



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

FUNDAMENTOS

Las sustancias psicoactivas son productos químicos que afectan el sistema nervioso central.

En la historia del uso de sustancias psicoactivas, el grado de tolerancia social ha ido variando, y en consecuencia también las diferentes normas legales que cada sociedad va implementando en este tema. Actualmente en nuestro país se reconoce como legal el consumo de sustancias tales como el alcohol, el tabaco y el café.

En el tabaco, la nicotina es el ingrediente psicofarmacológico adictivo que genera dependencia.

La dependencia y la abstinencia de nicotina se pueden presentar con el consumo de cualquier modalidad de tabaco (cigarrillos, chicles, polvo, pipa y puros) y con la toma de medicamentos (parches y chicles de nicotina).

Aunque la adicción a la nicotina no esté asociada con el mismo grado de consecuencias sociales, profesionales y legales que las adicciones a drogas ilegales, sus peligros médicos y el hecho de que un hábito de consumo de cigarrillos temprano en la vida conduzca frecuentemente a la adicción de sustancias "más duras" (Henningfield, Clayton y Pollin, 1990), lo convierte en un área de importancia para una intervención preventiva.

Entre las consecuencias negativas del tabaquismo encontramos, además, los efectos sobre la salud y sobre la economía.

El riesgo del fumador a padecer las complicaciones asociadas al tabaco es muy elevado. También lo es el riesgo del fumador pasivo para alguna de ellas. Nicotina, carcinógenos (principalmente en el alquitrán), monóxido de carbono, agentes irritantes y radicales libres, son algunos de los componentes del humo del cigarrillo. Estos actúan sobre los diferentes órganos y sistemas corporales, contribuyendo a la aparición de las complicaciones propias del hábito de fumar sobre los aparatos cardiovascular, neuroendocrino, digestivo, metabólico, hematopoyético y hemostático. También provocan alteraciones en el proceso inmunológico e incrementan las complicaciones en embarazos y partos.

Así como dejar de fumar es un proceso, convertirse en fumador también lo es. Se pueden distinguir



Legislatura de la Provincia de Río Negro

cuatro estadios en el proceso de habituación tabáquica: la iniciación, la experimentación, la habituación y el mantenimiento del hábito.

En la adolescencia, normalmente se inicia el consumo de tabaco debido a factores ambientales, se experimenta con la sustancia adictiva durante un tiempo (uno o dos años), hasta alcanzar un hábito que se mantiene, entre otras razones por el efecto nicotínico.

Estas etapas están influidas por factores ambientales y biológicos facilitadores del inicio del consumo del tabaco, entre los que podemos citar la genética (predisposición), la presión social y las estrategias de la industria tabacalera.

Los factores que determinan el mantenimiento del consumo del tabaco son farmacológicos por la dependencia de la nicotina, psicológicos por los estímulos condicionados que rodean al fumador, y el hábito psicomotor fuertemente instaurado.

En consecuencia, el tabaquismo es una adicción multifactorial. El nivel de riesgo de que una persona se convierta en fumador está dado por la interacción entre los factores de riesgo y los factores protectores.

La prevención del uso y abuso de drogas se basa en acciones y estrategias cuyo propósito es evitar la aparición de riesgos. Incluye la promoción de estilos de vida constructivos así como el desarrollo de ambientes sociales que disuadan del uso de drogas.

Cuando se habla de prevención es necesario distinguir la población a la que va dirigida y el nivel de riesgo.

La prevención primaria promueve la salud en personas que están expuestas a bajo riesgo. Incluye fortalecer valores y actitudes, reforzar la importancia de una vida libre de drogas, ayudar a incorporar habilidades y recursos positivos que aumenten la salud, e identificar conductas que deben cambiarse antes de que traigan mayores problemas.

La prevención secundaria es la intervención precoz en aquellas personas que han comenzado a consumir recientemente, y aún no se encuentran implicadas fuertemente.



Legislatura de la Provincia de Río Negro

La prevención terciaria es el tratamiento y rehabilitación de aquellas personas que tienen alto riesgo y pueden presentar problemas serios.

La escuela tiene la responsabilidad de trabajar en la prevención. Pero es un trabajo que excede las posibilidades de la misma, por lo que muchas veces será necesario articular la relación con otras instituciones especializadas.

Uno de los aspectos en que la escuela puede actuar es en la motivación para el cambio.

La motivación puede surgir de diferentes orígenes a la vez: familia, amigos, compañeros de trabajo, medios de comunicación, personajes famosos, profesionales sanitarios. En general, el efecto de uno solo de ellos no es suficiente, pero si algunos de estos mensajes se suman, su capacidad motivadora aumenta.

Las motivaciones son muy diversas (miedo a la enfermedad, mejora de calidad de vida, autoestima, ahorro, estética, aprobación social) y varían según las características de cada persona.

Motivación no es información, por lo cual la percepción del riesgo es a menudo baja. La forma característica de afrontar la prevención de drogas ha sido la de campañas masivas que "alertan sobre los peligros de las drogas". Según estudios realizados en España (Comas, 1984), tales campañas, que sólo brindan información sobre los riesgos o consecuencias negativas, incrementan en la mayoría de los adolescentes la curiosidad del consumo de drogas.

Las intervenciones más eficaces son las dirigidas a conseguir que los comportamientos que queremos potenciar tengan consecuencias positivas.

En el caso del consumo del tabaco existen dos niveles posibles de intervención: las acciones dirigidas a acercar en el tiempo las consecuencias negativas de la conducta que se quiere modificar, y las acciones dirigidas a potenciar comportamientos sin o con menor riesgo, que también produzcan placer de forma cierta e inmediata.

Teniendo en cuenta las consideraciones precedentes, se ha diseñado el proyecto "Acciones de prevención en tabaquismo".

Está dirigido a docentes de sextos y séptimos grados. Aborda como tema de intervención, esencialmente, el problema del comienzo del hábito de fumar a



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

corta edad, ya que el inicio temprano influye de manera determinante en una conducta de adherencia a la adicción de la nicotina.

Se está desarrollando en Cipolletti desde el 12 de abril del 2005, bajo la modalidad de talleres, con una duración de 60 horas reloj.

Es de carácter gratuito. Se financia con fondos aportados por Nación, en el marco del proyecto Vigía del Ministerio de Salud, y con recursos de la Municipalidad de Cipolletti, que forma parte de la Red de Municipios Saludables, razón por la que constantemente impulsa propuestas que tienen que ver con la salud de la población.

Conduce a los docentes a adquirir habilidades para conocer la naturaleza y extensión del problema del consumo de tabaco entre los estudiantes, realizar el diagnóstico de un grupo escolar, elaborar un programa de acción para sus aulas que abarque varios aspectos del tema desde lo individual, lo grupal, con madres y padres, con la comunidad.

Permite, además, incorporar y actualizar contenidos y ampliar las estrategias didácticas en las áreas de educación para la salud. Se trabaja también en la implementación de escuelas libres de humo.

Por ello.

AUTOR: María Marta Arriaga

FIRMANTES: Fabián Gatti, Carlos Valeri, Luis Di Giacomo,
Beatriz Manso, Francisco Castro



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

**LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO
D E C L A R A**

Artículo 1°.- De interés provincial, educativo, social y sanitario el proyecto "Acciones de prevención en tabaquismo" que se desarrolla durante el ciclo lectivo 2005, en la ciudad de Cipolletti.

Artículo 2°.- De forma.