhart, Anne Peasey, Andrzej Pajak, Ruzena Kubinova, Sofia Malyutina, Martin Bobak	2023	Investigar las relaciones entre el estrés laboral (modelo Effort–Reward Imbalance, ERI), la personalidad de sobrecompromiso (Overcommitment, OC) y el consumo de alcohol, analizando el papel de OC como posible modificador, antecedente, mediador o efecto directo.	7513 participantes (3782 hombres y 3731 mujeres) de República Checa, Polonia y Rusia, con edades entre 45 y 69 años, seguidos durante 3,5 años.	OC no tuvo un efecto modificador significativo en la relación ERI–consumo de alcohol, pero sí mostró un papel antecedente: la personalidad de sobrecompromiso predijo mayores niveles de estrés laboral, lo que a su vez se relacionó con consumo problemático de alcohol. El papel mediador de OC no fue significativo. (Chen et al., 2022)	Alta. Establece evidencia empírica directa sobre cómo factores de personalidad y estrés laboral interactúan con el consumo de alcohol, ofreciendo un modelo mediacional aplicable al marco de dependencia emocional y afrontamiento disfuncional en el estrés laboral.
2	Mikkel Magnus Thørrisen, Jens Christoffer Skogen, Tore Bonsaksen, Lisebet Skeie Skarpaas, Randi Wågø Aas	2022	Explorar si los factores del entorno laboral (características del empleo, demandas y apoyos laborales, viajes y cultura de consumo de alcohol en el trabajo) se asocian con el consumo de alcohol y los problemas relacionados en los empleados.	5388 empleados (trabajadores y supervisores) de 22 empresas en Noruega, provenientes de los sectores público y privado.	Las normas sociales liberales hacia el consumo de alcohol en el trabajo fueron el principal predictor tanto del consumo como de los problemas relacionados con el alcohol. Ocho factores laborales se relacionaron significativamente con el consumo, pero las normas sociales sobre la bebida explicaron la mayor proporción de varianza (17.9%).	Alta. Ofrece evidencia empírica sobre cómo los factores organizacionales, especialmente las normas culturales de consumo mediante la relación entre el entorno laboral y el uso problemático de alcohol, alineándose con la línea de análisis sobre estrés, cultura laboral y afrontamiento emocional.

3	Rajita Sinha	2022	Analizar cómo el estrés y la disfunción neurobiológica del sistema de respuesta al estrés contribuyen al desarrollo, mantenimiento y recaída en el trastorno por consumo de alcohol (AUD), identificando marcadores psicobiológicos de vulnerabilidad y posibles tratamientos orientados a la regulación del estrés.	S/I (revisión narrativa y síntesis de múltiples estudios clínicos y experimentales)	Las largas horas de trabajo se asociaron con menos consumo pero más problemas relacionados con el alcohol (Thorrisen et al., 2022). El artículo describe cómo el consumo excesivo de alcohol altera los sistemas cerebrales del estrés y la emoción (amígdala, corteza prefrontal, eje HPA), generando respuestas de cortisol atenuadas, aumento del malestar emocional, craving y mayor riesgo de recaída. Se identifican diferencias de sexo y se discuten tratamientos como prazosin y guanfacina que restauran la regulación prefrontal del estrés (Sinha, 2022).	Alta. Proporciona una base neurobiológica sólida para comprender cómo el estrés y la regulación emocional (dimensión clave en la dependencia emocional) median la relación entre el malestar psicológico y el consumo de alcohol, apoyando directamente el modelo teórico del estudio.
4	Christine Wittgens, Lisa Keiler, Anke Pabst, Sabine Wüst, Klaus Becker	2022	Examinar los mecanismos psicológicos y biológicos subyacentes en la relación entre el estrés percibido y el consumo de alcohol, diferenciando entre bebedores regulares y de riesgo.	377 adultos alemanes (edad media: 24,9 años; 78% mujeres), clasificados en consumidores regulares y de riesgo.	Los resultados muestran que la impulsividad, la afectividad negativa y la reactividad endocrina (cortisol) median parcialmente la relación entre estrés y consumo de alcohol. Los bebedores de riesgo mostraron una mayor tendencia a usar el alcohol como afrontamiento emocional (Wittgens et al., 2022b).	Alta. Proporciona evidencia empírica directa sobre el papel mediador de factores emocionales y biológicos en la relación entre estrés y consumo de alcohol, base fundamental para el análisis del estrés laboral y la dependencia emocional como mediadores conductuales.
5	Lucinda R. Grummitt, Erin V. Kelly, Emma L. Barrett	2023	Examinar el papel mediador de la autocompasión y el afrontamiento evitativo en la relación entre experiencias de maltrato infantil, salud mental y consumo de alcohol en la adultez temprana.	1.024 adultos jóvenes australianos (edad media: 21,3 años; 63% mujeres).	El afrontamiento evitativo y la baja autocompasión mediaron significativamente la asociación entre experiencias adversas tempranas,	Alta. El estudio demuestra cómo los mecanismos emocionales y de afrontamiento influyen en el consumo de alcohol y el bienestar mental, apoyando la relación mediadora

				<p>síntomas de ansiedad/depresión y consumo problemático de alcohol. La autocompasión actuó como factor protector, reduciendo el impacto del afrontamiento evitativo (Grummitt et al., 2023).</p>	<p>entre dependencia emocional, estrés y conductas adictivas en el contexto laboral.</p>	
6	<p>Laura-Maria Matei-Mitacu, Tudor-Daniel Huțul, Adina Karner-Huțuleac, Andreea Huțul, Cornelia-Andreea Dobria</p>	2024	<p>Investigar el papel mediador de los motivos de consumo de alcohol (sociales, de afrontamiento, de conformidad y de mejora) en la relación entre la disfunción emocional, el distrés psicológico y el consumo problemático de alcohol.</p>	<p>292 adultos rumanos (82,5% mujeres, edades entre 19–62 años, M = 28.7).</p>	<p>El distrés psicológico y la desregulación emocional predicen el consumo problemático de alcohol. Los motivos sociales, de afrontamiento y de conformidad median significativamente esta relación, mientras que los motivos de mejora no lo hacen. El estudio evidencia que los patrones de consumo se explican más por factores culturales y emocionales que por la búsqueda de placer (Matei-Mitacu et al., 2024).</p>	<p>Alta. Este estudio es crucial para tu revisión, ya que demuestra empíricamente el papel mediador de factores emocionales (afrontamiento, conformidad y estrés) sobre el consumo de alcohol, apoyando directamente la hipótesis de tu investigación sobre cómo la dependencia emocional puede mediar el estrés laboral y el consumo de alcohol.</p>
7	<p>Catherine So-Kum Tang</p>	2025	<p>Analizar los mecanismos psicológicos que vinculan la adicción al trabajo con la salud física deficiente, proponiendo un modelo de mediación serial en el que la desregulación emocional y la alimentación adictiva actúan como mediadores entre la adicción laboral y el deterioro físico.</p>	<p>1.233 empleados a tiempo completo en Estados Unidos (edad media: 37 años; 54.4% hombres, 45.6% mujeres).</p>	<p>Los resultados confirmaron que la desregulación emocional y la alimentación adictiva median secuencialmente la relación entre la adicción al trabajo y la mala salud física. El 13.1% de los participantes presentaron alimentación adictiva, el 9.7% adicción al trabajo y el 3.5% ambas. Las mujeres mostraron mayor alimentación adictiva y peor salud física, pero el modelo mediacional fue consistente entre géneros (C. Tang, 2025).</p>	<p>Alta. Aporta evidencia robusta sobre cómo el estrés laboral y la compulsión al trabajo deterioran la salud física a través de mecanismos emocionales y conductuales, reforzando la comprensión de la dependencia emocional y el afrontamiento disfuncional como mediadores en el estrés laboral.</p>

8	Rajita Sinha	2024	Analizar la relación entre los trastornos mentales comunes (ansiedad, depresión) y el consumo de alcohol, explorando cómo los motivos para beber (afrontamiento, socialización, conformidad) median esta relación en población adulta.	6.154 adultos del Reino Unido (Encuesta Nacional de Salud de Inglaterra).	Los participantes con trastornos mentales comunes reportaron mayor frecuencia de consumo de alcohol motivado por afrontamiento emocional. El motivo de afrontamiento mediaba significativamente la relación entre estrés psicológico y consumo problemático (Sinha, 2024).	Alta. Este estudio es relevante porque demuestra empíricamente que los motivos emocionales para el consumo median la asociación entre malestar psicológico y alcohol, reforzando el eje teórico del estrés laboral y la dependencia emocional como mediadores del consumo.
9	Kristin L. Moilanen, Judith A. Richman, Timothy P. Johnson	2025	Examinar las asociaciones longitudinales entre los estresores económicos, el consumo de alcohol y la calidad de vida relacionada con la salud en adultos de mediana edad, identificando el papel del alcohol como mediador del impacto del estrés financiero en la salud mental.	3.120 adultos estadounidenses (edad media: 47 años) seguidos durante 5 años.	Los estresores económicos se relacionaron con un peor bienestar psicológico y mayor consumo de alcohol. El consumo excesivo funcionó como mediador parcial entre estrés financiero y deterioro en la salud mental y física (Moilanen et al., 2025).	Alta. Este estudio aporta evidencia longitudinal sobre cómo el estrés económico actúa como desencadenante del consumo de alcohol y del deterioro del bienestar psicológico, fortaleciendo el marco de tu estudio sobre estrés laboral y afrontamiento adictivo.
10	Marta Marín-Berges, Pablo A. Lizana, Valentina Marroquín-Pinochet, Valeria Osorio-Paredes, Isabel Iguacel, Alejandro Gómez-Bruton	2025	Analizar la salud mental, calidad de vida y balance ocupacional en taxistas de España y Chile, comparando diferencias culturales y laborales entre ambos contextos.	174 conductores de taxi (117 de España y 57 de Chile).	Los conductores presentaron altos niveles de estrés (23.5%), ansiedad (23%) y depresión (19.5%). El estrés fue el principal predictor de deterioro en la salud mental en ambos países. Los taxistas chilenos mostraron mejor balance ocupacional y mayor bienestar mental, mientras que los españoles reportaron mejor salud física (Marín-Berges et al., 2025).	Alta. Aporta evidencia empírica sobre cómo factores psicosociales y laborales (estrés, ansiedad, depresión) inciden en la salud mental y calidad de vida laboral, mostrando un claro vínculo entre estrés ocupacional y desequilibrio emocional, útil para comparar con contextos laborales donde se investiga la dependencia emocional y el consumo de alcohol como mediadores.
11	James Huynh, Dae-zhane Boland, Cindy Le, Aisha D. Fletcher, Lauren R. Anderson, Courtney Thomas Tobin	2025	Analizar si el apoyo social (familiar, de amigos y religioso) media la relación entre los estresores comunitarios (desorden vecinal y miedo al crimen) y los síntomas depresivos en adultos afroamericanos, bajo el marco de la <i>Social Disorganization Theory</i> .	623 adultos afroamericanos del estudio <i>Nashville Stress and Health Study</i> (EE. UU.).	El apoyo familiar medió completamente la relación entre el desorden vecinal percibido y los síntomas depresivos, reduciendo el efecto negativo del entorno. El miedo al crimen no	Alta. Este estudio profundiza en la comprensión del estrés como fenómeno contextual, mostrando cómo los factores psicosociales y el apoyo emocional median sus efectos sobre la salud mental, un marco transferible al estudio del estrés laboral y

12	Angélica Estefanía Gavilanes Pérez, Marco Antonio Mena Freire	2024	Determinar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés percibido en pacientes en proceso de rehabilitación por consumo problemático de sustancias en un CETAD de Ambato, Ecuador.	32 hombres adultos en rehabilitación (18–65 años) en un Centro Especializado en Tratamiento a Personas con Consumo Problemático de Alcohol y Drogas (CETAD).	mostró relación significativa con el apoyo social. Se evidenció que el estrés comunitario impacta la salud mental principalmente a través de la disrupción de las redes familiares (Huynh et al., 2025). Se encontró una correlación negativa baja entre la reparación emocional y el estrés percibido ($r = -0.36$, $p = 0.04$), indicando que mejorar la capacidad de regulación emocional disminuye el estrés. Los participantes con más tiempo en rehabilitación (>4 meses) presentaron menor estrés ($m = 22.8$) que quienes tenían menos tiempo ($m = 26.6$) (Gavilanes-Pérez & Mena-Freire, 2024).	dependencia emocional como mediadores del bienestar psicológico. Muy alta. Este artículo aborda directamente la relación entre gestión emocional, estrés y consumo de sustancias, aportando evidencia empírica desde un contexto latinoamericano sobre cómo la inteligencia emocional actúa como factor protector frente al estrés y las recaídas en el consumo, altamente pertinente al modelo de mediación del estudio.
13	José Santos-Morocho, Liliana Toral-León, William Ortiz-Ochoa, Marco Muñoz-Pauta, Rómulo Jiménez-Herrera, Mariela Torres-Vallejo	2025	Analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el trastorno por consumo de alcohol (TCA) en una muestra clínica de adultos en rehabilitación.	98 pacientes adultos en tratamiento por consumo problemático de alcohol en Cuenca (Ecuador).	Se identificó una relación significativa entre el afrontamiento centrado en la solución del problema y el TCA ($p = .049$). Los estilos más usados fueron la religión (55,1%), expresión emocional abierta (37,8%) y búsqueda de apoyo social (26,5%). No hubo relación significativa con variables sociodemográficas (Santos-Morocho et al., 2025).	Muy alta. Este estudio ecuatoriano aporta evidencia empírica reciente y local sobre cómo las estrategias de afrontamiento influyen en el consumo de alcohol. Su metodología y conclusiones fortalecen el análisis de factores emocionales y conductuales mediadores del estrés en contextos clínicos y laborales.

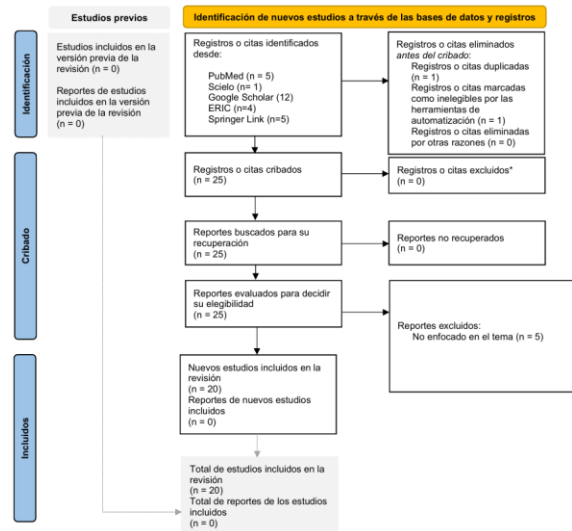
- | | | | | | | |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 14 | Chao Sun, Haojie Li, Xiaojun Wang, Yongcong Shao, Xueting Huang, Huanhuan Qi, Zhuolin Zhang, Guobai Su | 2024 | Explorar la relación entre el estrés percibido y la recaída en personas con trastorno por uso de sustancias (SUDs), evaluando el papel mediador del autocontrol y el efecto moderador del apoyo social. | 401 hombres adultos con SUDs reclutados en centros de desintoxicación en Guangxi, China (media de edad = 38,7 años). | El estrés percibido se asoció positivamente con la recaída, y el autocontrol actuó como mediador parcial en esta relación. El apoyo social moderó tanto el efecto directo del estrés sobre la recaída como su relación con el autocontrol. Los individuos con alto apoyo social mostraron menor impacto del estrés en la recaída (Sun et al., 2024). | Muy alta. Este estudio aporta evidencia empírica sólida sobre los mecanismos de mediación y moderación en la relación entre estrés, autocontrol y recaída, ofreciendo un modelo replicable en el contexto de estrés laboral, dependencia emocional y afrontamiento disfuncional. |
| 15 | Nereyda Cruz-Zuñiga, María Magdalena Alonso Castillo, Nora Angélica Armendáriz-García, Joaquín Salvador Lima Rodríguez | 2021 | Conocer el estado del arte sobre la relación entre clima laboral, estrés laboral y consumo de alcohol en trabajadores de la industria. | 17 estudios primarios (2009–2019) en inglés, portugués y español; población trabajadora de ambos sexos. | Se identificó asociación entre el clima laboral y/o el estrés laboral con el consumo de alcohol. El clima laboral negativo predice estrés y consumo de riesgo. Factores como tipo de ocupación, carga laboral, horas de trabajo y tamaño de empresa influyen en la probabilidad de consumo. El apoyo social y el compañerismo actúan como factores protectores (Cruz-Zuñiga et al., 2021). | Muy alta. Este artículo integra evidencia sistemática de múltiples contextos sobre cómo el ambiente laboral y el estrés predicen el consumo de alcohol. Su enfoque metaanalítico y la aplicación de PRISMA 2009 aportan solidez metodológica y un marco comparativo directo con el eje teórico de estrés laboral y afrontamiento adictivo de tu estudio. |
| 16 | Jereesh K. Elias, B. R. Sahithya, K. S. Paviyazhini | 2025 | Analizar cómo los eventos vitales estresantes (SLEs) afectan el bienestar psicológico en mujeres jóvenes de la India, explorando el papel mediador del deterioro de la personalidad y el estrés percibido. | 190 mujeres jóvenes (18–24 años) residentes en India, reclutadas por muestreo no probabilístico a través de encuestas en línea. | Los resultados mostraron que los eventos vitales estresantes se asocian con mayor estrés percibido y menor bienestar psicológico. El deterioro de la personalidad y el estrés percibido mediaron completamente esta relación, indicando que los rasgos disfuncionales aumentan la vulnerabilidad al estrés, afectando el bienestar (Elias et al., 2025). | Alta. El estudio ofrece evidencia robusta sobre la mediación psicológica entre estrés, rasgos de personalidad y bienestar, aportando un modelo empírico que se alinea con el enfoque de tu investigación sobre estrés laboral, dependencia emocional y afrontamiento disfuncional. |

- | | | | | | | |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17 | Kohsuke Yamamoto, Tomonari Irie | 2025 | Evaluar el impacto de las intervenciones basadas en el recuerdo de memorias autobiográficas inducidas por el olor del alcohol sobre la salud mental y el comportamiento de consumo en individuos con y sin conductas de consumo problemático. | Tres estudios con adultos japoneses de 20–59 años: Estudio 1 (n=918), Estudio 2 (n=610, online), Estudio 3 (n=132, laboratorio). Los participantes se clasificaron según el AUDIT en bebedores problemáticos y no problemáticos. | Los bebedores problemáticos recordaron más memorias negativas y mostraron peor salud mental que los no problemáticos. Recordar memorias positivas mejoró el estado de ánimo y los indicadores de bienestar en ambos grupos, pero aumentó el consumo planificado en los bebedores problemáticos. El efecto desapareció a los tres meses (Yamamoto & Irie, 2025). | Muy alta. Este estudio experimental muestra cómo los procesos emocionales y mnésicos influyen en la regulación del ánimo y el comportamiento de consumo, apoyando la hipótesis de que los mecanismos emocionales (dependencia, afrontamiento) median la relación entre el estrés y el consumo de alcohol. |
| 18 | Andrea Maricela Mongón-Vega, Andrea del Rocío Mejía-Rubio | 2023 | Determinar la relación entre el estrés laboral y el consumo de alcohol en servidores policiales de la Subzona Orellana, Ecuador. | 167 policías (147 hombres y 20 mujeres) entre 18 y 45 años. | Se halló una correlación positiva baja ($p = 0.274$, $p < .001$) entre el estrés laboral y el consumo de alcohol. El 78.4% mostró nivel bajo de estrés y el 88% nivel bajo de consumo de alcohol. No hubo diferencias significativas por sexo (Mongón-Vega & Mejía-Rubio, 2023). | Muy alta. Este estudio ecuatoriano ofrece evidencia reciente sobre el vínculo directo entre estrés laboral y consumo de alcohol, dentro de una población institucional sometida a alta presión psicológica. Refuerza la validez del modelo que plantea al estrés ocupacional como detonante y al consumo como estrategia de afrontamiento, contextualizando el fenómeno en una profesión con demandas extremas. |
| 19 | Julia Lizeth Villarreal-Mata, Nora Angélica Armendáriz-García, Martín Sánchez-Gómez, María Magdalena Alonso Castillo, Karla Selene López García | 2023 | Conocer la relación entre la inteligencia emocional, la satisfacción laboral y el consumo de alcohol en el personal de enfermería que labora en un hospital de tercer nivel en México. | 129 profesionales de enfermería (63 en áreas críticas y 66 en no críticas) en un hospital de Monterrey, México. | Se halló una relación positiva significativa entre inteligencia emocional y satisfacción laboral ($r_s = .236$, $p < .001$), y una relación negativa significativa entre satisfacción laboral y consumo de alcohol ($r_s = -.195$, $p < .05$). No se observó correlación entre inteligencia emocional y consumo de alcohol (Villarreal-Mata et al., 2023). | Muy alta. Este estudio integra las tres variables clave de tu investigación: estrés laboral, gestión emocional y consumo de alcohol en un contexto hospitalario latinoamericano, aportando evidencia empírica directa sobre los vínculos entre regulación emocional, bienestar laboral y afrontamiento mediante el consumo. |

20	Li Tang, Wannaporn Siripala, Kanon Somrang, Nadda Angsuwotai, Panjanat Vorawattanachai	2024	Evaluar el nivel de estrés ocupacional y los problemas psicológicos en docentes del programa "Special Post Teachers" en Zunyi (China), y analizar la influencia del estrés en la salud mental.	324 docentes del programa "Special Post Teachers" en cuatro condados de Zunyi, Guizhou (muestra estratificada).	Se halló una correlación positiva significativa entre el estrés ocupacional y los problemas psicológicos. Los docentes con mayor estrés presentaron más disonancia entre el yo y la experiencia, menor flexibilidad y mayor rigidez cognitiva. Las variables de género, salario, carga laboral y desajuste profesional incrementaron los niveles de estrés y malestar psicológico (L. Tang et al., 2024).	Muy alta. Este estudio ofrece evidencia empírica clara de la relación directa entre estrés ocupacional y afectación psicológica, sustentando los mecanismos mediadores de tipo emocional propuestos en tu investigación sobre dependencia emocional y estrés laboral.
----	----------------------------------------------------------------------------------------	------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

El proceso de cribado se describió de acuerdo con PRISMA 2020 (Page et al., 2021) e incluyó identificación en bases y repositorios, eliminación de duplicados, lectura de títulos/resúmenes, evaluación de elegibilidad a texto completo e inclusión final de 20 estudios. La Figura 1 (diagrama de flujo PRISMA) muestra cada fase con sus conteos; en particular, se excluyeron registros por no abordar población adulta, por no reportar variables de mediación psicológica o por ser duplicados técnicos. Este flujo asegura trazabilidad y transparencia del corpus analizado y respalda la validez de las inferencias.

Figura 1
Flujo PRISMA



En conjunto, los resultados apoyan una lectura multinivel: (a) organización (normas y cultura de bebida, demandas y recursos), (b) persona (dependencia/desregulación emocional, afrontamiento, motivos de consumo, rasgos disfuncionales) y (c) contexto macro (estresores económicos) confluyen para explicar el riesgo de consumo de alcohol y el deterioro del bienestar bajo estrés. Este patrón refuerza la pertinencia de intervenciones combinadas organizacionales y psicoterapéuticas orientadas a modificar normas, reducir demandas, y entrenar habilidades de regulación y afrontamiento, con foco en quienes exhiben vulnerabilidad afectiva.

4. Discusión

La evidencia reunida sostiene la hipótesis central: el estrés ocupacional, comunitario o económico se asocia con deterioro del bienestar psicológico y mayor riesgo de consumo de alcohol, y dicha asociación se explica en buena medida por mediadores emocionales y conductuales. A nivel neurobiológico, la desregulación de los circuitos del estrés y de control ejecutivo describe un terreno fértil para el craving y la recaída, en línea con lo planteado en la revisión de Sinha (2022). En el plano psicológico, convergen resultados que muestran el peso de la impulsividad, la afectividad negativa, la desregulación emocional y los motivos de afrontamiento para beber como pasarelas entre estrés y consumo (Wittgens et al., 2022; Matei-Mitacu et al., 2024).

El afrontamiento evitativo se relaciona con peor salud mental y uso problemático de alcohol, mientras que la autocompasión aparece como factor protector (Grummitt et al., 2023). En conjunto, el patrón observado se alinea con la propuesta teórica de que la dependencia/fragilidad emocional y los estilos de afrontamiento disfuncionales median el tránsito del estrés hacia resultados adversos. Desde la perspectiva organizacional y del contexto, la cultura de consumo y el clima laboral muestran efectos consistentes. En empresas noruegas, las normas permisivas explican una fracción sustantiva de la varianza del consumo y de los problemas asociados en empleados, superando incluso a varios factores de puesto (Thorrisen et al., 2022); de forma complementaria, la revisión sistemática en trabajadores de la industria concluye que climas negativos y altas demandas se asocian con mayor probabilidad de beber, mientras que el apoyo social y el compañerismo actúan como amortiguadores (Cruz-Zuñiga et al., 2021).

El desbalance esfuerzo-recompensa se vincula con consumo problemático y perfiles de sobrecompromiso que incrementan la exposición al estrés (Chen et al., 2023), y el estrés económico se relaciona con peor calidad de vida y uso de alcohol mediante efectos parcialmente mediadores del propio consumo (Moilanen et al.,

2025). En ocupaciones de alta presión transporte y policía se observan niveles elevados de síntomas y asociaciones positivas entre estrés laboral y consumo (Marín-Berges et al., 2025; Mongón-Vega), mientras que recursos personales como inteligencia emocional, autocontrol y apoyo social se vinculan con menor estrés, menor recaída y mayor satisfacción laboral (Villarreal-Mata et al., 2023; Sun et al., 2024). Incluso disparadores afectivos, como la memoria autobiográfica evocada por estímulos relacionados con el alcohol, modulan el ánimo y el consumo planificado en bebedores problemáticos, lo que subraya la sensibilidad de estas trayectorias a señales emocionales (Yamamoto & Irie, 2025).

El alcance de los resultados es amplio incluye muestras comunitarias y laborales, y niveles de análisis neurobiológico, individual y organizacional, pero presenta limitaciones que matizan su interpretación. Predominan los diseños no experimentales y los autoinformes, lo que restringe inferencias causales y puede introducir sesgos de medición. La heterogeneidad de instrumentos y contextos dificulta la síntesis cuantitativa; además, varios estudios no miden de forma explícita la dependencia emocional como constructo formal, sino proxies afines (desregulación emocional, afrontamiento evitativo, motivos de beber), lo que limita la comparación directa entre trabajos. Persisten también vacíos en análisis de subgrupos y en diseños que combinen biomarcadores de estrés con modelos longitudinales de mediación/moderación (Sinha, 2022; Chen et al., 2023). Estas restricciones no invalidan los hallazgos, pero sí justifican cautela y refuerzan la necesidad de replicación con diseños más robustos.

A la luz de la literatura revisada, las implicaciones para la práctica y la investigación son claras. En el plano aplicado, se prioriza un enfoque multinivel: (a) modificar normas y prácticas organizacionales que legitiman la bebida (Cruz-Zuñiga et al., 2021); (b) reducir demandas y ajustar recompensas en puestos con ERI, considerando perfiles de sobrecompromiso (Chen et al., 2023); (c) entrenar habilidades de regulación emocional y afrontamiento adaptativo con foco en motivos de afrontamiento para beber e integrar apoyo social y autocontrol como dianas preventivas (Matei-Mitacu et al., 2024; Villarreal-Mata et al., 2023; Sun et al., 2024); y (d) vigilar y gestionar disparadores afectivos en poblaciones de riesgo (Yamamoto & Irie, 2025).

En esta investigación, se propone avanzar con cohortes y ensayos en entornos laborales que prueben modelos de mediación-moderación por ejemplo dependencia emocional conlleva a motivos para beber terminando en consumo; apoyo social/autocontrol como moderadores, incorporar medidas multimodo y analizar diferencias de género y contextos latinoamericanos aún subrepresentados.

5. Conclusiones

El análisis realizado permite afirmar que el estrés laboral y el consumo de alcohol constituyen fenómenos estrechamente interrelacionados, mediados por mecanismos emocionales y conductuales que determinan el grado de vulnerabilidad o resiliencia de los individuos frente a las demandas del entorno. Los resultados demuestran que el estrés no actúa de manera aislada, sino que se filtra a través de la regulación afectiva, la inteligencia emocional, los motivos de afrontamiento y los estilos de afrontamiento disfuncionales, configurando un entramado complejo de respuestas que explican por qué algunos sujetos transforman la presión en consumo problemático y otros en crecimiento adaptativo. Este hallazgo confirma el objetivo central del estudio: evidenciar la función mediadora de la dependencia emocional y el consumo de alcohol en la relación entre el estrés y la salud mental. Además, se consolidan nuevas perspectivas teóricas que integran la neurobiología del estrés con las dinámicas psicosociales del trabajo, aportando una visión interdisciplinaria y actualizada sobre los determinantes emocionales del comportamiento adictivo.

El aporte principal de esta investigación radica en haber identificado un modelo integrador de mediación emocional, aplicable a diversos contextos laborales y sociales. Este modelo plantea que la dependencia emocional, entendida como dificultad para gestionar el malestar interno y la necesidad de aprobación externa, opera como un eje de vulnerabilidad que amplifica el impacto del estrés en el bienestar. A su vez, el consumo de alcohol se erige como un mecanismo de afrontamiento disfuncional que, lejos de aliviar el malestar, perpetúa el ciclo de estrés, ansiedad y deterioro psicológico. Estas conclusiones aportan a la ciencia del comportamiento y de la salud laboral al vincular dos fenómenos tradicionalmente abordados por separado el estrés y las adicciones dentro de un mismo marco explicativo sustentado en evidencia empírica reciente. De esta manera, el estudio contribuye a fortalecer la comprensión de las rutas psicoemocionales que conectan las condiciones del trabajo con la salud mental, un vacío que ha sido poco explorado en la literatura latinoamericana contemporánea.

Finalmente, se concluye que la comprensión del estrés laboral y su relación con el consumo de alcohol requiere abordajes preventivos y terapéuticos de carácter multidimensional. En el ámbito organizacional, se propone promover climas laborales saludables, programas de regulación emocional y apoyo social efectivo que reduzcan la incidencia de conductas adictivas vinculadas al afrontamiento del estrés. En el plano individual, resulta fundamental el fortalecimiento de habilidades socioemocionales y de autocontrol que permitan transformar el estrés en aprendizaje y no en dependencia. El presente trabajo, al integrar evidencia

internacional y regional, ofrece un marco conceptual actualizado que puede orientar futuras líneas de investigación y la formulación de políticas de salud mental ocupacional, consolidando un aporte significativo a la ciencia psicológica y a la gestión del bienestar en los entornos laborales contemporáneos.

CONFLICTO DE INTERESES

Indicar si existen intereses particulares por parte de los autores o de la entidad científica que pudiesen afectar directa o indirectamente a los resultados. Caso contrario de no existir conflictos ubicar **“Los autores declaran no tener ningún conflicto de intereses”**.

Referencias Bibliográficas

- Chango-Guachi, G. E., & Gavilanes-Gómez, D. (2023). Dependencia emocional y su relación con el bienestar psicológico en personal militar: Emotional Dependence and Its Relationship to Psychological Well-Being in Military Personnel. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 819–832. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.298>
- Chen, S.-W., Pikhart, H., Peasey, A., Pajak, A., Kubinova, R., Malyutina, S., & Bobak, M. (2022). Work stress, overcommitment personality and alcohol consumption based on the Effort–Reward Imbalance model: A population–based cohort study. *SSM - Population Health*, 21, 101320. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2022.101320>
- Cruz-Zuñiga, N., Alonso-Castillo, M. M., Armendáriz-García, N. A., & Lima-Rodríguez, J. S. (2021). Clima laboral, estrés laboral y consumo de alcohol en trabajadores de la industria. Una revisión sistemática. *Revista Española de Salud Pública*, 95, e1-15.
- D’Aquino, S., & Callinan, S. (2024). Drinking to cope as a mediator of the relationship between stress and alcohol outcomes. *Drugs: Education*,

Prevention and Policy, 31(5), 516–523.

<https://doi.org/10.1080/09687637.2023.2236291>

Elias, J. K., Sahithya, B. R., & Paviyazhini, K. S. (2025). Mediating role of personality dysfunction and perceived stress on the relationship between stressful life events and psychological well-being among young adult women in India. *Discover Psychology*, 5(1), 68. <https://doi.org/10.1007/s44202-025-00409-5>

Gavilanes-Pérez, A. E., & Mena-Freire, M. A. (2024). Inteligencia emocional y estrés percibido en pacientes en rehabilitación por consumo problemático de sustancias. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 6(7), 301–312.

<https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v6i7.1337>

Grummitt, L., Kelly, E. V., Newton, N. C., Stapinski, L., Lawler, S., Prior, K., & Barrett, E. L. (2023). Self-compassion and avoidant coping as mediators of the relationship between childhood maltreatment and mental health and alcohol use in young adulthood. *Child Abuse & Neglect*, 106534.

<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106534>

Huynh, J., Boland, D., Le, C., Fletcher, A. D., Anderson, L. R., & Tobin, C. T. (2025). Community-based stress, social support, and depressive symptoms among black adults: A mediation analysis. *SSM - Mental Health*, 7, 100452.

<https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2025.100452>

Jiménez-Gallegos, E. J. (2023). Relación entre la salud mental y la incidencia de enfermedades metabólicas. *Space Scientific Journal of Multidisciplinary*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.63618/omd/ssjm/v1/n1/6>

- Marín-Berges, M., Lizana, P. A., Marroquín-Pinochet, V., Osorio-Paredes, V., Iguacel, I., & Gómez-Bruton, A. (2025). Mental health, quality of life, and occupational balance among taxi drivers in Spain and Chile: A cross-cultural study. *Journal of Transport & Health*, *44*, 102105. <https://doi.org/10.1016/j.jth.2025.102105>
- Matei-Mitacu, L.-M., Huțul, T.-D., Karner-Huțuleac, A., Huțul, A., & Dobria, C.-A. (2024). The role of alcohol consumption motives in the relationships between psychological distress, emotional dysregulation, and problematic alcohol consumption. A mediation model. *Current Psychology*, *43*(48), 36831–36845. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-07111-0>
- Moilanen, K. L., Richman, J. A., Rospenda, K. M., & Johnson, T. P. (2025). Economic stressors, alcohol use, and health-related quality of life in middle-aged adults. *Journal of Applied Developmental Psychology*, *97*, 101752. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2024.101752>
- Mongón-Vega, A. M., & Mejía-Rubio, A. del R. (2023). Estrés laboral y consumo de alcohol en servidores policiales. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, *6*(14), 7–18. <https://doi.org/10.33996/repsi.v6i14.85>
- Müller, C. P., Schumann, G., Rehm, J., Kornhuber, J., & Lenz, B. (2023). Self-management with alcohol over lifespan: Psychological mechanisms, neurobiological underpinnings, and risk assessment. *Molecular Psychiatry*, *28*(7), 2683–2696. <https://doi.org/10.1038/s41380-023-02074-3>
- O'Rourke, B. P., Hogan, T. H., Teater, J., Fried, M., Williams, M., Miller, A., Clark, A. D., Huynh, P., Kauffman, E., & Hefner, J. L. (2022). Initiation of medication for opioid use disorder across a health system: A retrospective analysis of

- patient characteristics and inpatient outcomes. *Drug and Alcohol Dependence Reports*, 5, 100114. <https://doi.org/10.1016/j.dadr.2022.100114>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Alonso-Fernández, S. (2021). Declaración PRISMA 2020: Una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790–799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Santos-Morocho, J., Toral-León, L., Ortiz-Ochoa, W., Muñoz-Pauta, M., Jiménez-Herrera, R., & Torres-Vallejo, M. (2025). Correlación entre Mecanismos de Afrontamiento y Trastorno por Consumo de Alcohol: Un Estudio en Población Clínica. *Erevna Research Reports*, 3(2), e2025017–e2025017. <https://doi.org/10.70171/rgb51127>
- Sinha, R. (2022). Alcohol's Negative Emotional Side: The Role of Stress Neurobiology in Alcohol Use Disorder. *Alcohol Research : Current Reviews*, 42(1), 12. <https://doi.org/10.35946/arcr.v42.1.12>
- Sinha, R. (2024). Stress and substance use disorders: Risk, relapse, and treatment outcomes. *The Journal of Clinical Investigation*, 134(16). <https://doi.org/10.1172/JCI172883>
- Sun, C., Li, H., Wang, X., Shao, Y., Huang, X., Qi, H., Zhang, Z., & Su, G. (2024). Self-control as mediator and social support as moderator in stress-relapse dynamics of substance dependency. *Scientific Reports*, 14(1), 19852. <https://doi.org/10.1038/s41598-024-70884-8>

- Tang, C. (2025). Work addiction, emotional dysregulation, addictive eating, and physical health among full-time employees in the United States. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1532636. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1532636>
- Tang, L., Siripala, W., Somrang, K., Angsuwotai, N., & Vorawattanachai, P. (2024). Effect of the Occupational Stress and Psychological Problems of Special Post Teachers in Zunyi City, Guizhou Province. *World Journal of Education*, *14*(3), 125–136. <https://doi.org/10.5430/wje.v14n3p125>
- Thorrisen, M. M., Skogen, J. C., Bonsaksen, T., Skarpaas, L. S., & Aas, R. W. (2022). Are workplace factors associated with employee alcohol use? The WIRUS cross-sectional study. *BMJ Open*, *12*(10), e064352. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-064352>
- Villarreal-Mata, J. L., Armendáriz-García, N. A., Sánchez-Gómez, M., Alonso Castillo, M. M., López García, K. S., Villarreal-Mata, J. L., Armendáriz-García, N. A., Sánchez-Gómez, M., Alonso Castillo, M. M., & López García, K. S. (2023). Inteligencia emocional, satisfacción laboral y consumo de alcohol en el personal de enfermería. *Horizonte sanitario*, *22*(2), 393–399. <https://doi.org/10.19136/hs.a22n2.5591>
- Wittgens, C., Muehlhan, M., Kräplin, A., Wolff, M., & Trautmann, S. (2022a). Underlying mechanisms in the relationship between stress and alcohol consumption in regular and risky drinkers (MESA): Methods and design of a randomized laboratory study. *BMC Psychology*, *10*(1), 233. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00942-1>
- Wittgens, C., Muehlhan, M., Kräplin, A., Wolff, M., & Trautmann, S. (2022b). Underlying mechanisms in the relationship between stress and alcohol

consumption in regular and risky drinkers (MESA): Methods and design of a randomized laboratory study. *BMC Psychology*, 10(1), 233.

<https://doi.org/10.1186/s40359-022-00942-1>

Yamamoto, K., & Irie, T. (2025). Effects of odor-induced autobiographical memory recall interventions on the mental health of individuals with problem drinking behaviors. *Scientific Reports*, 15(1), 18087. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-00073-8>