

PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE TABACO EN ADOLESCENTES. UNA REVISIÓN.

Autor principal:

CRISTINA
GARCÍA
LIBRERO

Segundo co-autor:

MAGDALENA MARIA
GARCIA
FLORES

Tercer co-autor:

NOELIA
MARTÍN
MONTERO

Área temática:

Calidad y Prácticas Seguras en el área de Enfermería Comunitaria y Familiar

Palabra clave 1:

Adolescente

Palabra clave 2:

Prevención primaria

Palabra clave 3:

Tabaco

Palabra clave 4:

Enfermera

Resumen:

El consumo de tabaco en adolescentes es uno de los problemas en los que se encuentra inmersa la sociedad actual, teniendo su consumo unas consecuencias muy graves para la salud. Con este trabajo se pretende dar a conocer las medidas más adecuadas por parte del colectivo enfermero para prevenir el consumo de tabaco entre los adolescentes. Para ello se realizó un estudio retrospectivo mediante una revisión bibliográfica exhaustiva en distintas bases de datos de la que se extrajo que existen diferentes tipos de actuaciones y que la combinación de estas intervenciones puede reducir el consumo de tabaco en los adolescentes.

Antecedentes/Objetivos:

La edad promedio de los que empiezan a fumar es de 12 años, de modo que la mayor parte de los adultos que fuman ya eran fumadores a los 14 años. Los registros señalan que los que logran pasar por la edad escolar sin el hábito de fumar, es poco probable que lo sean más adelante. Es por ello que los esfuerzos destinados a prevenir la adicción deben concentrarse en la adolescencia. (Castillo et al, 2015)

Los efectos del tabaco están bien demostrados y no son nada positivos. Cada año se producen cerca de cinco millones de muertes por enfermedades relacionadas con su consumo, según estimaciones de la Organización Mundial de la Salud(OMS. Pero parece que lo peor aún está por llegar; para la década del 2020 al 2030, está previsto que el número de víctimas relacionadas con el tabaquismo alcance los diez millones de muertes al año. (Castillo et al, 2015)

El tabaco es tan adictivo como la droga pura, ya que se trata de un producto psicoactivo que afecta los procesos químicos del cerebro y del sistema nervioso. Además tiene reconocidos efectos nocivos sobre el sistema respiratorio, produciendo bronquitis crónicas, enfisema y cáncer pulmonar. (González et al, 2002)

El consumo de tabaco se asocia con el 95% de la mortalidad por cáncer de pulmón, el 90% de muertes por bronquitis crónica y enfisema y el 25% de las muertes por enfermedades cardiovasculares. (Cortés et al, 2005)

Nuestro objetivo es dar a conocer las medidas más adecuadas por parte del colectivo enfermero para prevenir el consumo de tabaco en adolescentes.

Descripción del problema - Material y método:

Se realiza una revisión sistemática exhaustiva sobre la evidencia científica relacionada con la prevención del tabaco en adolescentes. Se realizó una búsqueda bibliográfica en bases de datos Medline, Pubmed, Cuiden y Cochrane plus hasta diciembre de 2015.

Tras una lectura crítica y contrastada de la documentación se recogen los que por su relevancia científica son más interesantes.

Resultados y discusión:

Respecto al concepto de tabaquismo, en el estudio realizado por Castillo et al, fue evidente cómo el adolescente no tiene conocimiento de este término, ni es capaz de señalar su significado y trascendencia. La gran mayoría opina que sí es dañino, pero pocos saben explicar por qué, esta situación hace cada vez más urgente que se diseñen estrategias y actividades para que conozcan más sobre este tema y aprecien la magnitud de los daños de sus comportamientos. (Castillo et al, 2015)

En el estudio de González et al, las razones más importantes porque fuman los adolescentes son: Grado de placer, curiosidad, influencia de los pares, rebeldía, insatisfacción con el medio que lo rodea y la familia. Por otro lado, el no consumo de tabaco se debe a que a los adolescentes no les agrada el cigarrillo en sí, no les gusta porque daña la salud y/o no fuman porque les importa la opinión de la familia y de sus pares. (González et al, 2002)

La vulnerabilidad de los adolescentes a estos factores de riesgo está determinada por su etapa de desarrollo, las actitudes, expectativas y disponibilidad de habilidades para enfrentar los ofrecimientos del uso de tabaco, podemos decir, que las medidas efectivas para prevenir el consumo de tabaco por parte del colectivo enfermero, deben incluir acciones como educar a los adolescentes sobre los efectos dañinos de las sustancias y ampliar sus habilidades individuales, como la autoestima y la autoeficacia, que conllevan la reducción del riesgo de consumo de estas sustancias psicoactivas, meta principal del cuidado de enfermería preventivo. Las intervenciones más adecuadas son aquellas que favorecen el desarrollo de habilidades sociales, y el cambio de percepciones del adolescente acerca de los efectos del consumo de tabaco. Estas intervenciones señalan que los adolescentes pueden tener habilidades para resistir las presiones sociales, pueden apreciar las consecuencias físicas de los inicios de la adicción y son capaces de resistir la tentación de consumo de tabaco si están conscientes de la publicidad engañosa, la

información social y la presión de los amigos. (López et al, 2008)

Los programas interactivos, como el que utilizó López et al, se aborda la influencia social de los pares, familia y medios de publicidad para el consumo de estas sustancias, y la utilización de metodologías activas que enfatizan la participación de los estudiantes, las cuales, son más efectivas. Aunque todos los programas producen cambios significativos en conocimientos, los no interactivos o sin metodologías activas no muestran efectos positivos en actitudes ni en conductas. Otro de los puntos clave del éxito de los programas preventivos del tabaquismo es dar la información sobre los efectos a corto plazo del tabaco. (López et al, 2008)

En cuanto a la metodología, pueden realizarse actividades de información: campañas, charlas y envío de cartas personalizadas. Actividades educativas en los centros de salud en forma de consejo individualizado dirigido a las personas jóvenes o a sus padres. Educación en habilidades sociales y asertividad que mejoren la seguridad para ser capaces de mantener su postura ante las presiones grupales. (Ballester et al, 2004)

En esta etapa de la vida, el adolescente con su afán de reafirmación, es cada vez más independiente, quiere experimentar nuevas vivencias muchas veces sin la orientación y la educación necesaria; por ello el profesional de enfermería tiene una importante labor en la prevención en este caso del consumo de tabaco en adolescentes, ya que con una actuación a tiempo podemos prevenir muchos problemas a largo plazo.

Aportación del trabajo a la seguridad del paciente:

Con este trabajo pretendemos mostrar la panorámica del problema en cuestión y así prevenir el consumo de tabaco en los adolescentes , mediante una serie de intervenciones por parte del colectivo enfermero que aumenten tanto los conocimientos, como la seguridad en la toma de sus decisiones sin dejarse influir por los demás. Queda reflejada la importancia de la labor de la enfermera en la detección y prevención del problema tratado, debido a su cercanía con la población. Sus actuaciones reducirían riesgos y daños en la población, y con ello mejoraría la seguridad del paciente.

Propuestas de líneas futuras de investigación:

Sería interesante poder llevar a cabo un estudio de intervención por parte de enfermería, donde se implante en los adolescentes una educación para la salud para prevenir el consumo de tabaco, y evaluar al tiempo el impacto que tuvo tal intervención viendo qué cantidad de éstos adolescentes han conseguido no fumar y cuáles de ellos son consumidores habituales de tabaco. También se podía hacer un estudio para conocer si existe relación entre padres fumadores y que sus hijos sean fumadores o no.

Bibliografía:

1. Castillo Morera MR, Sánchez Bermudas N, Rubio Roja R. Prevención del tabaquismo en adolescentes. Revista Conrado. 2015; 11(49):21-24.
2. González Henríquez L, Berger Vila K. Consumo de tabaco en adolescentes: Factores de riesgo y factores protectores. Cienc.enferm [Internet]. 2002[Citado 18 Dic 2015]; 8(2):27-35. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95532002000200004&script=sci_a....
3. Cortés M, Schiaffino A, Martí M, Fernández E. Factores cognitivos asociados con el inicio del consumo de tabaco en adolescentes. Gac Sanit [revista en la Internet]. 2005 [citado 20 Dic

2015]; 19(1):36-44. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0213-91112005....

4. López García KS, Guzmán Facundo FR, Martínez Maldonado R, Frederickson K, Esparza Almanza SE, Alonso Castillo MM. Efecto de una intervención para prevenir el consumo de alcohol y tabaco en adolescentes de escuelas secundarias de Monterrey, México. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo [Internet]. 2008[citado 20 Dic 2015]; 10(1):79-92. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=145212853006>.

5. Ballester Ferrando D, Juvinyà Canal D. El Profesional de enfermería y la educación para la salud en prevención de drogas en adolescentes. Revista Española de Drogodependencias [Internet]. 2004 [citado 21Dic 2015]; 29(1y2):149-157. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=935404>.
