

2010

UPNFM

M.Sc. Carla Leticia Paz



[Factores Protectores ante el consumo de tabaco en estudiantes universitarios: Una Propuesta Regional de Atención]

**Factores protectores frente al consumo de tabaco en estudiantes universitarios:
Una propuesta regional de Atención**

El fenómeno del consumo de las drogas lícitas e ilícitas, es una problemática a nivel mundial. Los efectos sobre la salud y la calidad de vida son desastrosos, no sólo para el individuo que las consume, sino para la sociedad, la familia, la comunidad. Por tal razón los Estados del mundo aúnan esfuerzos, encaminados a prevenir e intervenir en esta situación, que atañe a todos y todas.

Es necesario enfatizar que el fenómeno de las drogas, puede visualizarse desde el ámbito de la intervención, desde la prevención y de la promoción de la salud, este último presupone, un proceso más amplio y continuo, del cual son participantes la prevención, la educación y, los diferentes sectores de la sociedad en la creación de estrategias efectivas de educación para la salud (OMS, carta de Ottawa; 1986; Gentiles, 1999)(1). Por lo tanto, la promoción ultrapasa el deseo o deliberación individual, constituyendo una actividad colectiva. Según la Carta de Ottawa, promoción de salud consiste en un proceso cuya finalidad es capacitar a la población para a ejercer y ampliar el control sobre su salud, estando pues, relacionada al bienestar individual y colectivo.(Villar, M. 2008).(2)

Como señala el Instituto Nacional de Abuso y Drogas, NIDA 2,003(3) hay muchos factores que pueden aumentar el riesgo de una persona para el abuso de drogas. Los *factores de riesgo* pueden aumentar las posibilidades de que una persona abuse de las drogas mientras que los *factores de protección* pueden disminuir este riesgo. Es importante notar, sin embargo, que la mayoría de las personas que tienen un riesgo para el abuso de las drogas no comienzan a usarlas ni se hacen adictos. Además, lo que constituye un factor de riesgo para una persona, puede no serlo para otra.

Los factores de riesgo y de protección pueden afectar a un ser humano, durante diferentes etapas de sus vidas. En cada etapa, ocurren riesgos que se pueden cambiar a través de una intervención preventiva. Se pueden cambiar o prevenir los riesgos, de la juventud, tales como una conducta agresiva, la presión de pares, las privaciones económicas con intervenciones familiares, escolares, y comunitarias dirigidas a ayudar a que los jóvenes desarrollen conductas positivas apropiadas. Si

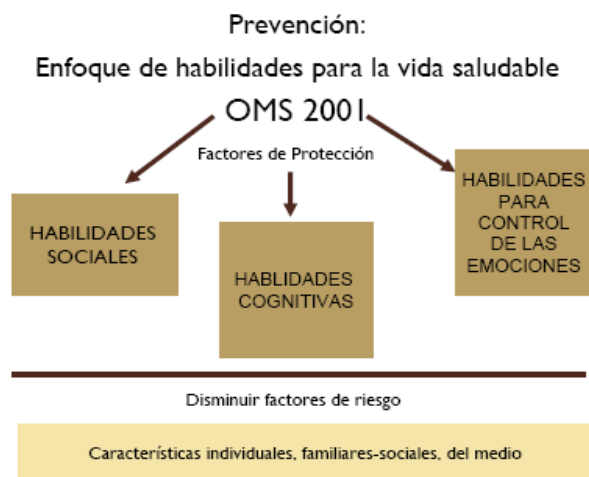
no son tratados, los comportamientos negativos pueden llevar a riesgos adicionales, tales como el fracaso académico y dificultades sociales, que aumentan el riesgo de los jóvenes para el abuso de drogas.

Los programas de promoción de la salud, basados en la investigación se enfocan en una intervención temprana para fortalecer los factores de protección antes de que se desarrollen los problemas de conducta.(3)

Los factores de riesgo pueden influenciar el abuso de drogas de varias maneras. Mientras más son los riesgos a los que está expuesto un joven, mayor es la probabilidad de que se abuse de las drogas. Algunos de los factores de riesgo pueden ser más poderosos que otros durante ciertas etapas del desarrollo, como la presión de los compañeros durante los años de la adolescencia; al igual que algunos factores de protección, como un fuerte vínculo entre padres e hijos, pueden tener un impacto mayor en reducir los riesgos durante la juventud.

De igual manera la OMS, desde el año 2001, promueve el enfoque de habilidades para una vida saludable, como un factor protector para los niños, niñas y jóvenes. Las mismas se adquieren en la Familia, Comunidad y en las Instituciones Educativas, estas habilidades, contribuyen a fortalecer al individuo y le permiten una vida saludable.(4)

Esquema 1: Enfoque de Habilidades para la vida saludable



- Habilidades sociales o interpersonales, incluyendo comunicación, habilidades para negociación/rechazo, confianza, cooperación y empatía.

- Habilidades cognitivas, incluyendo solución de problemas, comprensión de consecuencias, toma de decisiones, pensamiento crítico y autoevaluación.
- Habilidades para el control de emociones, incluyendo el estrés, los sentimientos, el control y el monitoreo personal. (OMS, 2001).(4)

Todo este contexto a nivel internacional, nos lleva a plantearnos la necesidad de desarrollar estrategias de prevención, fortaleciendo las habilidades para la vida como una propuesta para el desarrollo de factores protectores. Para que esta respuesta sea pertinente será importante el desarrollo de una línea de investigación que se implemente a nivel de la región centroamericana.

Es precisamente como parte de esta iniciativa que surge esta investigación:

1. PROPÓSITOS DEL ESTUDIO

- Explorar el uso que efectúan los estudiantes de primer ingreso de la Universidad Pedagógica Nacional “Francisco Morazán” de las competencias sociales, cognitivas y emocionales, tomando en consideración el enfoque de las Habilidades para la Vida que propone la Organización Mundial de la Salud.
- Describir los factores de riesgo asociados al consumo de tabaco en las dimensiones de las características individuales, familiares/sociales y del medio de los estudiantes de primer ingreso.
- Proponer alternativas de trabajo en el ámbito de la prevención del consumo de tabaco para la región centroamericana, específicamente para las universidades miembros del CSUCA.

2. METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

2.1 Naturaleza de la investigación

Este estudio se ha desarrollado desde la perspectiva del enfoque cuantitativo, el cual hace uso de la medición para explicar el objeto en investigación.

Se ha empleado un diseño no experimental, puesto que no se ha efectuado manipulación de las variables. En cuanto a la modalidad de investigación, esta pertenece a la de corte transversal, pues se efectuó una sola medición. El alcance de la misma toma elementos exploratorios y descriptivos.

2.2 Universo del estudio

La investigación se desarrolló en la Universidad Pedagógica Nacional “Francisco Morazán”, en la sede de Tegucigalpa y únicamente con estudiantes de la modalidad presencial.

La población de esta investigación está constituida por los 600 estudiantes de primer ingreso, se seleccionó una muestra de 213 estudiantes, equivalente a más del 30% de la población, el método de muestreo utilizado es el no probabilístico, puesto que no se ha hecho uso de métodos estadísticos, para la selección de los participantes..

En cuanto al método de selección de los participantes, se utilizó el muestreo por juicio, en el cual se han tomado como criterios los siguientes:

- Ingreso durante el III período 2008.
- No consumidores de tabaco.
- Edad comprendida entre los 17 a 25 años de edad.
- Ambos sexos
- Pertenecientes a ambas facultades de la universidad.

Tomando en cuenta estos criterios de selección se logró la aplicación del cuestionario a 213 estudiantes.

2.3 Técnicas de Recogida de Datos

Para el desarrollo de esta investigación se ha hecho uso del método de la encuesta, en la modalidad de cuestionario, el mismo se elaboró tomando en cuenta los dos

grandes elementos de esta investigación: las Habilidades para la vida, bajo el modelo propuesto por la OMS y factores de riesgo frente al consumo de tabaco.

Para la construcción del apartado sobre factores de riesgo asociados al consumo de tabaco, se emplearon los ítemes sobre este aspecto de la Encuesta Mundial sobre Tabaquismo en Jóvenes (EMTA-JOVEN).

2.4 Análisis de Datos

Posterior al trabajo de campo, se elaboró una base de datos en el programa SPSS 11.5. Los datos fueron ingresados y con la información digitalizada se analizaron los datos de manera descriptiva, empleando únicamente distribución de frecuencias y porcentajes.

3. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

El tabaquismo es el principal factor de riesgo asociado con mortalidad prevenible en el mundo. Se estima que es responsable de 4,9 millones de muertes al año, y se predice que la carga atribuida a su consumo se duplicará para el 2020 si no se instauran medidas que permitan controlarlo (5).

En este estudio, se ha buscado la identificación de los posibles factores de riesgo, que puedan influir para que los jóvenes universitarios de primer ingreso de la Universidad Pedagógica Nacional “Francisco Morazán” inicien el consumo de tabaco, a través del cigarrillo.

Puesto que la prevención es posible, el objetivo primordial de esta investigación ha radicado en explorar y describir cual es el uso que los estudiantes participantes de la muestra, hacen de sus habilidades personales, basados en el enfoque que propone la Organización Mundial de la Salud, apostando a que el fortalecimiento de estas competencias personales puedan coadyuvar a los y las jóvenes a contar con una vida saludable.

Antes de iniciar con esta discusión es necesario enfatizar que este estudio es de carácter exploratorio, descriptivo, por lo tanto no es posible efectuar la

generalización de estos resultados para otro tipo de poblaciones en similares condiciones, de igual manera también presenta la limitante, en cuanto a la opinión de los jóvenes pues esta pudo estar influenciada por temor a contestar con la verdad, sobre todo en el aspecto de los factores de riesgo.

Hay que recordar que el primer bloque de habilidades está constituido por una gama de competencias sociales, Botvin y colaboradores(1998) explican que en el campo del abuso de sustancias, los programas de prevención se han enfocado en el entrenamiento asertivo y en las estrategias de comunicación para el rechazo y la negociación, combinado con habilidades para la solución de problemas, y la toma de decisiones y las técnicas de relajación(6). Teniendo en consideración estos aspectos, en esta investigación se tomó este grupo de habilidades sociales, encontrando que los estudiantes participantes del estudio, hacen un uso elevado de la escucha activa, sin embargo la capacidad de expresarse con seguridad ante los demás disminuye, siendo así que el 19.7% raramente o nunca hace empleo de esta habilidad.

Si bien es cierto la mayoría se siente seguro en los momentos de diálogo, una parcela significativa de estudiantes requiere fortalecer este aspecto.

Negociar y rechazar, se constituye un elemento básico, para resistir frente a una propuesta negativa, el estudio refleja que un alto porcentaje de los estudiantes son eficaces hacer uso de esta competencia, sin embargo llama la atención el hecho de los estudiantes son más susceptibles a modificar sus principios y valores si existe una fuerte presión.

Cabe destacar que la población de estudiantes participantes en esta investigación pertenecen al grupo de primer ingreso, y que estos se encuentran viviendo una etapa de transición en sus vidas, pues han dejado la Escuela, para enfrentarse a los cambios de la vida Universitaria, llena de autonomía, de presiones académicas y ante el desafío de establecer relaciones sociales. Aunado a ello muchos se convierten en estudiantes trabajadores, y deben aprender a manejar las responsabilidades del mundo laboral y de la academia, por lo tanto es necesario que nuestra Universidad, brinde espacios y momentos para que los jóvenes puedan sentirse seguros al expresar sus sentimientos, sus vivencias, y de esta manera contribuir en el fortalecimiento de estas competencias sociales.

Otra de las dimensiones, que componen las habilidades sociales es la asertividad, la persona asertiva es aquella capaz de asumir una postura positiva en la vida, es aquella que conoce y custodia sus derechos y los derechos de los demás, está capacitada para aclarar los malos entendidos y conoce sus capacidades y limitaciones.

En la descripción de resultados fue posible identificar que los estudiantes manifiestan altos niveles en la aplicación de aspectos como defender sus derechos, y seguridad en los valores y principios que rigen su vida. Sin embargo en la facilidad de aclarar malos entendidos, el 63% declara que raramente o nunca es capaz de aplicar esta habilidad, nuevamente puede aparecer el riesgo de que los estudiantes pueden sufrir situaciones de estrés que los animen a buscar salidas de escape.

En cuanto a las relaciones interpersonales, es posible valorar que un alto porcentaje de los estudiantes se siente en la capacidad de establecer nuevas amistades rápidamente, de igual manera muchos visualizan fuentes de apoyo en su grupo de pares y se sienten capaces de influir positivamente entre ellos.

Continuando con esta discusión, encontramos el segundo bloque de las HPV, estas corresponden al área cognitiva, tomando para esta investigación únicamente dos competencias: el pensamiento crítico y la solución de problemas.

Shure y Healey explican que los jóvenes necesitan “aprender cómo pensar, y no solamente qué pensar en forma temprana”(7). En investigaciones sobre la prevención esa idea es aplicada a las habilidades que ayudan a los jóvenes a resistir la influencia de sus pares y de los medios de comunicación, aprendiendo cómo pensar en forma crítica acerca de los mensajes que reciben sus pares y de los medios de comunicación (Botvin y cols., 1998)(8) . En relación a ello, los estudiantes se caracterizan con uso bajo de la competencia en cuanto al análisis de los mensajes de los medios de comunicación, de las telenovelas, de la música, esta situación se incrementa cuando en la identificación de los factores de riesgo el 96% de los jóvenes indica que los medios de comunicación muestran patrones de consumo de tabaco, y que estos podrían ser una influencia para iniciarse en esta práctica.

La “solución de problemas” se identifica como un curso de acción que cierra la brecha entre la situación actual y una situación futura deseable. Este proceso requiere que quien toma la decisión sea capaz de identificar diferentes cursos de acción o solución a un problema, y determinar cuál es la mejor alternativa de solución (Beyth-Marom y cols., 1989)(9). Los jóvenes y las jóvenes de primer ingreso que formaron parte de la muestra, manifiestan emplear siempre o frecuentemente estas habilidades, logrando identificar el problema, analizarlo antes de tomar la decisión y buscar las fuentes de apoyo para resolverlo, estas competencias permiten la reducción del estrés y la ansiedad, facilitan el manejo de la vida y fortalecen los vínculos sociales, la practica de estas habilidades otorga una cierta protección frente a los posibles riesgos que rodean a los estudiantes.

El tercer grupo de habilidades pertenece al control de emociones, la Organización Mundial de la salud(2001) explica que la mayor parte de la investigación en esta área se enfoca específicamente en la reducción de la ira y el control de conflictos, referido a estos aspectos encontramos resultados muy positivos en los estudiantes que componen la muestra de este estudio, ya que manifiestan hacer uso del dominio de sus emociones para resolver sus dificultades y las que se generan en la convivencia con el otro.

Otro aspecto crucial del control de las emociones, está relacionado con la autoevaluación o la capacidad de reflexionar sobre el valor de las propias acciones y las cualidades de uno mismo y con los demás, y también con la expectativa o el grado al que uno espera que sus esfuerzos den forma a la vida y determinen los resultados. Las personas que creen que son causalmente importantes en sus propias vidas tienen una tendencia a “participar en conductas más proactivas, más constructivas y saludables, las cuales se relacionan con resultados positivos.” Mediante la investigación sobre este tópico se han establecido elementos correlativos entre este tipo de pensamiento y conductas tales como dejar de fumar, el uso de anticonceptivos entre las mujeres y los logros académicos (Tyler, 1991)(10). En el caso de los estudiantes encontramos que más de la mitad es capaz de experimentar seguridad en sí mismo, valorándose como seres humanos valiosos, con metas claras para su vida y para el trabajo. Es necesario recalcar que una parcela aproximadamente del 15% de los jóvenes y las jóvenes, indican jamás o muy pocas veces valorarse positivamente, por lo tanto no tienen claras sus metas

personales y profesionales, siendo este un punto a considerar en el marco del desarrollo del proyecto OEA-CICAD, que impulsa la carrera de Orientación Educativa, en materia de prevención.

Explorar y caracterizar estas habilidades que pueden contribuir a la construcción de una vida saludable, nos acerca a la realidad de nuestros estudiantes de primer ingreso, este primer acercamiento puede orientar una línea de trabajo de investigación en la institución, considerando el fuerte compromiso que tenemos como formadores de formadores.

De igual forma nuestra universidad está apostando por un nuevo modelo curricular, en el cual la formación de la persona, se constituye en un elemento básico de todo el proceso educativo.

De la mano de este objetivo de exploración de las Habilidades para la vida también se ha considerado conocer sobre algunos posibles factores de riesgo asociados al consumo de tabaco, en relación a este aspecto encontramos que en el ámbito de las características individuales, casi el 100% de los estudiantes indicó tener conocimientos sobre los efectos dañinos del tabaco.

Llama la atención que a pesar de ello el 33% de los encuestados han considerado en algún momento la probabilidad de iniciarse en la práctica de fumar, de este porcentaje el 18% ha manifestado que absolutamente sí consumirá tabaco en los próximos doce meses. Aunque este estudio carezca de la posibilidad de generalizar estos resultados para el universo total de los estudiantes de primer ingreso, si se genera la necesidad de profundizar en esta materia, pensando también que la institución ha sido declarada libre de tabaco, por el Instituto Hondureño para la prevención del Alcoholismo y la Fármaco Dependencia.

Continuando con la exploración de las creencias de los estudiantes sobre el uso del cigarrillo, casi el 30% opina que iniciado el consumo, no es difícil dejar de fumar, considerando que esta percepción podría generar un riesgo, es vital informar a los jóvenes sobre lo adictiva que puede ser la nicotina.

Otra de las dimensiones a considerar se relaciona con las características familiares y sociales, sobre este tema la OMS señala que alrededor de la mitad de los adolescentes que fuman tienen padres fumadores e indica además que para los hijos de padres fumadores aumenta casi tres veces la probabilidad de fumar (11). Un

estudio realizado en Costa Rica reveló que si ambos padres fuman, sus hijos tienen más probabilidades de hacerlo también (11). En relación a nuestra investigación encontramos que el 10.3% de los jóvenes tiene un padre fumador, y el 2.4% una madre consumidora de tabaco, lo que se constituye un posible factor de riesgo para los estudiantes que componen esta muestra.

Otros estudios señalan que los jóvenes que fuman tienen una gran influencia sobre sus hermanos(as). En un examen de la literatura especializada, estudios realizados desde 1980 indican que si un joven fuma es casi seguro que sus hermanos y hermanas menores comenzarán a hacerlo también (11). En el caso de los estudiantes de primer ingreso, casi el 10% reporta tener un hermano o hermana que consume tabaco, y el 17.3% señala que otros miembros de la familia son consumidores, por lo tanto encontramos que casi el 40% de los estudiantes tiene un familiar que fuma cigarrillos.

Otro aspecto a considerar en esta dimensión está vinculado a las relaciones interpersonales con amigos o amigas que consumen cigarrillo, en el caso de los estudiantes de primer ingreso el 60% tienen amistades consumidoras, de este porcentaje el 14% reporta que todos sus amigos son fumadores.

Un estudio realizado en Canadá reveló que los fumadores tenían más probabilidades de tener amigos fumadores que los no fumadores. Otro estudio realizado en el mismo país entre estudiantes de octavo grado, observó que los grupos de compañeros tienen una importancia fundamental en la adopción del hábito de fumar entre adolescentes jóvenes, en particular entre las muchachas. Cerca del 80 por ciento de los adolescentes que fuman, hombres o mujeres, dijeron tener por lo menos un amigo cercano que fuma. Un estudio de alumnos de décimo grado reveló que 31% de las mujeres, en comparación con 17% de los varones, daban como justificación para empezar a fumar, las normas sociales.

Además, 15% de las muchachas y 9% de los muchachos señalaron que la presión social los había inducido a fumar (12).

Estas investigaciones reflejan el riesgo que pueden tener los jóvenes que tienen amigos fumadores, con esta situación queremos simple y sencillamente, señalar la importancia que tiene en los jóvenes el fortalecimiento de habilidades sociales como la negociación y el rechazo, el manejo de las emociones, y la autoevaluación, ya que podrían jugar un papel de protección importante en este sentido.

Finalmente analizaremos la dimensión sobre las características del medio, específicamente del aspecto de los medios de comunicación social, anteriormente en la discusión, mencionamos algunos de estos posibles riesgos y expresamos los resultados que sobre este aspecto mencionan los jóvenes, se quiere entonces destacar el papel tan importante de la publicidad en promover el consumo de cigarro entre jóvenes. En general, la propaganda de cigarrillos muestra gente joven, al aire libre, divirtiéndose. El mensaje es usualmente: “sé libre”, “sé diferente”, “vive tu vida”, algo con lo que los adolescentes se sienten identificados. La propia industria tabacalera reconoce la importancia de la publicidad (15), por tal razón y tomando en consideración lo manifestado por los jóvenes en esta investigación, es necesario considerar medidas que puedan favorecer el pensamiento crítico de los mensajes que se reciben de los medios de comunicación sobre todo cuando en un estudio se reporta que Jamaica, **Honduras**, Belice, República Dominicana, Guatemala, México, Panamá y Uruguay permiten todas las formas de publicidad sobre el tabaco (televisión, radio y material impreso) (15), y no existe una censura al respecto.

Todo lo anterior permite construir un pequeño esbozo sobre los posibles factores de riesgo que rodean a los estudiantes participantes de este estudio.

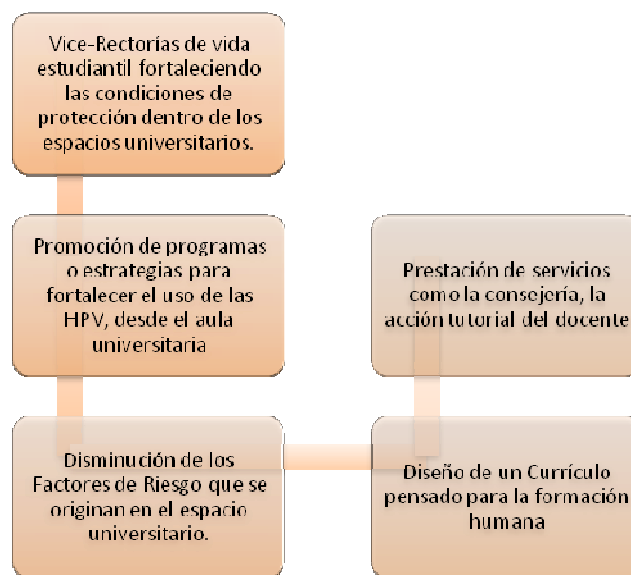
Por tal razón se reitera, la necesidad de construir una línea de investigación más profunda, misma que permita tomar decisiones, favorecedoras de una vida más saludable para nuestro estudiantado.

Si bien es cierto el Enfoque de Habilidades para la Vida que impulsa la OMS, está orientado a los niños y los adolescentes. Los jóvenes requieren de la creación de experiencias que les permitan favorecer sus competencias sociales, cognitivas y emocionales, por lo tanto siendo una Universidad formadores de profesionales con un alto sentido humanitario, en los cuales se depositará la formación de los niños de todas las edades, de los pre-adolescentes y adolescentes, es vital tomar decisiones en esta materia, puesto que teóricamente se ha fundamentado, los grandes riesgos que tiene para la salud el tabaco, una droga lícita socialmente aceptada, pero que causa miles de muertes cada año.

5. Propuesta Regional para la Prevención de consumo desde el Enfoque de Habilidades para la vida.

Las universidades miembros del CSUCA, han asumido el compromiso de formar a sus futuros egresados con un alto sentido humanista, asumiendo una formación integral. Prevenir y Atender las necesidades de los estudiantes es una prioridad, para los Vicerrectorados de vida estudiantil y a partir de esta entidad, y desde los resultados preliminares de este estudio se proponen las siguientes estrategias de atención:

Propuesta de Líneas Estratégicas de Prevención



Uno de los elementos importantes consiste en convertir el espacio universitario en una entidad que ofrezca factores de protección, esto se traduce en apoyar el deporte, programas de manejo del ocio y tiempo libre, la declaración de espacios libres de tabaco en el establecimiento universitario, entre otros.

De igual manera será importante la formación y desarrollo de las habilidades para la vida, esto sólo es posible a través de del diseño y desarrollo de un currículo universitario pensado para la formación humana. En esta estrategia juega un papel importante el docente universitario, pues deberá proponer desde su espacio áulico las experiencias que permitan a los estudiantes poner a prueba y en desarrollo habilidades como la asertividad, la negociación, la resolución de conflictos entre otras.

De forma paralela será importante también la disminución de los factores de riesgo que pueden gestarse en la Universidad, para ello será necesario que cada universidad valore su entorno e identifique posibles riesgos para el estudiantado.

Finalmente es de vital importancia el fortalecimiento de la acción tutorial y la consejería para aquellos estudiantes que están en riesgo de consumir tabaco o que bien ya se encuentran consumiendo. Pues una Universidad libre de tabaco propicia la calidad de vida de todos y todas los miembros de la comunidad.

REFERENCIAS

- (1) OPS,(2001). Enfoque de Habilidades para la Vida para un desarrollo Saludable de los niños y adolescentes. ASDI.
- (2) Villar, M. (2008) la promoción de la salud y la prevención de las adicciones a nivel del individuo, familia y comunidad. Especialización en línea sobre el fenómeno de las drogas, EER-CICAD
- (3) National Institute of Abuse Drugs www.drugabuse.gov Enseñanzas de las investigaciones en Prevención. Consultado en Noviembre 2008
- (4) Mangrulkar, L., Vince,C., Posner, M(2001). Enfoque de habilidades para la vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. OPS, Washington D.C. U.S.A.
- (5) Serie de Reportes en Investigación, NIDA(2007) NIH Publicación Número 07-4342(S)
- (6) Botvin, G.J.; Eng, A.; y Williams, C.L. (1980). "Preventing the Onset of Cigarette Smoking through Life Skills Training." *Preventative Medicine*. 9, 135-143.
- (7). Shure y Healey (1993). *Interpersonal Problem Solving and Prevention in Urban School Children*. Presentado en la convención anual de la American Psychological Association, Toronto.

(8). Tyler, F. y cols. (1991). "The Ecology and Psychosocial Competence." In: Ethnic Validity, Ecology and Psychotherapy: A Psychosocial Competence Model. Nueva York: Plenum Press.

(9) Skinner WF, Massey JL, Krohn MD & Lauer RM. Social influences and constraints on the initiation and cessation of adolescent tobacco use. *Journal of Behavioral Medicine* 1985;8(4):353-76.

(10) Valdés, N. y Sancéz, S.(1999). El tabaco y las adolescentes: Tendencias Actuales. PAHO.USA. Consultado en Noviembre 2008