

Original

Intervención educativa para elevar conocimientos sobre los efectos nocivos del tabaquismo

Educational intervention to raise knowledge on the harmful effects of tobacco

M. Sc. Alina Mercedes González Menéndez, Profesor Auxiliar, Universidad de Granma Cuba,
agonzalezmenendez@udg.co.cu

M. Sc. Yoandrys Espinosa Quintana, Instructor, INDER Manzanillo Cuba,
yoandrys.espinosa@nauta.cu

Lic. Ictiandro Figueredo González, Universidad de Granma Cuba, ifigueredog@udg.co.cu

Recibido: 23/05/2018 –Aceptado: 25/06/2018

RESUMEN

La presente investigación propone una estrategia de intervención educativa para elevar conocimientos en adolescentes sobre el nocivo hábito de fumar. Se desarrolla por la vía de la casa de Orientación a la Mujer y la Familia de la Federación de Mujeres Cubanas en Manzanillo. Los principales resultados se concretan en el conocimiento que logran los participantes al recibir las acciones que componen la estrategia para eliminar el mal hábito de fumar en función del cuidado de la salud.

Palabras clave: tabaquismo; estrategia; adolescentes; salud.

ABSTRACT

This research proposes a strategy of educational intervention to raise knowledge in adolescents about the harmful habit of smoking. It is developed through the House of Orientation to Women and the Family of the Federation of Cuban Women in Manzanillo. The main results are specified in the knowledge that the participants obtained by receiving the actions that make up the strategy to eliminate the bad habit of smoking based on health care.

Key words: smoking; strategy; teenagers; health.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa de la vida del ser humano, en la cual se suceden sistemáticos cambios relacionados con las actitudes asumidas por los jóvenes en los aspectos biológicos, psicológicos, fisiológicos y socioculturales, comprendida entre los 10 y 19 años, acorde con los

cambios sexuales, las transformaciones físicas, el momento social en el cual se desarrolla y el equilibrio que se produce entre los diferentes intereses, motivaciones, objetivos y aspiraciones de ese grupo poblacional, en el espacio social y el escenario cultural donde transcurren los años más importantes de su desarrollo humano.

Entre los principales trastornos de salud en el adolescente, se citan los relacionados con la adaptación psicosocial entre los que se encuentra el hábito de fumar. Las investigaciones en el mundo normalmente demuestran que el uso del tabaco comienza en la adolescencia temprana, situación que provoca un aumento de problemas de salud futuros, además se detectan complicaciones en niños y jóvenes que fuman con trastornos de conducta (agresividad y timidez), interpretadas además, como riesgo sobre todo, para el consumo ulterior de otras sustancias.

El tabaco es como un veneno, siempre peligroso y cualquier cantidad es dañina. El tabaquismo es causa de sufrimientos y pérdidas inmensurables. Los fumadores tienen una tasa de mortalidad global del 70% mayor que los no fumadores. La mitad de las personas que fuman cigarrillos mueren por esa causa. Existe una clara relación entre el tabaco y el aumento de la mortalidad mediada por la edad de comienzo, tipo de humo, número de cigarrillos, años de consumo, y exposición profesional de la inhalación e intensidad.

Se conoce que el tabaco y el alcohol son las sustancias más consumidas por los adolescentes, lo que preocupa a instituciones sanitarias y educacionales. Son consideradas drogas porteras para el consumo de otros tóxicos.

Motivados por la elevada incidencia en la actualidad de las enfermedades que causa el nocivo hábito de fumar, encontrada en los datos estadísticos antes expuestos, se propone la estrategia de intervención educativa para contribuir a elevar conocimientos sobre los efectos nocivos del tabaquismo y el comportamiento actual de esa entidad en el grupo etario. Es punto de partida para poder prevenir sus complicaciones y consecuencias.

Los ministerios de Salud y Educación trabajan de forma conjunta y armónica para aplicar y perfeccionar su metodología, en aras de educar a los niños, adolescentes y jóvenes, creando estilos de vida menos riesgosos para ellos; y para que sean capaces también, con su incalculable acción multiplicadora, de modificar y crear estilos de vida más saludables en el personal docente, en la familia y en la comunidad.

La estrategia forma parte del trabajo que realiza la Federación de Mujeres Cubanas (FMC) por la vía de la Casa de Orientación a la Mujer y la Familia, las acciones que la componen son

desarrolladas en comunidades de Manzanillo, principalmente, aquellas con mayor vulnerabilidad.

La experiencia de los autores en trabajos de investigación realizados con este fin, la aplicación de diagnósticos, de intercambios con padres, dirigentes juveniles y líderes comunitarios, permitieron determinar como objetivo fundamental: la implementación de una estrategia de intervención educativa para elevar conocimientos sobre los efectos nocivos del tabaquismo en adolescentes.

Su actualidad es evidente desde el punto de vista social, pues contribuye al proceso de transformación de actitudes nocivas para la salud del grupo etario, además de insertarse en las prioridades de trabajo comunitario y para la salud.

Dicha problemática se encuentra vigente en el banco de problemas de la Dirección Municipal de Salud y la Casa de Orientación a la Mujer y la familia de la FMC en Manzanillo.

En el desarrollo de la investigación se aplican métodos y técnicas que permiten interpretar y dar cumplimiento al objetivo trazado. Teóricos: analítico -sintético e inductivo -deductivo, el histórico lógico y el sistémico–estructural–funcional. Empíricos: observación científica, la encuesta, la entrevista, el pre–experimento y como procedimiento estadístico el cálculo porcentual.

Población y Muestra

A partir del diagnóstico aplicado a 56 adolescentes de ambos sexos pertenecientes a la circunscripción 96 del Consejo Popular 4 Celia Sánchez Manduley de Manzanillo, se comprueba que todos fuman, la mayoría desde edades tempranas como los 10 años, padecen enfermedades crónicas como el asma bronquial y otras recurrentes como catarro común, amigdalitis, otitis, faringitis y casos precisos de neumonía. Manifiestan estados de ansiedad, depresión y agresividad por la influencia del hábito. Tienen bajo nivel de conocimiento sobre los efectos nocivos del tabaquismo para la salud.

Análisis de los resultados

Los adolescentes son considerados como un grupo susceptible de elegir conductas y estilos de vida poco saludables que los conlleven a tener algún tipo de hábito nocivo. La información y el fomento de las habilidades personales incrementan las opciones de la población en la toma de decisiones sobre su salud.

Según informes de la Organización Mundial de la Salud, se calcula que unos doscientos millones de jóvenes que ahora cuentan con menos de veinte años morirán por causa del tabaco en años venideros y que las muertes por cáncer de pulmón ascenderán hasta los dos millones en todo el

mundo, cuando los jóvenes fumadores alcancen la mediana o la tercera edad, ocurrirán millones de muertes anuales atribuibles al cigarrillo.

El tabaquismo genera en el adolescente fumador dos tipos de dependencia: psicológica y fisiológica. La primera de ellas hace referencia a la costumbre que tiene la persona fumadora de fumar. La segunda está provocada por las diferentes sustancias adictivas que contiene el tabaco, entre las que se encuentra la nicotina, usada por los fabricantes con el fin de aumentar los efectos adictivos del tabaco.

Es vital atender a un adolescente con adicciones, conocer a profundidad las características de esa etapa de la vida, pues es un período de crecimiento y desarrollo donde la relación con la búsqueda del contacto íntimo con el otro es la actividad rectora, y esa característica, a su vez, hace que los grupos de adolescentes sean propensos 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.

Es decir, es la etapa de la vida del ser humano más susceptible para desarrollar una drogadicción, en la cual se suceden sistemáticos cambios en el aspecto bio-psicosocial.

Aparece también como un posible factor causal del surgimiento precoz del hábito de fumar, la baja autoestima, y el estar expuesto desde estadios iniciales de la vida a modelos fumadores, constituye el primer factor influyente, más aún si son modelos valorados positivamente por el adolescente, y sobre todo si son modelos que no solo consienten, sino que estimulan la adicción, aunque sea indirectamente, tales como: padres y madres que fuman, héroes y heroínas de los medios de comunicación (cine, TV), los cuales incentivan conductas imitativas que los hacen presa fácil de esa adicción; resulta difícil descalificar o impedir conductas indeseadas cuando son asumidas abiertamente por personas queridas y significativas.

La prevención de salud con acciones específicas se realiza para escindir la aparición de alteraciones de salud o complicaciones de dichas alteraciones. Se trata de identificar el factor de riesgo presente en un individuo o comunidad antes de que se produzca el acontecimiento que predice. Distintas estrategias han sido implementadas por profesionales del país para prevenir los efectos nocivos del tabaquismo, muchas de ellas han obtenido positivos resultados otras no tanto, lo cierto es que los programas educativos y sus diversos contenidos temáticos son una de las principales armas para preparar a los adolescentes ante ese mal.

Es fundamental que la prevención de esos malos hábitos se inicie en las etapas anteriores a la adolescencia. La promoción de salud o promoción primordial, debe iniciarse con los

preescolares y escolares, después es mucho más difícil que las campañas sean exitosas, aunque por supuesto, deben hacerse.

La estrategia de intervención educativa implementada se concibe y diseña para que tenga lugar fundamentalmente, en el espacio de la comunidad donde viven los adolescentes, se adentra en el mundo de las vivencias de los participantes mediante un ambiente de colaboración, adopta formas organizativas diversas y flexibles de participación de los adolescentes, la familia y la comunidad, permitiendo el trabajo individual o grupal. La participación sistemática de cada participante y los cambios en el conocimiento sobre el tema que se trata es el instrumento medidor de la misma.

La caracterización de la muestra se corresponde con la tendencia internacional, nacional y territorial, ya que cada vez aumenta más el hábito de fumar en edades tempranas. Con respecto al sexo, históricamente la población masculina presenta una prevalencia mundial alta. La prevalencia de tabaquismo encontrada en los adolescentes justifica realizar acciones para identificar y promover factores protectores que contribuyan a la desestimulación de la práctica de hábitos tóxicos.

Con el título: Mi vida libre de adicciones y el objetivo de realizar una orientación educativa a los adolescentes para elevar sus conocimientos sobre los efectos nocivos del tabaquismo, se imparten temas relacionados en la estrategia como: Efectos nocivos del tabaquismo, Síntomas de abstinencia y los incitantes del tabaco, Para vencer la adicción y las ansias de nicotina, Para superar la ira, la frustración y la irritabilidad, Para superar la ansiedad y la depresión y se le presentaron Terapias y métodos alternativos para ayudar a la persona a dejar de fumar.

Los facilitadores tienen como recursos para su implementación la capacitación atendida por los autores para el desarrollo de cada una de las acciones, el local dispuesto y la asistencia del equipo de salud de la comunidad. Las acciones se aplican a través de talleres, charlas educativas, técnicas participativas, Lluvia de ideas, conversatorios y actividades prácticas. Se utilizan medios como maquetas, mapas, fotos, láminas, pizarra, tizas, videos y computadoras. La duración es de seis meses.

Los espacios de debate se emplean eficientemente manteniendo un intercambio constante con los participantes, además de contar con plazas de información y retroalimentación que potencian respuestas oportunas a las necesidades de la comunidad y el compromiso en la solución de sus problemas.

Como modificación situacional de los participantes en las acciones de la estrategia de intervención educativa se logra que los adolescentes se trasformen de consultores pasivos a consultores

activos, de participante que ignora los riesgos del nocivo hábito de fumar, a quien conoce y defiende su salud, de participantes que esperan ayuda a otros que emprenden proyectos para la resolución de sus problemas y de familias que participan en redes de apoyo para disminuir, o prevenir problemas tales como el alcoholismo, la drogadicción y delincuencia de sus hijos.

En la etapa de implementación práctica se exponen los resultados comparados de la evaluación de un primer momento y evaluación final, permitiendo realizar los ajustes finales de la estrategia. El proceso de aplicación permite comprobar la efectividad y beneficios de la misma y valorar, a partir de una posición cuantitativa y cualitativa, su efecto en la preparación y capacitación de los adolescentes sobre el nocivo hábito de fumar, así como en la rehabilitación y el mejoramiento de su estado de salud.

Durante la implementación de las acciones que componen la estrategia se logra que los adolescentes profundicen en los efectos perjudiciales del tabaquismo desde el punto de vista social, las afectaciones a la salud, especialmente en el padecimiento de diferentes enfermedades. Se logra que el 95% de los adolescentes abandone el mal hábito de fumar, que disminuya la aparición del catarro común como enfermedad de mayor incidencia y mejoren los estados de ansiedad y agresividad que padecen.

CONCLUSIONES

1. Se determina en la investigación que el hábito de fumar constituye un problema de salud de alta prevalencia en adolescentes.
2. Las acciones propuestas en la estrategia se convierten en un elemento importante para los adolescentes pues en ella se recogen una serie de actividades que de forma flexible y en correspondencia con las necesidades y el contexto comunitario, permiten elevar el conocimiento sobre el nocivo hábito de fumar.
3. El estudio contribuye a que los adolescentes abandonen la práctica de fumar y eleven sus conocimientos sobre las consecuencias para la salud del nocivo hábito.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez Valdés N. (2007). Hábito de fumar en la adolescencia al nivel comunitario. Rev Cubana Med Gen Integral 23 (3):23-56.
2. Armas, N y otros. (2003). Caracterización y diseño de los resultados científicos como aportes de la investigación educativa. Curso 85. ISP Félix Varela Villa Clara: Evento Internacional de Pedagogía.

3. Bolzán A, Peleteiro R. (2013). Tabaquismo durante la adolescencia temprana. Estudio en escolares argentinos. *J Pediatr*; 79(5):461-6.
4. Cuba. Ministerio de Salud Pública. Instituto Nacional de Higiene y Epidemiología. (2014). Encuesta nacional de factores de riesgo. La Habana: INHEM.
5. Domínguez García, Laura. (2003). *Psicología del desarrollo: adolescencia y juventud*. La Habana: Editorial Félix Varela.
6. González Hidalgo J. (2012). Hábito de fumar en la adolescencia. *Revista cubana de Medicina General Integral*; 28 (3): 23-27.
7. Martínez Leiva Aurora. (2012). El imperio del humo esfuma millones de vidas. *MEDICIEGO*; 18(4):45-78.
8. Menéndez del Dago Hermenegildo. (1998). *La Adolescencia, sus conflictos. Un reto al médico de familia*. La Habana: Editorial Científico Técnica.
9. Ministerio de Salud Pública. (2015). El derecho a respirar aire puro. *Periódico Granma*. La Habana) 30 de mayo.
10. Miralles Gardenia. (2014). Los números dicen de tabaquismo. *Infomed. Salud Vida*.
11. Neiza Álvarez Valdés. Hábito de fumar en la adolescencia al nivel comunitario. *Revista cubana de Medicina General Integral* 2007; 23(3): 11-16. Versión On-line ISSN 1561-3038.
12. Oliva Correa Elisabet. (2010). Prevalencia del hábito de fumar en estudiantes de profesiones de la salud. Matanzas. 2008-2009. *Revista Médica Electrónica*; 32(6):23-45.
13. Peláez M. *Adolescencia y juventud*. (2003). Desafíos actuales. La Habana: Editorial Científico Técnica.