

Policlínico Docente Comunitario "Hermanos Cruz". Pinar del Río

PREVENCIÓN DE HÁBITOS TÓXICOS DESDE LA INFANCIA

Lic. Yusimí Otaño Fabelo,¹ Dra. Alejandrina Peña Remigio,² Dra. Gladis Álvarez Malpica³ y Dra. Amelia Peña Remigio⁴

RESUMEN

Una de las más útiles y hermosas tareas que pueden acometer los trabajadores de la salud es la de prevención, en especial si va encaminada hacia hábitos tóxicos como el tabaco y el alcohol, que incrementan sus adictos año por año. El objetivo principal fue determinar criterios para una intervención precoz en la prevención de hábitos tóxicos desde la infancia. Se realizó un estudio longitudinal y descriptivo entre niños de 1ro., 2do., y 3er. grados, de la Escuela "Conrado Benítez" de régimen semiinternado ubicada en la capital pinareña, en el período de enero a junio de 1999. Conociendo lo útil que resulta la promoción de salud en la transmisión y adquisición de información por los grupos humanos, se aplicó una metodología con técnicas participativas estructuradas convenientemente para ser utilizada en la prevención de hábitos tóxicos en escolares de 6 a 9 años. Se escogieron aleatoriamente 2 grupos de cada grado para el grupo estudio y se les adiestró en la utilización de la metodología diseñada. Resultó ser de gran utilidad para brindarles información a dichos escolares. Resultó relevante la posición de vanguardia de los padres, TV y maestros pese a las escasas acciones que realizan, quedando rezagados los médicos y la radio. Por este motivo en nuestro trabajo resulta de gran importancia la asesoría médica a los escolares en la prevención de hábitos tóxicos con técnicas participativas a través de la metodología diseñada. Estos resultados fueron comparados con la prueba de Fischer y analizados, para luego ser presentado en tablas.

DeCS: TABAQUISMO/prevención & control; ALCOHOLISMO/prevención & control; NIÑO; TRASTORNO POR USO DE TABACO/prevención & control; PROMOCION DE LA SALUD; ESCUELAS.

Una de las más útiles y hermosas tareas que pueden acometer los trabajadores y agentes de la salud y por la salud es la de *prevención*, en especial si va encaminada

hacia hábitos tóxicos como el tabaco y el alcohol, que incrementan sus adictos año por año, sobre todo en mujeres y jóvenes. Investigaciones recientes en muchos países

¹ Miembro titular de la SOCUEF. Policlínico "Hermanos Cruz".

² Especialista de I Grado en Pediatría. Policlínico "Turcios Limas".

³ Especialista en Medicina General Integral. Unidad Oncológica.

⁴ Especialista en Laboratorio Clínico. Hospital Clínicoquirúrgico "Abel Santamaría".

señalan que las personas jóvenes comienzan a fumar en una edad aún más temprana y por regla general fuman mucho. Si a esto unimos el conocimiento de que el daño que ocasiona es irreparable en las edades infantiles y del adolescente, es comprensible el esfuerzo que se realice para la prevención de tan nocivo hábito, las edades infantiles y en especial en aquellas edades donde las influencias del profesor sobre los niños es muy fuerte en la formación de su personalidad y en la adquisición de hábitos y costumbres.¹

Unido con el hábito de fumar marcha el alcoholismo, una de las más relevantes toxicomanías al nivel mundial y que integra el grupo de los más importantes problemas macrosociales¹ definido por muchos como “*la pesadilla de la libertad ante el alcohol*”, es decir, la incapacidad de la persona para tomar la decisión de no beber y si lo hace la inaptitud para decidir hasta cuándo tomar. En varios estudios epidemiológicos se observa en el mundo^{1,2} que el incremento de los adictos a esta dependencia es un fenómeno que abarca, entre otros a los adolescentes, y la mayor parte de los autores recomiendan un trabajo preventivo en estas edades o aún antes. Nosotros creemos, por las mismas razones expuestas en relación con el tabaquismo, que un momento ideal para las acciones de promoción y prevención de hábitos tóxicos en específico, lo constituye el trabajar con estos fines en las edades escolares y sobre todo de 6 a 9 años.

Es por eso, y conociendo lo útil que resultan las técnicas participativas en la transmisión y adquisición de información por los grupos humanos, que nos dimos a la tarea de diseñar una metodología (anexo 1) con técnicas participativas estructuradas convenientemente para ser utilizadas en la prevención de hábitos tóxicos en escolares de primaria y que hiciera más ágil la dinámica

participativa, y estimulante la función educativa del maestro, en relación con estos hábitos tóxicos, además de establecer una vinculación más estrecha entre la Medicina escolar y la educación primaria para una mejor salud escolar y comunal.²⁻⁴

No obstante, era necesario comprobar la utilidad de esta metodología de trabajo y para comenzar con un acercamiento a esta obligación científica, coordinamos con la Escuela Primaria de régimen semiinternado “Conrado Benítez”, para realizar esta investigación en la cual su participación activa y entusiasta nos reconforta gratamente.

Creemos asimismo que esta metodología de aplicación de técnicas participativas puede extratraspolarse a otros fines en el mismo, u otros escenarios, por ejemplo, otros hábitos nocivos, indisciplinas sociales, etcétera. Los objetivos trazados para la realización de este trabajo fueron determinar criterios para una intervención precoz en la prevención de hábitos tóxicos desde la infancia, investigar la información que sobre algunos aspectos de los hábitos tóxicos (tabaco y alcohol) los escolares de primaria de un semiinternado manifiestan y valorar la utilidad de una metodología diseñada para intervenir en la prevención de hábitos tóxicos en escolares de primaria.

MÉTODOS

Se realizó un estudio longitudinal y descriptivo donde participaron niños de 1ro., 2do. y 3er. grados de la Escuela Primaria “Conrado Benítez” de régimen semiinternado, ubicada en la capital pinareña. El universo estuvo comprendido por 211 escolares; 115 conforman el grupo estudio y 96 el grupo control. Se escogieron al azar 2 grupos de cada grado, para integrar el grupo estudio, se le adiestró en la utilización de la metodología diseñada con anterioridad

para la prevención de hábitos tóxicos (tabaquismo y alcohol) (anexo 1). Son adiestrados también el médico que atiende la escuela y el enfermero, para que puedan fungir en calidad de supervisores y asesores durante el trabajo de aplicación de la metodología general de este estudio.

Inicialmente se aplicó una encuesta (anexo 2) a todos los grupos, 6 en total, diseñada para obtener información sobre algunos aspectos que los escolares pudieran expresar sobre los hábitos tóxicos seleccionados para trabajar. Estas encuestas se aplicaron en los grupos por parte de los profesores y se archiva la información para someterla a comparación con la obtenida al finalizar la aplicación en la metodología, momento en el cual se volvió a aplicar la misma encuesta. Los recursos utilizados, materiales (papel, lápices de colores) una hora dos veces a la semana del profesor (3 profesores, médicos y la enfermera, el psicopedagogo y los autores) como asesores de la investigación. Estos resultados son comparados con la prueba de Fischer y analizados, luego son llevados a tablas para su presentación.

RESULTADOS

Se puede observar en la tabla 1 que la mayoría de los niños refieren que las perso-

nas beben a su alrededor y que se invierte gran cantidad de dinero en la adquisición de las bebidas.

En la tabla 2 se demuestra que los niños conocen daños que ocasiona el alcohol, ya que refieren que daña el hígado, la mente y no queda fuera de su análisis la familia, además de reflejar un aumento de sus criterios después de haber realizado con ellos un trabajo educativo.

En la tabla 3 se observa que la televisión, la mamá y la radio fueron las principales fuentes de información de los daños que ocasiona dicho hábito.

En la tabla 4 al analizar las opiniones de los escolares sobre el alcohol podemos ver que cuando se aplicó la primera encuesta el número que arrojó fue superior en cuanto a las personas que fumaban a su alrededor y después de trabajar con los niños, la segunda encuesta arrojó una disminución, igual sucedió en cuanto a la segunda pregunta.

En la tabla 5 vemos que los maestros, el padre y la televisión jugaron un papel decisivo en la orientación a los escolares sobre los daños del tabaquismo.

En la tabla 6 se analizan los daños del tabaco y se refleja que ocasiona mal olor en la boca, daña la mente, acaba con el dinero, entre otras.

TABLA 1. Opiniones de los escolares de grados 1ro., 2do. y 3ro. sobre alcoholismo

Aspectos	Grupo control M-96				Grupo estudio M-115			
	1	%	2	%	1	%	2	%
Personas que beben a su alrededor	138	1,33	151	1,57	173	1,49	134	1,1
Se invierte gran cantidad de dinero	60	0,62	58	0,60	81	0,70	81	0,70
Fuente de discusión	58	0,60	55	0,57	5	0,40	80	0,60
Actitud crítica del encuestado ante el bebedor	26	0,27	49	0,51	95	0,80	115	1,00

Fuente: Encuestas.

TABLA 2. Opiniones de escolares de grados 1ero., 2do. y 3ro. sobre daños del alcohol

	Grupo Control M-96		Grupo estudio M-115		Prueba de Fischer
	1	2	1	2	
Daños	1	2	1	2	
Daña el estómago	1	72	2	115	1,023* 10
Daña el hígado	55	75	43	115	3,720* 10
Daña la familia	27	41	53	115	5,274* 10
Daña el prestigio	31	47	50	115	1,442* 10
Inversión de dinero	35	55	51	115	3,340* 10
Daña la mente	38	83	41	115	1,8* 10

Fuente: Encuesta.

TABLA 3. Quién ha orientado a los escolares sobre los daños del alcoholismo

Medios	Total de matrícula M-211	Promedio
Mamá	114	54,02
Papá	84	39,81
Maestros	117	55,08
Médicos	44	20,85
Televisión	124	58,76
Radio	62	29,38

Fuente: Encuesta.

TABLA 5. Quién orientó a los escolares de grados 1ro. a 3ro. sobre daños del tabaquismo

Medios	Total de matrícula No.	Promedio
Mamá	94	44,54
Papá	103	48,88
Maestros	114	54,02
Médicos	49	23,22
Televisión	93	44,07
Radio	73	34,59

Fuente: Encuesta.

TABLA 4. Opiniones de los escolares de grados 1ro., 2do. y 3ro. sobre el tabaquismo

Aspectos	Grupo control M-96				Grupo estudio M-115			
	1	%	2	%	1	%	2	%
Número de personas que fuman a su alrededor	18	1,87	15	1,56	204	1,77	147	1,27
Consideran que el cigarro calma los nervios	28	0,27	32	0,33	32	0,27	4	0,03

Fuente: Encuesta.

TABLA 6. Aspectos dañinos del tabaquismo expresado por escolares de grados 1ro. a 3ro.

Aspectos	Grupo control M-96		Grupo estudio M-115		Prueba de Fischer
	1	2	1	2	
Mal olor en la boca	57	5	95	115	1,033' 10
Mancha los dedos	42	54	89	115	1,760' 10
Acaba el dinero	53	83	84	115	3,062' 10
Daña la mente	55	61	61	115	3,394' 10
Daña el estómago	33	61	43	115	1,636' 10
Daña el corazón	42	57	39	115	2,327' 10
Daña los pulmones	31	56	34	115	3,33' 10
Quita el prestigio	22	32	34	115	7,709' 10
Daña el hígado	16	46	40	115	2,404' 10
Daña la familia	28	47	40	115	6,050' 10

Fuente: Encuesta.

DISCUSIÓN

El alcoholismo constituye actualmente la más relevante toxicomanía a nivel mundial y aunque en Cuba las cifras de morbilidad son bajas, nos interesa destacar las potencialidades nocivas de dicho hábito, para establecer la motivación de prevención.^{5,6}

Esto se evidencia al analizar la tabla 1, donde disminuye el promedio de bebedores alrededor del niño en el grupo estudio, después de la aplicación de las técnicas participativas. En cuanto a actitud crítica del encuestado ante el bebedor aumentó, lo que muestra la información que los niños vierten, similar a lo antes expresado. Es de destacar el criterio de los encuestados de mantener una actitud crítica ante el bebedor bastante elocuente en el grupo estudio, al considerar el alcoholismo una fuente de discusión en el seno familiar y/o colectivo y la afectación del dinero de forma significativa, por lo que deviene en reafirmación de los criterios expresados antes y después de la aplicación de la metodología.

Es de modo significativo que al aplicar la prueba de Fischer (tabla 2) se manifiestan

tan diferencias en las respuestas dadas por los escolares del grupo de estudio en la encuesta aplicada después de la ejecución de la metodología, con la primera aplicación de la encuesta en el mismo grupo y con los resultados expresados por el grupo control. Destaca con elevada diferencia del resto de los aspectos, las consideraciones de que daña la mente, el hígado e inversión de mucho dinero, en este orden; daños predominantes indicados en bibliografías revisadas por lo que las gestiones epidemiológicas y preventivas del alcoholismo constituyen tareas de alto significado humano.^{2,8}

Las influencias de la TV, el maestro y las madres (tabla 3) son positivas, especialmente referido a los daños que ocasiona el alcohol, mucho más en el medio de difusión masiva que se señala y se indica que no existe representatividad en los otros elementos orientadores (médicos, padres, radio) que debían incrementar su acción por su similitud influyente, inferida por otros autores, los cuales plantean que la educación de la población sobre lo dañino de este vicio debe comenzarse desde edades muy tempranas^{1,2,6} como lo estamos realizando en esta investigación.

Es evidente (tabla 4) la representatividad observada en la disminución de las cifras de fumadores informada por el grupo de estudio; en la segunda encuesta en relación con el dato recogido entre los escolares que integraron el grupo control, también resultan expresivas las respuestas adecuadas dadas por el grupo de estudio en cuanto a si el cigarro controla los nervios, mientras en el grupo control los niños consideraban bueno para calmarlos, lo que denota coincidencia con los resultados alcanzados, en otros estudios realizados,⁷ lo que demuestra la importancia de nuestra investigación. Después de utilizar intervenciones educativas a través de técnicas participativas.^{3,5}

Se observa en este orden (tabla 5) que el maestro, el padre y la madre son los primeros influyentes con mayor primacía para el primero y menos representatividad para los 2 últimos; la TV es situada en un lugar preponderante, en la profilaxis del hábito de fumar iniciándose por acciones individuales y culminando con las estatales.^{1,6,7} El médico y la radio no mantienen una influencia significativa en la prevención de este hábito, como lo sucedido en el alcoholismo, por eso para la lucha contra el hábito de fumar es útil incorporar las medidas que disminuyan el consumo de bebidas alcohólicas, toda vez que se obtiene una interrelación entre el hábito de fumar cigarrillos y el consumo de bebidas alcohólicas.

Es altamente significativo el dato que señala a los pulmones como el órgano más afectado en este orden predominante (tabla 6), el daño a la mente según los datos de diferentes investigaciones epidemiológicas, la frecuencia de la bronquitis crónica entre los fumadores es de 3 a 4 veces superior

que entre los que no fuman, sobre el altísimo riesgo que existe entre los fumadores de contraer cáncer de pulmón incuestionablemente el hábito de fumar cuando actúa sobre el sistema nervioso vegetativo y central ejerce influencia sobre el funcionamiento de otros órganos y sistemas incluso vinculado a trastornos psiquiátricos por lo que consideramos importante estos resultados al compararlo con las literaturas antes mencionadas.

Las principales conclusiones fueron que la metodología diseñada para utilizarla en la prevención de hábitos tóxicos resultó ser de gran utilidad para brindarle información a escolares de 1er., 2do. y 3er. grados; además, que las valoraciones realizadas se infirieron con sano juicio de los escolares, el amplio y largo camino por transitar en la prevención de los hábitos tóxicos.

Además, se recomendó generalizar esta experiencia a otras escuelas de la provincia para de forma amena y eficaz instruir a los escolares en la prevención de hábitos tóxicos, sobre todo en el horario extraclases, y valorar en el futuro la adecuación de esta metodología para la prevención de otros hábitos tóxicos, normas de comportamiento adecuadas, hábitos higiénicos, etc.

Sólo en los últimos tiempos la generalización de los resultados de múltiples investigaciones ha permitido denominar fundamentalmente al hábito de fumar como el enemigo número uno de la salud, aquí también debe expresarse las ventajas de la sociedad socialista, cuya conducción científica permite contrarrestar la difusión de hábitos nocivos como evidenciado por nuestra investigación.

ANEXO 1. *Metodología para la aplicación de las técnicas participativas estructuradas para la prevención de hábitos tóxicos de las escuelas primarias*

Se utilizan 3 técnicas:

1. Técnicas de las tarjetas
2. Técnicas de la imagen
3. Técnicas del amigo secreto

a) Las técnicas de las tarjetas: es la primera que se aplica y sus objetivos son los de brindar información amplia sobre lo nocivo del hábito de fumar y del alcoholismo; lo saludable de no fumar y no beber en exceso. Esta información llega por igual a niños y maestros de forma amena. Se aplicó durante 2 meses, 2 veces por semana en el horario de la tarde. Se entrenan a los maestros y a los médicos en la aplicación de esta técnica.

b) Técnica de la imagen: tiene como objetivo afianzar lo aprendido en la primera etapa y relacionarlo con las experiencias vividas para reflejarlo de forma gráfica. Esta técnica se aplica durante 2 meses, 2 veces a la semana, un día para cada tema (tabaco o alcohol).

c) El amigo secreto: que utilizamos con el objetivo de definir en el niño algunas de sus posibilidades como promotor de salud. El mismo tiempo y sesiones que las anteriores. Aquí los niños pondrán en un papel los mensajes que ellos le enviarían a algún alcohólico o fumador.

ANEXO 2. *Encuesta del hábito de fumar*

1. ¿Quiénes fuman a tu alrededor?
 - Mamá
 - Papá
 - Tíos
 - Abuelos
 - Maestros
 - Otros
2. ¿Quiénes te enseñaron las primeras cosas sobre los daños que ocasiona fumar?
 - Mamá
 - Papá
 - Maestros
 - Médicos
 - Televisión
 - Radio
3. ¿Qué olor es más desagradable?
 - El cigarro
 - El perfume
4. ¿Tú te sientes molesto si alguien a tu alrededor está fumando?
 - Sí
 - No
5. ¿Qué es mejor para tu salud?
 - Fumar
 - Hacer ejercicios
6. ¿Qué haces tú cuando fuman a tu alrededor?
 - Lo críticas
 - Te mantienes callado y tranquilo
7. ¿Qué daños ocasiona fumar?
 - Da mal olor en la boca
 - Mancha los dedos
 - Se acaba el dinero
 - Daña la mente y la cabeza
 - Daña el estómago
 - Daña el corazón
 - Daña los pulmones
 - Daña el hígado
 - Daña el bolsillo
 - Quita el prestigio
 - Daña la familia
8. ¿El cigarro calma los nervios?
 - Sí
 - No

ANEXO 2. Encuesta del hábito de ingerir bebidas alcohólicas

1. ¿Quiénes toman mucha cantidad de bebidas alcohólicas en tu casa?
 - Mamá
 - Papá
 - Tío
 - Hermano
 - Primo
 - Abuelo (a)
 - Ninguno
2. ¿Es correcto tomar bebidas alcohólicas en mucha cantidad?
 - Sí
 - No
3. ¿Provoca enfermedades ingerir bebidas alcohólicas en grandes cantidades?
 - Sí
 - No
4. ¿Qué daños provoca ingerir bebidas alcohólicas en grandes cantidades?
 - Daña el estómago
 - Daña el hígado
 - Daña la familia
 - Quita el prestigio
 - Se le acaba el dinero
 - Daña la mente y la cabeza
5. ¿Se gasta mucho dinero comprando bebidas?
 - Sí
 - No
6. Cuando alguien de la familia toma bebidas alcohólicas ocasiona problemas o discusiones en tu casa?
 - Sí
 - No
7. ¿Qué es mejor para ti?
 - Tomar bebidas
 - Hacer ejercicios
8. ¿Qué haces tú cuando alguien de tu familia se pone a fumar mucho en la casa o llega borracho?
 - Lo críticas
 - Te mantienes callado y tranquilo
9. ¿Quién te enseñó primero los daños que ocasionan beber en exceso?
 - Mamá
 - Papá
 - Maestros
 - Médicos

SUMMARY

Prevention is one of the most useful and beautiful tasks that health workers may accomplish, specially if it is directed to toxic habits, such as smoking and alcoholism, whose addicts increase year after year. The main objective of this paper was to determine the criteria for an early intervention in the prevention of toxic habits since childhood. A longitudinal and descriptive study was conducted among children from 1st, 2nd and 3rd grades at "Conrado Benítez" Elementary School located in the capital of Pinar del Río province, from January to June, 1999. Knowing how useful health promotion is in the dissemination and gathering of information by the human groups, it was applied a methodology with participative techniques conveniently structured to be used in the prevention of toxic habits among school children aged 6-9. 2 groups from each grade were randomly selected for the study group and they were trained to utilize the designed methodology. It proved to be very useful to give information to these school children. The avant-garde position of parents, the TV and teachers was significant, in spite of the few activities they carried out. Physicians and the radio left behind. That's why, medical advice is very important for school children to prevent toxic habits with participative techniques through the designed methodology. These results were compared with Fischer's test and analyzed to be represented in tables later.

Subject headings: SMOKING/prevention & control; ALCOHOLISM/prevention & control; CHILD; TOBACCO USE DISORDERS; HEALTH PROMOTION; SCHOOLS.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. González Menéndez R, Ochoa Soto R. Compilación de artículos acerca del alcoholismo y su prevención (Folleto). La Habana: Editorial Ciencias Médicas, 1990:100-5.
2. Camel V. Estadísticas médicas y de salud pública. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1995:10-6.
3. Vargas L, Bustillos G, Marfán M. Técnicas participativas para la educación popular. San José: Centro de Estudios y Publicaciones Alforja, 1995:63-72.
4. Bustillos G, Vargas L. Técnicas participativas para la educación popular. Madrid:Editorial Popular, 1993.
5. González Rodríguez N, Medina González N, Hernández Siriano I. Técnicas participativas de educadores cubanos, México DF: Instituto Médico Mexicano, 1994:82-7.
6. González Menéndez R. El alcoholismo y su atención específica. La Habana:Editorial Ciencias Médicas, 1992:50-1.
7. Grupo de trabajo nacional. Ensayo de intervención para la cesación del hábito de fumar en la comunidad. Cuba: La Habana, 1991:15-16.
8. Larraín S, Vega I. Maltrato infantil y relaciones familiares. Santiago de Chile: Editorial Medico, 1995:3-22.
9. Climent Carlos E, Arango M de. Manual de psiquiatría para trabajadores de APS, Cali, 1993:88-91.
10. Mella C. El perfil familiar del alcohólico. Cuba: Tesis de Grado. La Habana, 1990: 39-40.

Recibido: 9 de noviembre del 2000. Aprobado: 9 de enero del 2001.

Lic. *Yusimí Otaño Fabelo*. Calle C final, edificio 129, apto B-5, reparto Hermanos Cruz, Pinar del Río, Cuba.