

FILIAL UNIVERSITARIA DE MEDICINA

DR. EUSEBIO HERNÁNDEZ PÉREZ

COLÓN.MATANZAS

**TÍTULO: TABAQUISMO EN LA ADOLESCENCIA. UN DESAFÍO
CONSTANTE EN LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD.**

AUTORES: Odalis Del Rosario Marrero¹, Ileana M. García Rial², Ana Belkis Montalvo
Herrera³, Reina Portilla Pérez⁴, Yailen Perdomo González⁵, Daylis Sánchez
Hernández⁶

1. Máster en Ciencias de la Educación Superior. Especialista de 1er grado de MGI. Profesor Asistente. <https://orcid.org/0000-0002-4853-2183>.
2. Licenciada en Enfermería. Máster en Atención Integral a la Mujer. Especialista de 1er grado en Enfermería comunitaria. Profesor Asistente. <https://orcid.org/0000-0001-5674-3055>.
3. Licenciada en Enfermería. Máster en Atención Integral a la Mujer. Profesor Asistente. <https://orcid.org/0000-0003-2425-5115>.
4. Especialista de 1er grado de MGI. Profesor Asistente. <https://orcid.org/0000-0003-2981-2830>.
5. Especialista de 1er grado de MGI. Profesor Instructor. <https://orcid.org/0000-0001-6054-9415>
6. Especialista de 1er grado de MGI. Profesor Instructor. <https://orcid.org/0000-0002-9152-1930>.

RESUMEN

Introducción. El tabaquismo es una condición común que afecta la salud mundial y representa un factor de riesgo muy importante para muchas enfermedades.

Objetivo. Valorar la incidencia del tabaquismo en la adolescencia y la creación de una estrategia que nos permita mejorar la calidad de vida de este grupo poblacional.

Métodos. Se realizó un estudio descriptivo transversal, en un grupo de adolescentes que se encuentran cursando entre el 10mo y 12mo grado de la enseñanza media, pertenecientes al policlínico "Dr. Francisco Figueroa Veliz" del municipio Colón, provincia Matanzas, en el tiempo comprendido de septiembre a diciembre del 2019. El universo estuvo constituido por 92 estudiantes y la muestra quedó conformada por los mismos 92 estudiantes seleccionados. Las variables fueron obtenidas de un cuestionario efectuado por personal calificado en el tema reflejándose las siguientes variables: edad, sexo, grado escolar, antecedentes en la familia, edad de inicio, efectos perjudiciales, motivación y fuente de información.

Resultados. Existe una elevada incidencia de adolescentes fumadores, con antecedentes de fumadores en la familia, predominando el sexo femenino, entre 15 y 17 años prevaleciendo 11no grado, conocen los efectos perjudiciales que éste ocasiona.

Conclusiones. La prevalencia del aumento del tabaquismo sugiere reevaluar el impacto de las campañas de promoción de salud, encaminadas a disminuir las adicciones en adolescentes y promover nuevas actividades de fomento a la salud en secundarias básicas y preuniversitarios, así como en sitios que frecuenten los adolescentes, y que estas actividades se vinculen a grupos de profesionales con experiencia en el manejo de adicciones.

Palabras claves: Tabaquismo, Factores de Riesgo, Adolescencia.

INTRODUCCIÓN

La repercusión mundial que tienen en nuestros días el tabaquismo, y su incidencia cada vez más alta en la adolescencia ha motivado la realización de diversos estudios con diferentes enfoques, pero todos encaminados a determinar el nivel de conocimiento que tienen los adolescentes sobre esta enfermedad, ya que ha quedado demostrado que la mejor forma de disminuir su incidencia es trabajando en la prevención, cuya única arma posible es la educación. ^(1, 2)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años y que se divide en 2 fases, la adolescencia temprana de 10 a 14 años y la adolescencia tardía de 15 a 19 años. Este período de transición hacia la adultez está muy relacionado con la maduración de la psiquis y depende de complejos factores psicosociales. ⁽³⁾

Mientras el cuerpo avanza a su propio ritmo, la personalidad se desarrolla a saltos, con sorprendentes avances y lógicos retrocesos: Hoy rechazan lo que ayer aceptaban y viceversa. Se despiertan rebeldes y al rato les invade la melancolía. De pronto se creen capaces de asumir las riendas y razonar como adultos, y al siguiente minuto están dando una perreta que saca del paso a toda la familia. ⁽⁴⁾

Estas características los hacen proclives a consumir sustancias tóxicas, a veces por curiosidad, por no perder el reconocimiento y aprobación del grupo; otras por destacarse y llamar la atención de los demás, o por evadir conflictos con los amigos, padres, maestros y ocultar sentimientos de depresión y soledad. ^(4, 5)

El tabaco tiene poder adictivo debido principalmente a su componente activo, la nicotina, que actúa sobre el sistema nervioso central. El fumador sufre una

dependencia física y psicológica que genera un síndrome de abstinencia, denominado **tabaquismo**.^(6, 7)

El tabaquismo se ha convertido en una verdadera prioridad para la salud pública. Representa alto riesgo en seis de las ocho principales causas de defunción y afecta cada año a cerca de 5,4 millones de personas por cáncer de pulmón, cardiopatías y otras enfermedades relacionadas, cifra mayor que la reportada por muertes debidas a tuberculosis, sida y malaria juntas.⁽⁸⁾

Se prevee que la mortalidad asociada con el tabaquismo en el año 2025 será 50% mayor que la mortalidad asociado con el VIH / SIDA. En general, el tabaquismo se prevé que ser responsable de un 10% de las muertes globales.⁽⁹⁾

Fumar se encuentra arraigado en las costumbres y cultura de la población mundial, Cuba por consiguiente no escapa de ello ya que se considera un país de fumadores.

El control del tabaquismo en Cuba comenzó en 1960, con la prohibición de la publicidad, seguido de la colocación en los envases de las cajetillas de cigarro, de la información sobre la nocividad de su consumo, hasta que se lanzó la campaña contra el hábito de fumar en 1985 que devino luego Programa Nacional.⁽¹⁰⁾

En estos últimos años se ha incrementado la morbi mortalidad por enfermedades crónicas no trasmisibles, siendo el tabaquismo a pesar de ser una enfermedad es un factor de riesgo de estas enfermedades, considerando un problema de salud en el Policlínico Francisco Figueroa Veliz donde la Atención Primaria de Salud es un eslabón fundamental para la promoción y uno de los pilares mas importantes para la prevención de la enfermedad, es por ello que las autoras se han sentido motivadas como parte del colectivo de profesionales a realizar la presente investigación con el objetivo de valorar la incidencia del tabaquismo en la adolescencia, Identificar la incidencia del tabaquismo según variable biológica, precisar edad de inicio del consumo del tabaco, precisar las principales motivaciones que llevan a los adolescentes a practicar el consumo del tabaco., valorar el grado de conocimiento que poseen los

adolescentes sobre los efectos perjudiciales del hábito de fumar y proponer un programa educativo.

MÉTODO:

Se realizó un estudio descriptivo, transversal, en un grupo de adolescentes que se encuentran cursando entre el 10mo y 12mo grado de la enseñanza media en el Pre Universitario, perteneciente al área de salud del policlínico "Dr. Francisco Figueroa Veliz" del municipio Colón, provincia Matanzas, en el tiempo comprendido de septiembre a diciembre del 2019, con el objetivo de valorar la incidencia del tabaquismo en la adolescencia. El universo estuvo constituido por 92 estudiantes y la muestra quedó conformada por los mismos 92 estudiantes seleccionados que cumplieran con ciertos criterios de inclusión:

- Que el estudiante esté cursando entre el 10mo y 12mo grado
- Que el estudiante haya aceptado participar en el estudio.

Instrumento:

Para la obtención de la información se solicitó la aprobación por parte de la Dirección de Educación del municipio de Colón y seguidamente de la dirección del centro para la realización de dicho estudio con explicación de los objetivos de la investigación.

Posteriormente se les comunicó a los adolescentes las características, objetivos e importancia de este trabajo y se recogió por escrito el consentimiento (Acta de consentimiento Informado, anexo 1), de los estudiantes para participar en el mismo de forma voluntaria, a continuación, se les aplicó un cuestionario el cual fue validado por Profesionales de experiencias en el tema del policlínico, con el objetivo de valorar la incidencia del tabaquismo en estos adolescentes (anexo 2).

Además se les comunicó a todos los implicados en el estudio el alto nivel de profesionalidad del personal responsable de la investigación y que los datos obtenidos solo serán utilizados para los fines de la misma.

Las variables fueron plasmadas en un modelo estadístico confeccionado para este fin y seleccionadas previamente quedando operacionalizadas y codificadas de la siguiente forma:

Variable	Tipo de variable	Operacionalización	Definición conceptual de las variables
Edad	Cuantitativa dicotómica Continua	15 - 16 17 - 18	Se medirá la edad biológica en años cumplidos
Sexo	Cualitativa nominal Dicotómica	Femenina Masculino	Según género
Antecedentes en la familia	Cualitativa nominal Politómica	Madre Padre Madre-padre Otros	Según referencia
Consumo de tabaco por años que cursan	Cuantitativa Nominal politómica	10mo 11no 12mo	Según referencia
Consumo de tabaco actual	Cualitativa nominal dicotómica	Sí No	Según referencia

Edad de inicio del consumo de tabaco	Cualitativa nominal dicotómica	12-14 15-17	Según referencia
Momento en que fuman	Cualitativa Nominal politémica	-Cuando están solos -En la institución -Con amigos	Según referencia
Efectos perjudiciales del tabaco	Cuantitativa nominal dicotómica	Sí No	Según referencia
Fuente de información	Cualitativa Nominal politémica	-Casa -Escuela -Amigo	Según referencia
Motivación	Cualitativa Nominal politémica	-Da personalidad. -En el grupo fuman. -Me considero adulto. -En casa fuman. -Para probar. -Me gusta. -Ansiedad. -Diversión. -Me siento bien.	Según referencia

Procedimiento: Después de una detallada revisión bibliográfica sobre el tema, y con la aprobación por parte de la Dirección de Educación del municipio de Colón y de la dirección del centro para la realización de dicho estudio, se les realizó un cuestionario (anexo 2) con previo consentimiento informado, (anexo 1) a los estudiantes en sus propias aulas, para valorar la incidencia de tabaquismo en los mismos y posteriormente realizar una guía educativa para propiciar información a estos adolescentes.

Procesamiento y Análisis

El procesamiento de la información se realizó mediante una Micro Computadora Pentium IV utilizando el paquete de Microsoft Office®'2007, el software Microsoft Word 2007, Excel, en un ambiente de Windows XP®.

Para el manejo de los datos, la información se resume en forma de tablas donde se utilizaron medidas de resúmenes para datos cuantitativos, fundamentalmente el método porcentual.

RESULTADOS:

El rango de edades de 15-16 fue el de mayor incidencia y el sexo femenino con un 55.4% y 61.9 respectivamente, (tabla1)

Como se observa en la tabla 2 en cuanto a los antecedentes en la familia de fumador, la categoría otros fue la que predominó para un 55.4%.

En la tabla 3 con relación al consumo de tabaco alguna vez en la vida predomina más el 11no grado para un 30.4%

Se evidenció en la Tabla 4 que las féminas consumen más tabaco con un 26.1% respecto a los masculinos con un 17.3%.

Al analizar la tabla 5 la edad de inicio del consumo del tabaco fue entre 15-17 años cursando 11no grado para un 32.5%.

La tabla 6, nos muestra, que el momento que prevalece para practicar el consumo del tabaco es con los amigos, lo que representa un 70% del total de adolescentes fumadores.

Se demostró que el 100% de los adolescentes, tienen conocimiento acerca de los efectos perjudiciales que propicia el consumo del tabaco en la tabla 7.

Las diferentes fuentes de información, a través de las cuales los adolescentes adquieren conocimiento acerca del Tabaquismo, fue la escuela con un 53%. (Tabla 8).

Se observa en la tabla 9, que la mayor motivación que impulsa a estos adolescentes a consumir el tabaco, es el hecho de que en el grupo fuman, lo que representa un 35% del total de estudiantes fumadores.

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

En la adolescencia hay un porcentaje importante de hombres y mujeres que fuman habitualmente. Según estudio hecho en Santiago de Chile, se inicia el consumo entre los 13 y 14 años, aumentando los fumadores a mayor edad escolar y existiendo una mayor prevalencia en la mujer (40% en un universo de 2.967 escolares de educación básica y media).

El sexo masculino tradicionalmente se ha comportado como el mayor consumidor de tabaco, son también los hombres los que más temprano comienzan a hacerlo, basados en criterios falsos de hombría, moda o simplemente imitación.⁽¹¹⁾

En edades tempranas, es donde la labor educativa debe ser de gran importancia ya que son jóvenes y no tienen una dependencia del tabaco.

11. Adolescentes y el consumo de tabaco. [Consultado 28 de julio de 2008].

Disponible en: <http://www.euroresidentes.com/adolescentes/adolescentes-tabaco.htm>

La mayor prevalencia del tabaquismo entre los adolescentes del sexo masculino, ha sido encontrada por otros autores, pero debe destacarse el enorme riesgo que tienen de fumar las adolescentes cuya familia lo hace y las consecuencias funestas que trae el hábito de fumar para su futura vida, por las diferencias inherentes a su sexo, como la capacidad de embarazarse, la lactancia, etcétera.^(12, 13)

12. Datos sobre el uso del tabaco en los niños y adolescentes. [Consultado 28 de julio de 2008]. Disponible en:

http://www.cancer.org/docroot/ESP/content/ESP_2_1x_Datos_sobre_el_uso_del_tabaco_en_los_nios_y_adolescentes.asp

13. Satcher D. Las mujeres y el fumar. Dirección General de Salud de los Estados Unidos. [Consultado 28 de julio de 2008]. Disponible en:

http://www.cancer.org/docroot/ESP/content/ESP_2_1x_Las_mujeres_y_el_fumar.asp?sitearea=ESP&viewmode=print&

La familia es el primer elemento socializador, en cuyo interior se educa y forma al individuo y cuyos patrones le sirven como modelo para el desarrollo de su conducta. Los resultados de este trabajo coinciden con lo planteado en la literatura al respecto.

(10, 23)

En estudios realizados en el año 2002 se planteó que, la influencia familiar es significativa, pues fuma 7,8 % de las adolescentes con antecedentes familiares y solo lo hace 1,9 % de las que no los tienen.

Un estudio, en el que participaron 270 adolescentes que se habían transformado en fumadores ocasionales antes de la enseñanza secundaria, halló que el 58% había desarrollado la adicción en duodécimo grado, si los amigos y los padres eran fumadores, existían grandes probabilidades de que los adolescentes consumieran cigarrillos a diario. ^(4,15)

Otros autores plantean que los adolescentes de familias que tienen miembros con antecedentes de tabaquismo, 14,5 % lo ha hecho al menos una vez en la vida y 10,3 % fuma actualmente, sin embargo, entre los adolescentes de familias en las que nadie ha fumado, solo 7,4 % lo ha hecho al menos una vez en la vida y 5,1 % fuma actualmente. ^(9,21)

El consumo de tabaco entre los adolescentes de nuestros días se ha convertido en una marca o mejor aún, en el sello que todos deben tener para pertenecer a un grupo social determinado, esto es tal vez, lo que justifica que en este estudio se haya identificado que más del 50% (53.2%) de los adolescentes encuestados, hayan consumido tabaco al menos una vez en la vida. También se debe destacar que en

El sexo femenino tuvo mayor incidencia en el consumo actual de tabaco, no coincidiendo con otros autores quienes han encontrado la mayor prevalencia del tabaquismo entre los adolescentes del sexo masculino, por lo que debe destacarse el enorme riesgo que tienen de fumar las adolescentes, por las consecuencias funestas que trae el hábito de fumar, dada las diferencias inherentes a su sexo, como la capacidad de embarazarse, la lactancia, etcétera. ^(5, 11,19)

Según la Encuesta Mundial de Tabaquismo en Chile, cerca de 40% de los jóvenes encuestados fuma habitualmente, que se constituye en el país con más alta prevalencia de tabaquismo entre los adolescentes de 13 a 15 años de edad.

En estudios realizados, más de la mitad de los adolescentes (59 %), habían fumado alguna vez en su vida y el 88 % de estos lo hizo antes de los 16 años. En Estados Unidos, a los 15 años de edad el 26 % han fumado al menos un cigarrillo en los últimos 30 días, en Europa alcanza al 30 % y en España, el 29 %.

La bibliografía consultada plantea que dentro de los elementos sociales que más influyen en el consumo del tabaco está la publicidad (de la cual los adolescentes constituyen una población diana), la proliferación de colectivos anticultura y las manifestaciones de inadaptación social y escolar entre los menores. Para algunos autores, factores como la existencia de amigos fumadores, son predictores de cara a la posible práctica del hábito de fumar. ⁽⁷⁾

Respecto al conocimiento que tienen acerca de los efectos perjudiciales que propicia el consumo del tabaco, no se encontró bibliografía que permitiera hacer comparaciones con los resultados obtenidos en este estudio .

La bibliografía consultada no coincidió con la nuestra ya que se plantea que la principal vía de información son las campañas publicitarias contra el tabaquismo.

Es importante señalar, que aunque en menor proporción con un 12.5%, la ansiedad constituyó un factor determinante por el cual estos adolescentes se sumaron al consumo de tabaco, hecho que merece especial atención, ya que existe una mayor probabilidad, de que estos estudiantes en verdad, no practique el hábito de fumar como una simple diversión, sino que lo necesiten como una vía de escape a sus problemas personales, existiendo otras vías que ellos mismos desconocen para la solución de su afección. ^(21,22)

CONCLUSIONES

La prevalencia del aumento del tabaquismo sugiere reevaluar el impacto de las campañas de promoción de salud, encaminadas a disminuir las adicciones en adolescentes y promover nuevas actividades de fomento a la salud en secundarias básicas y preuniversitarios, así como en sitios que frecuenten los adolescentes, y que estas actividades se vinculen a grupos de profesionales con experiencia en el manejo de adicciones. Sobre este tema tan polémico, diverso y actual, podemos lograr resultados exitosos con este grupo poblacional. Por lo que el desarrollo del trabajo de investigación ha permitido arribar a las siguientes conclusiones:

Existe una elevada incidencia del tabaquismo en la adolescencia, con predominio del sexo femenino, en edades cada vez mas tempranas en el inicio de este hábito, ofreciendo esta investigación que su principal motivación era que su grupo fuma.

Mediante la aplicación del cuestionario se obtuvo que el total de los estudiantes encuestados refieren conocer acerca de los efectos perjudiciales de este hábito, sin embargo, existe una alta incidencia de adolescentes fumadores, hecho que demuestra la ineficacia de los programas de promoción y prevención de salud, puesto que la información no es brindada con la calidad requerida, y por tanto, no es comprendida de la manera más adecuada, confeccionándose una guía educativa para disminuir la incidencia del tabaquismo en los adolescentes.

Declaratoria de autores. Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

RECOMENDACIONES

- Brindar programas educativos permanentes dirigidos a los jóvenes desde edades tempranas de la vida, para prevenir el consumo del tabaco.
- Establecer programas intersectoriales de salud y educación, que tengan como propósito fundamental la prevención del consumo de tabaco, utilizando el resultado de este y otros trabajos investigativos que reflejen la realidad de nuestros jóvenes con este hábito, comprobadamente nocivo para la salud.
- Incentivar sobre la necesidad de investigación del tan polémico tema del Tabaquismo en otras áreas de Atención Primaria de Salud, que comprendan dentro de su población escuelas Secundarias Básicas y Pre Universitarios.
- Fortalecer acciones que han sido llevadas a cabo con el objetivo de prevenir el consumo, y a los ya fumadores que abandonen el hábito como son:
 - ✓ Incremento de impuestos al tabaco.
 - ✓ Eliminar su promoción en la publicidad.
 - ✓ Informar de daños que produce a la salud en los paquetes de tabaco.
 - ✓ La implementación de legislaciones que normen ambientes libres de humo en espacios públicos y de trabajo.
- Poner en práctica la guía educativa propuesta en la investigación, la cual permite proveer de información a los adolescentes sobre el Tabaquismo, constituyendo una estratégica herramienta en la labor de prevención.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pineda Pérez S, Aliño Santiago M. Capítulo I. El concepto de adolescencia. [Consultado 31 de julio de 2008]. Disponible en: http://aps.sld.cu/bvs/materiales/manual_practica/CapituloI.pdf
2. Organización Panamericana de la Salud. MPOWER: un plan de medidas para hacer retroceder la epidemia de tabaquismo. OMS Ginebra. 2012. Acceso: 10/01/2018. Disponible en: http://www.who.int/tobacco/mpower/mpower_spanish.pdf Domínguez
3. Ministerio de la Agricultura. TABACUBA. Empresa ATM. Consumo nacional de cigarrillos y tabacos. 2016. La Habana: MINAGRI; 2017.
4. Oficina Nacional de Estadísticas e Información. Censo de población y viviendas. Cuba. Año 2012. ONEI. Acceso: 19/01/2018. Disponible en: <http://www.onei.cu/censo2012.htm>
5. Suárez LN. El tabaquismo. Paradojas, controversias, mitos y realidades. La Habana: Editora Política; 2015.
6. Catalán C, Guerra R, Rojas S. Tabaquismo en Estudiantes y Catedráticos Universitarios de San Carlos de Guatemala. XXVI Congreso Centroamericano y del Caribe de Neumología y Cirugía de Tórax. Panamá: Sociedad Latina de Hipertensión Pulmonar; 2012.
7. Heraud SB. Universidades saludables: una apuesta a una formación integral del estudiante. Revi Psicol. 2013 [citado 24 Jun 2014];31(2):287-314. Disponible en: <http://www.revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/7621>
8. Alarcón R, Santana M, Blanco CR. Prevalencia del consumo de tabaco en la población estudiantil femenina de las Facultades de Arquitectura, Derecho y Medicina de la Universidad Francisco Marroquín. Rev Fac Med UFM. 2011;1(13):30-2.
9. Suárez LN. El precio del cigarrillo y la reducción del consumo en Cuba. Rev Cubana Salud Pública. 2012 [citado 14 Ene 2014];38 (1). Disponible en: <http://scielo.sld.cu>

[/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662006000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662006000200002&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

10. Varona P, Chang M, García RG, Bonet M. Tobacco and Alcohol Use in Cuban Women. MEDICC Review [revista en Internet]. 2011 [citado 15 Dic 2011];13(4):[aprox. 19p]. Disponible en: http://www.medicc.org/mediccreview/articles/mr_224.pdf [Buscar en Google Scholar]
11. OPS/OMS. La epidemia de tabaquismo. Los gobiernos y los aspectos económicos del control del tabaco. Washington DC: OPS/OMS; 2009. Publicación Científica No. 577.
12. Opaleye ES, Sanchez ZM, Gonçalves de Moura Y, Fernandes Galduróz JC, Polverini Locatelli D, Noto AR. The Brazilian smoker: a survey in the largest cities of Brazil.; Rev. Bras. Psiquiatr.;[online]. 2012[citado; 2012-07-17]; 34(1): 43-51. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462012000100009&lng=en
13. Domínguez Rodríguez J. Características demográficas del tabaquismo en el estudiante de medicina en relación con la tipología, modo y cronología del hábito. Rev Cubana Med 2008;29(4):493-500.
14. Valdés N, Sánchez S. El tabaco y los adolescentes. Tendencias actuales. División de salud y desarrollo humano. Washington DC: OPS; 2004;10-5.
15. OPS/OMS. Tabaquismo; una amenaza constante para la salud. Comunicación para la salud no. 12. Impresión Colombia, 2007.
16. OMS. Programas nacionales de lucha contra el cáncer. Directrices sobre política y gestión. Ginebra: OMS; 2005:30-50.
17. Fundación de Ciencias de la Salud/Plan Nacional Sobre Drogas. Nuevos patrones y tendencias de consumo. Madrid: Fundación de Ciencias de la Salud/Editorial Doce Calles, 2006.
18. Oliveros Calvo S. La adolescencia: un terreno abonado para las toxicomanías. Med Clin (Barc) 2001; 104: 777-779.
19. Canessa, P. y Nykiel, C. (2008). "Las conductas de riesgo", Manual para la educación en salud integral del adolescente. O.P.S., pp. 119-132.
20. Chollat-Traquet, C. (2005). "Tabaco o salud: Información básica". Evaluación de las actividades de la lucha contra el tabaco. O.M.S., pp. 2-9.
21. FLORENZANO, R. (2003). Abuso de drogas. Chile, OPS.

22. Haefdan, Mabler (2003). "Tabaco o salud: Elegir salud". Foro Mundial para la Salud, 9, pp. 80-85.

ANEXOS

Anexo 1:

Acta de Consentimiento informado.

Yo _____ declaro que he sido informado (a) del estudio en el que se me pide participar, los investigadores me han informado que mis valoraciones y criterios serán absolutamente confidenciales y ello no influirá en mis futuras relaciones con el personal de salud.

Y para que así conste firman la presente:

Investigador _____

Estudiante _____

Anexo 2:

A continuación le relacionamos una serie de preguntas, sobre el tabaquismo, le rogamos sea sincero en sus respuestas, marcando con una cruz

Cuestionario: sobre el Consumo de Tabaco en la Adolescencia

1. Rango de edad: 15-16____ 17-18____

2. Sexo: masculino____ femenino:____

3. Grado escolar que se encuentra cursando:

10mo____ 11no____ 12mo____

4. Antecedentes de fumador en la familia:

Madre____ Padre____ Madre-Padre____ Otros:____

4 - Consumo de tabaco al menos una vez en la vida. Sí____ No____

5 - Consumo actual de tabaco. Sí____ No____

6 - Edad de inicio del consumo de tabaco. ____

7 - Fumas más:

Cuando estás sólo____

En el Instituto____

Con los amigos/as____

8 - Tienes conocimientos sobre los efectos perjudiciales del tabaquismo.

Sí____ No____

9 - Donde has aprendido sobre ello.

Casa____ Amigos____

Escuela____ TV/Radio____

10 - Principales motivaciones por las que usted fuma.

Da personalidad____

En el grupo fuman____

Me consideras adulto____

En casa fuman____

Gracias por su Colaboración

Anexo 3:

Tabla 1:

Título: Adolescentes encuestados según edad y sexo.

Grupos Etáreos	Sexo				Total	
	Femenino		Masculino			
	#	%	#	%	#	%
15 - 16	33	35.8	18	19.5	51	55.4
17 - 18	24	26.1	17	18.4	41	44.5
Total	57	61.9	35	38.1	92	100

Fuente: Encuesta.

Tabla 2:

Título: Adolescentes encuestados según antecedentes familiares.

	Antecedentes en la Familia					Sin Antecedentes	Total
	Madre	Padre	Madre - Padre	Otros	Total		
#	6	17	10	51	84	8	92

%	6.5	18.5	10.9	55.4	91.3	8.7	100
----------	-----	------	------	------	------	-----	-----

Fuente: Encuesta.

Tabla 3:

Título: Adolescentes que consumieron tabaco al menos una vez, según año que cursan.

Año que Cursan	Consumo del Tabaco al menos				Total	
	Una Vez en la Vida					
	Sí		No		#	%
	#	%	#	%		
10mo	12	13.1	18	19.5	30	32.6
11no	28	30.4	4	4.35	32	34.7
12mo	9	9.7	21	22.8	30	32.5
Total	49	53.2	43	46.8	92	100

Fuente: Encuesta.

Tabla 4:

Título: Adolescentes que consumen actualmente tabaco según sexo.

Consumo actual de Tabaco	Sexo				Total	
	Femenino		Masculino			
	#	%	#	%	#	%
Sí	24	26.1	16	17.3	40	43.3
No	34	36.9	18	19.5	52	56.5
Total	58	63	34	36.8	92	100

Fuente: Encuestas.

Tabla 5:

Título: Edad de Inicio del consumo de tabaco según año que cursan.

Edad de Inicio	Año que Cursan						Total	
	10mo		11no		12mo			
	#	%	#	%	#	%	#	%
12 - 14	7	17.5	8	20	1	2.5	16	40
15 - 17	4	10	13	32.5	7	17.5	24	60
Total	12	27.5	21	52.5	8	20	40	100

Fuente: Encuesta.

Tabla 6:

Título: Cantidad de adolescentes según momentos en los que fuman.

Momentos en los que fuman	Adolescentes	
	#	%
Quando están solos.	6	15
En la institución.	6	15
Con los amigos.	28	70
Total	40	100

Fuente: Encuesta.

Tabla 7:

Título: Cantidad de adolescentes según conocimiento de efectos perjudiciales del Tabaco.

Efectos perjudiciales del Tabaco	Adolescentes	
	#	%
Sí	92	100
No	--	--
Total	92	100

Fuente: Encuesta.

Tabla 8:

Título: Relación de adolescentes según fuente de información.

Fuentes de Información	Adolescentes	
	#	%
Casa	39	42.3
Escuela	49	53
Amigos	23	25
TV/Radio	35	38

Fuente: Encuesta.

Tabla 9:

Título: Adolescentes que fuman por año según principales motivaciones.

Principales Motivaciones	Adolescentes por Año			Total	
	10mo	11no	12mo		
				#	%
Da personalidad	--	1	2	3	7.5
En el grupo fuman	4	8	2	14	35
Me considero adulto	--	--	--	0	0
En casa fuman	2	--	--	2	5
Para probar	3	2	--	5	12.5
Me gusta	3	3	2	8	20
Ansiedad	--	4	1	5	12.5
Diversión	--	1	--	1	2.5

Me siento bien	--	2	--	2	5
Total	12	21	7	40	100

Fuente: Encuesta.

Anexo 4:

GUÍA EDUCATIVA PARA PROPICIAR INFORMACIÓN SOBRE EL TABAQUISMO A LOS ADOLESCENTES.

Introducción.

El consumo de tabaco constituye un problema de salud pública cuya iniciación generalmente ocurre en la adolescencia.

El tabaco es tan adictivo como la droga pura, ya que se trata de un producto psicoactivo que afecta los procesos químicos del cerebro y del sistema nervioso. Además, tiene reconocidos efectos nocivos sobre el sistema respiratorio, dañando gravemente bronquios y pulmones.

Los fumadores, además de dañar su propia salud, perjudican a los que los rodean. Es notorio que lo que se ha denominado "tabaquismo pasivo" es peligroso para quienes lo sufren, justificándose plenamente las medidas de protección que se han adoptado en los

diversos entornos en que se producen estas situaciones y visto con perspectiva preventiva los adolescentes constituyen un grupo único y singular que merece especial atención.

Por todo lo antes referido se hace indispensable que los adolescentes adquieran conocimientos sobre este Factor de Riesgo y su prevención para de esta manera lograr disminuir la incidencia del Tabaquismo en este grupo poblacional.

Objetivo General de la Estrategia:

- Instrumentar una guía educativa que permita proveer de información sobre el Tabaquismo de una manera práctica a los adolescentes.

Objetivos Colaterales de la Guía:

- Promover estilos de vida saludables en la adolescencia.
- Disminuir la incidencia del Tabaquismo en esta etapa de la vida.
- Prevenir la incorporación de nuevos fumadores.
- Retrasar la edad de inicio de consumo de tabaco.
- Facilitar el abandono de la dependencia.
- Evitar la exposición pasiva al humo de tabaco.
- Potenciar los espacios sin humo.
- Promover la norma social de no fumar.
- Potenciar la participación comunitaria.
- Mejorar la coordinación de actividades.

Beneficios Esperados:

- La presente estrategia constituirá una herramienta en la labor de prevención del Tabaquismo en la adolescencia.
- Incentivará la búsqueda de conocimientos sobre el tema en este grupo poblacional.
- Alertará hacia la necesidad de ayuda profesional temprana si así fuese el caso.
- Logrará disminuir la incidencia del Tabaquismo en la Atención Primaria de Salud.

Novedad Científica:

- Permitirá la introducción de conocimientos a los adolescentes en su propio medio de acción y con sus semejantes.
- Propiciará el debate entre los grupos de pares sobre el tema.

Principios Organizativos de la Estrategia:

Para que la estrategia propuesta sea funcional se necesita una adecuada integración y funcionamiento de las instituciones de la atención primaria de salud, así como otros centros que de una manera u otra estén implicadas en este proyecto; como es el caso de educación.

Etapas Organizativas para que sea funcional esta estrategia:

- Deberá ser discutida y aprobada por el Consejo Científico Municipal, para su aprobación e introducción en el municipio.
- Comprometer a las Direcciones Provinciales y Municipales de todas las instituciones sociales y en especial a las Vicedirecciones de Asistencia Médica y las relacionadas con el Programa de Atención al Adolescentes, la exigencia para que se cumpla a cabalidad todas las tareas.
- Convenir con los medios de difusión masiva para que se le de promoción a la guía.

- Lograr el compromiso de participación en la labor de promoción de esta estrategia por parte de todas las instituciones gubernamentales y no gubernamentales (CDR, FMC, Cultura, Educación, Deporte).

Responsables de la ejecución de la estrategia:

Una vez discutida y aprobada por el Consejo Científico Municipal, la guía deberá ser analizada en los centros de Atención Primaria para su distribución.

Evaluación de la Estrategia.

El impacto de esta estrategia podrá ser medido mediante comprobaciones de conocimientos y más tardíamente con la disminución de la incidencia del Tabaquismo tanto en el área de salud como en el municipio.

Literatura a consultar.

Se propone como bibliografía a consultar toda la utilizada en la presente investigación.

Etapas o momentos para implementar la Estrategia:

A) Por parte de las instituciones y dependencias de salud.

I. Consultorios del Médico de la Familia.

- ❖ Vincular las tareas docentes de los estudiantes de Medicina con la implementación de la Guía, donde se aborden las temáticas y se le brinde promoción a la misma.
- ❖ Garantizar la distribución de las mismas por parte de aquellos consultorios que tengan dentro de su población las escuelas secundarias básicas y pre universitario.

II. Policlínicos Comunitarios.

- ❖ Garantizar la fluidez en la distribución del material.

B) Por parte de Educación.

I. En las escuelas Secundarias Básicas y Pre Universitario.

- ❖ Con la aprobación de las autoridades de educación, insertar espacios en su horario docente donde los estudiantes puedan debatir acerca de la guía con el personal médico destinado para ello.

C) Por parte de otras Instituciones y dependencias del gobierno.

I. Instituto Cubano de Radio y Televisión.

- ❖ En las emisoras de radio y los telecentros municipales se crearán spot que hagan promoción al uso de la guía educativa.
- ❖ Abordar en los espacios existentes para la promoción de salud, la temática de la guía.

Contenido de la Guía.

Sabías Qué:

El consumo de tabaco tiene su iniciación generalmente en la adolescencia.

¿Alguna vez te has detenido a pensar cómo el fumar está afectando tu cuerpo y tu vida?

El tabaco es tan adictivo como la droga pura, ya que se trata de un producto psicoactivo que afecta los procesos químicos del cerebro y del sistema nervioso. Además, tiene reconocidos efectos nocivos sobre el sistema respiratorio, dañando gravemente los bronquios y los pulmones.

La mayoría de los adolescentes saben que las personas que ha fumado por un tiempo pueden enfermarse de cáncer de pulmón y enfisema y eventualmente morir, pero muchos no saben sobre todas las cosas malas que el cigarro les puede causar desde ahora.

Esta guía tiene información sobre lo que el fumar te hace al cuerpo y algunas cosas importantes en las que debes pensar para ayudarte a decidir si debes continuar fumando.

- **A tu edad, eres sensible a experimentar el hábito de fumar, puedes convertirte en un fumador si:**

- ✓ Consumes Tabaco al menos una vez en la vida.



- **¿Por qué es malo para tí el humo del cigarro?**

Todo el mundo sabe que fumar puede causar cáncer cuando seas mayor, ¿pero sabías que desde ahora también tiene malos efectos en tu cuerpo? Un cigarro contiene cerca de 4000 químicos, muchos de ellos venenosos. Algunos de los peores son:

- ❖ **Nicotina:** Un veneno mortal.
- ❖ **Arsénico:** Utilizado en veneno para ratas.
- ❖ **Metanol:** Un componente de la gasolina de los cohetes.
- ❖ **Amonia:** Encontrada en la solución limpiadora de pisos.
- ❖ **Monóxido de Carbono:** Parte de los desechos tóxicos del carro.
- ❖ **Formaldehído:** Utilizado para preservar (conservar en perfectas condiciones) los tejidos del cuerpo

❖ **Butano:** Líquido de los encendedores.

❖ **Cianuro de Hidrógeno:** Veneno utilizado en las cámaras de gas.

Cada vez que inhalas humo de un cigarro, pequeñas cantidades de estos químicos se van hacia la sangre a través de tus pulmones. Ellos viajan a todas las partes de tu cuerpo y te causan daño.

➤ **¡Cuidado! Al consumir el Tabaco tienes riesgo de:**

- ✓ Consumirlo para siempre.
- ✓ Bronquitis Crónicas.
- ✓ Enfisema.
- ✓ Cáncer de pulmón.
- ✓ Muerte.
- ✓ Otras.

➤ **¿Qué le hacen todos estos químicos a tu cuerpo?**

Como debes imaginarte, aún pequeñas cantidades de estos químicos venenosos presentes en los cigarros, te pueden hacer mucho daño. Viajan a todas las partes de tu cuerpo y causan disímiles alteraciones.

A continuación te enlistamos algunos hechos sobre lo que el fumar te hace:

- ❖ Fumar hace que huelas mal, te saca arrugas, mancha tus dientes, y te da mal aliento.
- ❖ Los fumadores tienen 3 veces más caries que los no fumadores.
- ❖ Fumar disminuye tus niveles hormonales.
- ❖ Cuando los fumadores se agarran un resfriado, es más probable que la toz le dure más tiempo que lo que le dure a los no fumadores.
- ❖ Es más probable que padezcan bronquitis y neumonía en comparación con los no fumadores.
- ❖ Los fumadores adolescentes tienen pulmones más pequeños y un corazón más débil que los adolescentes no fumadores. Además se enferman más seguido que los adolescentes que no fuman.

Fumar puede tener efectos muy serios en tu vida. Entre más tiempo fumes, mayor será el daño que hagas a tu cuerpo y a tu salud. La mayoría de las personas que comenzó a fumar en la adolescencia dicen que desean nunca haber empezado. La decisión de empezar o continuar fumando es enteramente tuya y nadie puede impedírtelo, pero debes pensar si en verdad es lo mejor para tu cuerpo y tu vida.