

# Prevención del Tabaquismo: Un Estudio Piloto

J. Luzoro\*

## Resumen

Un grupo de catorce voluntarios, estudiantes de enseñanza media de nivel socio-económico-cultural medioalto, interactuaron con un programa informativo sobre las consecuencias dañinas para la salud provocadas por el consumo regular de tabaco. El propósito de esta actividad fue disminuir la probabilidad de adquirir el comportamiento de fumar tabaco por parte de los sujetos. Durante la realización del programa tres voluntarios desertaron. Un seguimiento realizado cinco años después con diez de los voluntarios mostró que ocho nunca llegaron a consumir tabaco, uno lo hizo unas cinco veces a lo largo de esos años y uno informó consumir dos a tres cigarrillos diarios.

**Palabras claves:** prevención, tabaquismo.

## Abstract

Fourteen, middle class, high school students volunteered to get involved in a educational program about the health risk of smoking tobacco on a regular basis. The rationale behind this activity was to prevent the participants from starting to smoke. Three students dropped out of the program. A five-year follow-up on ten subjects indicated that eight of them never got to consume tobacco, one student smoked five times through out this period, and another one reported to smoke about two or three cigarettes a day.

**Key words:** prevention, tobacco addiction.

## Introducción

Los efectos dañinos para la salud producidos por el consumo habitual de tabaco han sido suficientemente demostrados. Al respecto, los informes del U.S. Department of Health, Education and Welfare, publicados entre 1979 y 1988, constituyen una abundante y demostrativa evidencia.

Efectos demostrados producidos por el consumo habitual de tabaco:

1. Una severa adicción (Fox, G. y Jelroth, R. 1983; Arkin, E., 1984).

2. Daño relevante y considerable en diversos aspectos del organismo. El consumo habitual y prolongado de tabaco es causa primordial, plena-

mente identificada, de importantes enfermedades (Organización Mundial de la Salud, 1974; General Surgeon, 1979).

3. Los adolescentes consumidores de tabaco tienen más probabilidades de utilizar otros estimulantes que los no fumadores (Johnston, L. y colaboradores, 1979; Flay, B. R., 1985).

Con estos antecedentes, los temas de prevención y tratamiento del tabaquismo adquieren una relevancia obvia.

Revisiones sobre la eficacia de los diversos tratamientos utilizados con adictos al tabaco concluyen que los resultados son bajos (Evans, R. y colaboradores, 1979; Schwartz, J. L., 1984).

Han surgido nuevos tratamientos, e investiga-

\* Psicólogo, Ph. D. Universidad de Granada, Magister Universidad Autónoma de México. Departamento de Psicología, Universidad de Chile. e mail. jluzor@abello.dic.uchile.cl

ciones destinadas a calificar su eficacia (Gil Roales-Nieto, J. 1994), pero el bajo rendimiento no se ha revertido. Esta realidad ha potenciado el interés por las actividades preventivas y su investigación.

En el campo de la prevención, la atención se ha puesto fundamentalmente en los adolescentes: Friedman, L.S. y colaboradores (1985); Mosbach, P. Leventhal, H. (1988); Hansen, W.B. y colaboradores (1989); Botvin, G.J. y colaboradores (1989); Flay, B.R., (1985).

En la actualidad, el Tobacco Bulletin Board System (w.w.w.tobacco.org.) permite acceder a una completa información respecto del tabaquismo en sus dimensiones económicas, sociales, médicas, psicológicas y otras.

El estudio piloto que se describe a continuación asume el planteamiento básico de que una de las condiciones relevantes en el bajo rendimiento de las experiencias preventivas en adolescentes se debe a que trabajaron con grupos etáreos equivocados. En efecto, al revisar la literatura respectiva, individualizada en los párrafos precedentes, encontramos que se trabajó fundamentalmente con adolescentes de edades entre los 14 y 17 años.

En consecuencia, se pretende aportar información preliminar respecto de la eficacia de un nuevo programa cuyo objetivo es que los adolescentes que participen de él no adquieran el comportamiento de fumar tabaco, con un grupo etáreo menor en dos años a los adolescentes descritos en trabajos anteriores.

un colegio privado, de nivel socio-económico-cultural medioalto. Sus edades fluctuaban entre los 11 años tres meses y los 12 años seis meses.

Los jóvenes concurren al estudio respondiendo a una convocatoria de dos compañeros de colegio, quienes estaban relacionados socialmente con el investigador.

Inicialmente se invitaron a veinte, entregándoles una carta sobre la tarea investigadora de la universidad y la conveniencia de estudiar el tema del tabaquismo. El escrito fue acompañado de una breve y sencilla explicación verbal sobre lo mismo.

La clasificación socio-económica-cultural fue tomada de la autodescripción de la dirección del establecimiento educacional.

Concurrieron a una primera entrevista personal en el campus universitario diez y siete sujetos. Posteriormente fueron eliminados tres por la apariencia dudosa de su compromiso a permanecer durante el estudio completo.

## Procedimientos

Los sujetos participantes concurren a una primera entrevista individual con el investigador. En ella se tomaron sus datos personales (nombre, edad, dirección, número telefónico), se investigó sobre su grado de compromiso con el proyecto (preguntando si estaban dispuestos a participar en las diversas etapas y hasta el final del programa) y se buscó un horario de trabajo posible.

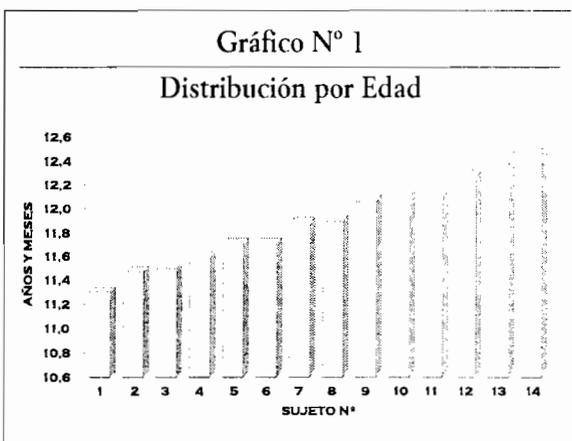
En una segunda entrevista, esta vez colectiva, se les explicó las características generales y la finalidad de la investigación, solicitándose un compromiso formal de asistir a todas las etapas.

Durante las dos semanas siguientes el grupo concurrió a las siguientes actividades:

1. Charla dada por un médico especialista en enfermedades broncopulmonares, sobre los daños para la salud causados por el consumo de tabaco. Se mostraron de diapositivas y radiografías. Duración aproximada: una hora y media.

2. El grupo, el investigador y un profesor de educación física ven un video de fútbol, uno de sky en la nieve y uno de gimnasia olímpica.

A continuación se realizó una actividad grupal en la cual se intercambian opiniones relacionando



## Sujetos

Catorce jóvenes sin experiencia en el consumo de tabaco, pertenecientes a la enseñanza básica en

el temas de las adiciones en general, y del tabaquismo en especial, con las prácticas deportivas, el juego, las destrezas interpretativas: musicales, teatrales, marciales. Duración aproximada: dos horas.

3. En un hospital de especialidades del tórax, acompañados por un médico y una enfermera, visitan enfermos de cáncer pulmonar. Posteriormente se realiza una actividad grupal orientada a compartir las experiencias a propósito de esta visita. Duración aproximada: dos horas

4. Día de excursión fuera de la ciudad. Contacto y atención a un entorno rural hermoso. Actividad grupal en la cual se intercambian opiniones y experiencias en torno a los temas de autocontrol y control externo, independencia-dependencia, hacerse cargo de uno mismo, diseñar su futuro, elecciones de tipos de vida. Duración aproximada: seis horas.

5. Se repite una actividad como la descrita en el punto dos.

6. Actividad grupal en la cual se intercambian opiniones respecto a la visión de las adiciones como una debilidad, como una forma de sufrimiento, como una imperfección. Duración aproximada: una hora.

7. Reunión final. Intercambio de opiniones generales. Se regala a los jóvenes una insignia de la Universidad. El investigador les dice que cuatro o cinco años adelante los buscará para entrevistarlos. Clima amistoso-afectivo. Despedida. Duración: una hora.

## Resultados

Al quinto año de transcurridos los procedimientos descritos se intentó tener una entrevista con los jóvenes que conformaron el grupo. Con la colaboración de dos de ellos, los mismos que organizaron el grupo por primera vez, se logró entrevistar individualmente a diez de los catorce participantes.

La entrevista, del tipo semiestructurada, fue realizada por el investigador y se dedicó a informarse sobre el transcurso de las vidas en general y

sobre el consumo de tabaco y otros estimulantes en especial.

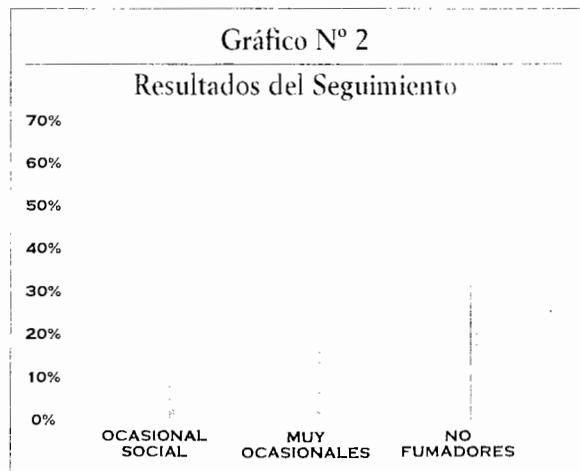
De los diez entrevistados, siete nunca llegaron a consumir tabaco. En el gráfico son denominados 'no fumadores'.

Dos relataron haber fumado unas cinco veces a lo largo de los cuatro años y diez meses transcurridos desde las acciones descritas en los procedimientos hasta la fecha de las entrevista. Ambos describieron su comportamiento al respecto como 'haber dado algunas caladitas', sin llegar, en cada ocasión, a consumir un cigarrillo completo. En el gráfico son denominados 'fumadores muy ocasionales'.

Por último, uno informó consumir dos a tres cigarrillos durante los fines de semana, exclusivamente en situaciones sociales. Este ha sido denominado en el gráfico 'ocasional-social'.

De los siete que nunca llegaron a consumir tabaco, dos relataron fumar ocasionalmente hachís. Igual cosa hizo el fumador ocasional-social.

De los diez entrevistados, dos relataron beber alcohol hasta embriagarse con una frecuencia estimada de una vez al mes. Uno de ellos fue el fumador ocasional-social. El otro fue uno de los dos sujetos denominados muy ocasionales.



## Discusión

Por la forma en que fueron reclutados los sujetos experimentales, la ausencia de grupo control, y las características de las entrevistas de seguimiento, las conclusiones deben ser tomadas cautelosamente en el contexto de un estudio piloto.

Entre los comentarios formulados por los

sujetos durante la entrevista individual de seguimiento, nos parece interesante explicitar los siguientes:

De los ocho que no consumieron tabaco durante los cinco años transcurridos entre los procedimientos descritos y la entrevista individual de seguimiento, seis fueron enfáticos en atribuir a la intervención (que denominaban 'curso', o 'cursillo' o simplemente 'la experiencia') un gravitación muy relevante en su comportamiento de no fumar tabaco. Uno le atribuyó relevancia de regular importancia y finalmente uno le atribuyó escasa importancia.

Los ocho sujetos que nunca fumaron expresaron propósitos de no hacerlo nunca.

Consultados sobre las motivaciones para tal propósito, dos indicaron el temor al cáncer. Dos su interés por practicar deportes. Uno su deseo de tener buena salud. Finalmente los tres restantes dijeron que fumar tabaco les parecía 'una tontería'.

Los dos sujetos que fumaron unas cinco veces durante el seguimiento expresaron que creían que nunca llegaría a ser un consumidores habituales de tabaco.

El fumador ocasional-social afirmó no ser adicto, y poder permanecer indefinidamente con la tasa de consumo de 'dos o tres en las fiestas de fin de semana'. Esta opinión nos merece bastantes dudas, dadas las características adictivas del tabaco, las cuales transforman al consumidor ocasional en habitual.

Se concluye que el programa piloto puede ser considerado interesante para aplicarlo a una muestra relevante y estudiar sus resultados. Otros aspectos convenientes de considerar son la existencia de un grupo control, mejorar el programa informativo y diseñar una pauta de entrevista para el seguimiento.

## Referencias

- Arkin, R. M., Rohemhild, H., Johnson, C., Luepken, E. y Murray, D. (1984). *The Minnesota Smoking Prevention Program*. The Journal of School Health. November.
- Botvin, G. J., Dusenbury, L., Baker, E., James, S., y Kerner, J. (1989). *A skills training approach to smoking prevention among hispanic youth*. Journal of Behavior Medicine, Vol 12, N° 3.
- Evans, R., Hill, P., Rainer, B., y Henderson, A. (1979). *Current Behavioral, Social, and Educational programs in control of smoking: A selective critical review*. Academy of Behavioral Medicine Research. Snowbird, Utah.
- Flay, B. R., (1985). *What do we know about the social influences approach to smoking prevention. Review and recommendation*. En Bell, C. S y Battjes, R. (Eds.). *Prevention research: Detering drug abuse among children and adolescents*. Washington D.C.: National Institute of Drug Monograph.
- Fox, G. y Jelroth, R. (1983). *Nicotine fading, selfmonitoring and cigarette fading to produce cigarette abstinence or controlled smoking*. Behavior Research and Therapy, 22.
- Friedman, L. S. y colaboradores (1985). *Smoking onset among teens: aún emprirical analysis of initial situations*. Adictive Behaviors, Vol. 10.
- Gil Roales-Nieto, J. (1994). *Tratamiento del tabaquismo*. MacGraw Hill, Madrid.
- Hansen, W. B., Graham, J., Sobel, J., Shelton, D., Flay, B., y Johson, A.. (1989). *The consistency of peer and parent influences on tobacco, alcohol, and marijuana use among young adolescents*. Journal of Behavioral Medicine. Vol 10, N° 6.
- Johnston, L., Bachman, J. O'Malley, P. (1977). *Drugs use among american High School students*. Rockville, Maryland: National Institute on Drug Abuse.
- Mobach, P y Leventhal, H. (1988). *Peer group identification and smoking: implications for interventon*. Journal of Abnormal Psychology, Vol 97, N° 2.
- Organización Mundial de la Salud (1974). *Consecuencias del tabaco para la salud*. Serie de informes Técnicos N° 568.
- Schwartz, J. L., (1984). *A critical review and evaluation of smoking control methods*. Public Health Report U. S. Department of Health, Education and Welfare.
- U.S. Department of Health, Education and Welfare (1979). *Smoking and Health. A report of de general surgeon*.