



La prevención educativa del tabaquismo en adolescentes

Educational prevention of smoking in adolescents

Annia Hernández-Barrientos; Yahyma García-Limonta; Leovis Muñoz-Torres

Universidad de Guantánamo, Cuba

Correo(s) electrónico(s)

yansy.om@nauta.cu

yahymagl@cug.co.cu

leovism@cug.co.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8659-4396>

<https://orcid.org/0000-0001-8698-8790>

<https://orcid.org/0000-0002-2125-104x>

Recibido: 17 de enero de 2022

Aceptado: 20 de septiembre de 2022

Resumen

La investigación está referida a los graves daños que ocasiona el tabaquismo a la salud, no sólo a quienes fuman, sino también a aquellos que en forma involuntaria se ven expuestos al humo del tabaco, concebida para ofrecer actividades psicopedagógicas para la prevención educativa del tabaquismo en adolescentes. Para evaluar el estudio diagnóstico de la situación se emplearon diferentes métodos y técnicas investigativas que permitieron precisar que existen insuficiencias en el conocimiento por parte de los adolescentes de los riesgos que genera el tabaquismo. Las actividades psicopedagógicas que se proponen permitirán lograr mejor nivel de preparación y estilo de vida más saludables.

Palabras clave: Tabaquismo; Prevención; Prevención educativa; Actividades psicopedagógicas;

Abstract

The research refers to the serious damage that smoking causes to health, not only to those who smoke, but also to those who are involuntarily exposed to tobacco smoke, conceived to offer psycho-pedagogical activities for the educational prevention of smoking in teenagers. To evaluate the diagnostic study of the situation, different methods and investigative techniques were used that made it possible to specify that there are inadequacies in the knowledge of adolescents of the risks generated by smoking. The psycho-pedagogical activities that are proposed will allow to achieve a better level of preparation and a healthier lifestyle.

Keywords: Smoking; Prevention; Educational prevention; Psychopedagogical activities

Introducción

De todos los problemas emergentes de salud más acuciantes en el Sistema Nacional de Educación, el tabaquismo ocupa un lugar especial. Se trata de una adicción que durante mucho tiempo fue socialmente tolerada. Hoy, sin embargo, hay evidencia científica que demuestra los graves daños a la salud que produce, no sólo a quienes fuman, sino también a aquellos que de forma involuntaria se ven expuestos al humo del tabaco.

El tabaquismo constituye un problema de salud mundial, que se agrava cuando se presenta en adolescentes, los cuales se encuentran en desventaja, producto de las características sociopsicológicas que marcan esta etapa del desarrollo del ciclo vital.

Diversas investigaciones han demostrado que frecuentemente el consumo de tabaco comienza en la adolescencia temprana, por tratarse de una drogadicción con consecuencias en los ámbitos individual, familiar y social y así lo asevera Carvajal (2006).

Existen evidencias científicas de los daños que provoca a la salud, a la economía, así como los beneficios de los ambientes libres de humo de tabaco. El Sistema Nacional de Educación, se ha incorporado con todo el pueblo al impostergable combate para defender el presente y el futuro, desempeñando un papel trascendental en el enfrentamiento al flagelo de las drogas específicamente el tabaquismo.

En este combate de todo el pueblo, la escuela, la familia, la comunidad cierran filas y forman un indestructible escudo protector, y el maestro debe ser ejemplo y guía por su conducta, por su preparación y por su permanente activismo político ideológico y cultural.

Castro (2002), lo reafirma al plantear:

Hoy se trata de perfeccionar la obra realizada y partiendo de ideas y conceptos enteramente nuevos. Hoy buscamos lo que debe ser y será un sistema educacional que se corresponda cada vez más con la igualdad, la justicia plena, la autoestima y las necesidades morales y sociales de los ciudadanos en el modelo de sociedad que el pueblo de Cuba se ha propuesto crear. (p. 4)

Diferentes proyectos como apoyo al Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación, se desarrollan para fortalecer el trabajo preventivo en las escuelas para la prevención del tabaquismo.

Un importante punto de partida lo constituye involucrar a los docentes en la impartición de la educación antitabáquica curricular, pero lógicamente, esta actividad queda en manos de un reducido número de docentes, razón por la cual debe enfatizarse en el trabajo con todo el colectivo docente.

La escuela, en su diseño curricular le corresponde potenciar la promoción de la salud en un proceso que permita a los alumnos incrementar el control sobre su salud para mejorarla mediante el tratamiento de temas afines, creando ambientes que la favorezcan desarrollar habilidades personales, reforzar la acción comunitaria, reorientando sistemáticamente a los alumnos en tal sentido.

Según García (2012), que realizó un balance para evaluar el índice de consumo en la sociedad, argumenta que la sociedad está cada vez mejor informada, los índices de consumo se incrementan, especialmente entre adolescentes y mujeres, quienes fuman como símbolo de rebeldía, afirmación de personalidad, libertad o integración social. Pues actualmente, la sociedad conoce más los efectos nocivos del tabaco y el cigarro y los adolescentes lo consumen cada vez con mayor frecuencia. La oferta permite encontrar cigarros casi en cualquier comercio formal e informal, disponible incluso para menores de edad o suelto por unidad a pesar de estar prohibida su venta bajo esta modalidad.

A nivel internacional está comprobado que el tratamiento a la temática requiere de cambios comportamentales, sólo con acciones educativas no se logran resultados notables. La sistematización realizada sobre el tema permitió contratar el papel legal del estado al tener en cuenta la efectividad que se produce a partir de la combinación del binomio Educación-Legislación, por tal razón en la Constitución de la República de Cuba (2019), se expone la necesidad de intensificar el mecanismo legal, para que se convierta en el soporte necesario de trabajo educativo.

El riesgo de consumo de drogas aumenta de manera acelerada durante los períodos de transición, tales como un cambio de escuela, una permuta o mudanza o el divorcio de los padres.

A partir de las razones planteadas, el objetivo está dirigido a implementar actividades psicopedagógica para la prevención educativa del tabaquismo en adolescentes de la Secundaria Básica Sergio Eloy Correa del municipio Guantánamo.

Desarrollo

En Cuba, la prevención educativa ha sido tratada desde diversos puntos de vista en distintos momentos. Se entendía que las causas de las conductas de las personas estaban asociadas a motivos hereditarios: raciales, patológicos, entre otras, sin considerar las influencias de las relaciones socioeconómicas imperantes que generaban desinformación, desconocimiento e insuficientes influencias educativas.

Durante la primera etapa de la adolescencia, cuando los niños pasan de la primaria a la secundaria básica, se enfrentan a nuevos retos sociales y académicos. Con frecuencia en este período los adolescentes son expuestos a las drogas porteras como el cigarro.

Al mismo tiempo, muchos comportamientos son aspectos normales del desarrollo, tal como hacer algo riesgoso o temerario, pueden aumentar las tendencias de los adolescentes a experimentar. Algunos adolescentes tal vez cedan a las presiones de los amigos y generan situaciones de imitación al consumo de cigarrillos para disminuir su ansiedad en eventos sociales o mejorar su apariencia.

Debido a que el juicio y la capacidad de los adolescentes para tomar decisiones no están completamente desarrollados, su habilidad para evaluar los riesgos con exactitud y tomar decisiones sensatas sobre el consumo de cigarrillos puede encontrarse aún limitada.

La labor preventiva en los últimos años se ha fortalecido y perfeccionado, no obstante, los retos que se enfrentan en el orden económico y social imponen enfoques renovados y, por ende, métodos y estilos de dirección educacional en correspondencia con los cambios que objetivamente se producen en la sociedad.

Por tanto, la eficiencia de la labor de prevención educativa se expresa en la calidad del proceso pedagógico. En la actualidad alcanza una extraordinaria importancia social, en el campo educacional constituye una dirección fundamental del trabajo del Ministerio de Educación.

Se trata de desarrollar una pedagogía preventiva que ofrezca los elementos teóricos y prácticos para evitar el surgimiento de dificultades, ya sea en su aprendizaje, áreas específicas, o en su conducta; y, en el caso de que existan, evitar consecuencias negativas: psicológicas, pedagógicas y sociales.

En el Sistema Nacional de Educación y en específico en el subsistema de Educación Secundaria Básica la prevención es una vía esencial para evitar que aparezcan alteraciones que comprometan el desarrollo personal de los adolescentes. Esto demuestra que la prevención es primordial en la formación de la personalidad en la adolescencia, en función de lograr correctos modos de actuación, conductas responsables, estilos de vida sanos, en correspondencia con los principios de la sociedad cubana.

Desde las ciencias la prevención ha sido estudiada desde diversos enfoques, sin embargo y aunque no existe consenso alguno en dejar claro una definición específica de este concepto, su esencia radica en anticiparse a los problemas relacionados con la formación de los educandos, de ahí que utilizan en sus definiciones terminologías como: conocer, anticipar, impedir, actuar de manera oportuna, estimular.

Se asume la siguiente definición de prevención aportada por Gayle (2008), “Significa adoptar cuantas medidas sean necesarias, encaminadas a impedir que se produzcan deficiencias en el desarrollo o que cuando ocurran, estas no tengan consecuencias físicas, psicológicas o sociales negativas” (p. 42).

Es desarrollar una práctica social encaminada a reducir y evitar los factores de riesgo, fortaleciendo la capacidad de respuestas y autonomía de individuos y comunidades, con el fin de ampliar el rango de seguridad en su desarrollo, alejando los límites a partir de los cuales la alteración comienza a convertirse en amenaza; es prepararse y disponer de lo necesario, con anticipación, es actuar para que un problema no aparezca, es adelantarse de forma creativa.

Por tanto, la prevención en la Secundaria Básica permite orientar al adolescente hacia la manifestación de correctos modos de comportamientos ante las manifestaciones de consumo de tabaco en el contexto en que estos se desarrollan.

La adolescencia es una etapa de la vida del ser humano, en la cual se suceden sistemáticos cambios relacionados con las actitudes asumidas por los jóvenes en los aspectos psicológicos, fisiológicos, socioculturales y biológicos.

Según los criterios de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010), se considera de forma convencional adolescente a toda persona cuya edad esté comprendida entre los 10 y 20 años, acorde con los cambios sexuales, las transformaciones físicas, el momento social en el cual se desarrolla y el equilibrio que se produce entre los diferentes intereses, motivaciones, objetivos y aspiraciones de este grupo, en el espacio social y el escenario cultural donde transcurren los años más importantes de su desarrollo humano. Entre los principales trastornos de salud en el adolescente, se citan los trastornos en la adaptación psicosocial entre los que se encuentra la adicción de fumar.

Según Acosta (2009),

El consumo del tabaco es una adicción y la nicotina es la droga aditiva. El consumo del producto del tabaco es una conducta compleja, aprendida, integrada con la vida diaria y relacionada con la forma en que el fumador se relacione con el mundo. (P. 84)

Números actividad, pensamientos y emociones diarias actúan como poderosas señales para fumar, la conducta de fumar está influida por factores ambientales, aceptación del tabaquismo en el hogar, amistades, en el trabajo y normas de la comunidad.

Las investigaciones en el mundo, normalmente han demostrado que el uso del tabaco comienza en la adolescencia temprana, situación que provoca un aumento de problemas de salud futuros, además se han

detectado problemas en niños y adolescentes que fuman con trastornos de conductas (agresivas y tímidas), interpretadas además, como conductas de riesgo, sobre todo para el consumo ulterior de otras sustancias.

Los aporte de Nazutti (2009), argumentan que en la adolescencia se comienza a fumar por experimentación y la sensación de probar cosas nuevas, además por una presión social del grupo de iguales con el que interactúa el individuo, siendo generalmente en esta época, cuando se consolida el hábito, para llegar finalmente a un consumo habitual en la edad adulta.

Es por esto que se recomienda realizar una serie de actividades psicopedagógicas para la prevención educativa del tabaquismo en adolescentes así como mejorar su estilo de vida más saludable.

Métodos e instrumentos

La investigación se realizó en la Secundaria Básica Sergio Eloy Correa de la cual se tomó una población de ocho docentes que laboran en el octavo grado y los 115 alumnos del grado. Escogiéndose como muestra los ocho docentes que laboran en el octavo grado y los 32 adolescentes del grupo 1 que representa el 27.8 % del total.

La aplicación de los instrumentos a la muestra seleccionada arrojó los resultados siguientes:

El 45% de los docentes plantea que no siempre cuentan con todos los recursos psicopedagógicos y preventivos para atender a los adolescentes identificados como fumadores. El 60% plantea que las actividades docentes controladas carecen de demostraciones conjuntas que favorezcan una mejor intervención. El 36,5 % de los docentes manifiestan no contar con algún folleto u otro material docente que les propicie brindar la realización de una labor preventiva exitosa. El 55% de los docentes refieren recibir escasas orientaciones psicopedagógicas para la prevención del tabaquismo en los adolescentes, lo que no les permite desarrollar adecuadamente la labor de prevención educativa.

En las clases visitadas se pudo constatar que el 35% de los docentes no atiende desde el proceso a los adolescentes identificados como fumadores, y el 20% no aplica adecuadamente los métodos educativos para su tratamiento.

Entre los métodos y técnicas en la obtención de la información se utilizaron entrevistas realizadas a directivos y profesores, que representan el 100% de la muestra, reconocen las reuniones de padres, las escuelas de educación familiar, las visitas al hogar, la intervención con los adolescentes como las vías que más utilizan para el trabajo preventivo. El 98% de los directivos entrevistados reflejan que en el

sistema de preparación del docente en esta temática se trata de una manera muy superficial, no se realiza un trabajo sistemático con la familia de los adolescentes que consumen esta sustancia.

Los análisis documentales realizados permitieron identificar las principales debilidades que se presentan en el diagnóstico inicial:

- El 42 % de los docentes presenta falta de preparación para llevar a cabo la prevención del tabaquismo.
- El 62 % de los docentes no utilizan las vías, métodos y procedimientos adecuados para prevenir el tabaquismo en los adolescentes.
- El 48 % de los docentes no muestra percepción de riesgo de las causas que generan el tabaquismo en los adolescentes, por lo que no siempre se incorporan acciones derivadas de la ocurrencia de las incidencias en el Plan de Prevención de Riesgo de la escuela.

Las insuficiencias detectadas, como brechas que aún no se han resuelto, evidencian la necesidad de proponer nuevas herramientas que permitan a los docentes, a partir de las potencialidades de los programas de estudio, darle tratamiento a la prevención educativa del tabaquismo en los adolescentes.

Propuesta

Para que la prevención del consumo de tabaco tenga éxito es necesario comprender por qué se desarrolla esta clase de comportamiento. Disponiendo de este conocimiento podremos actuar sobre aquellas variables susceptibles de ser modificadas.

Un elemento esencial en la prevención del tabaquismo lo constituye la percepción de riesgo como configuración psicológica que mediatiza el proceso de toma de decisiones por parte del sujeto frente al consumo tabáquico.

Para elaborar cada una de las actividades se tuvo en cuenta el diagnóstico de los adolescentes objeto de investigación por lo que las actividades son contextualizadas y flexibles que permitirán enriquecer las potencialidades educativas.

Para el diseño de las actividades psicopedagógicas se partió de las necesidades psicopedagógicas que tienen su origen en la dinámica del proceso de enseñanza aprendizaje, cuando se perciben carencias o ausencia de elementos para un funcionamiento eficiente, es una situación conflictiva que se caracteriza por la atracción hacia fenómenos o situaciones, que pueden ser satisfechas durante y mediante el empleo de herramientas psicológicas y pedagógicas dando curso con ellas al desarrollo de la personalidad.

Todas las sesiones comienzan con un juego básico de presentación que ayudará a tomar conciencia de su identidad individual y grupal, acercándose al resto del grupo y permitiéndoles entrar en la energía del curso y abrir la mirada a la materia específica de cada sesión.

Las temáticas para trabajar con los adolescentes están dirigidas a:

- Debatar criterios y valoraciones sobre el tabaquismo a partir de la elaboración de un resumen teniendo en cuenta la importancia que tiene para la sociedad brindar apoyo a las personas adictas.
- Debatar mensajes educativos a través del empleo de una historieta.
- Realizar señalizaciones que representen espacios sin fumar y colocarlas en lugares públicos de la escuela y la comunidad.
- Realizar entrevistas a adolescentes.
- Reconocer las consecuencias perjudiciales que tiene el consumo de tabaco.
- Escribir una carta a un amigo o familiar para que deje de fumar.

Actividades psicopedagógicas para la prevención educativa del tabaquismo en adolescentes de la Secundaria Básica Sergio Eloy Correa

Actividad # 1

Título: Si decides por la vida, el amor crecerá, no al tabaquismo.

Objetivo: Debatar criterios y valoraciones sobre el tabaquismo a partir de la elaboración de un resumen teniendo en cuenta la importancia que tiene para la sociedad brindar apoyo a las personas adictas.

Tiempo de duración: 45 minutos

Metodología para su instrumentación: se iniciara presentando la frase siguiente:

“El Amor, como el árbol, ha de pasar, de semilla, a arbolillo, a flor y a fruto” José Martí.

Después de escuchar esta frase de José Martí, que se puede encontrar en las Obras Completas Tomo 20, se comenzará la actividad presentando la guía de observación del documental: Adicciones: El camino equivocado, seguidamente se hará la proyección del mismo. Al terminar realizará las preguntas siguientes: ¿Qué consecuencia trae el tabaquismo para las personas que lo padecen y cuales para la sociedad? ¿Cómo ayudarían a las personas que padecen de este hábito? ¿Por qué es importante que en el futuro muestren un buen ejemplo a sus hijos? Seguidamente se les entregará a los participantes tarjetas que tienen escritos mensajes hermosos para vivir con armonía, que aparecerán en una pancarta visible con la estructura siguiente:

Amarse

Desear cosas buenas

Iniciar nuevos proyectos

Cuidar la salud

Confiar en nosotros mismos

Impedir las malas acciones

Olvidar el daño

No permitir el maltrato

Evitar malos momentos

Saber vivir con felicidad

¿Qué mensaje te aportan estas expresiones? Se comentará que cada una de estas expresiones aporta un mensaje positivo y emprendedor para vivir sanamente, amar a quienes rodean y proponernos nuevos proyectos de vida. Pero insiste en que deben observar detenidamente la primera letra de cada oración, se percatarán que se forma una palabra ¿Cuál es? **ADICCIONES** ¿Qué son las adicciones? Al escuchar diversos criterios se orientará la búsqueda de esta palabra en el diccionario. **Adicción:** dependencia física o psíquica que procede de un consumo habitual; se aplica especialmente a las drogas. ¿Conoces cuáles son los tipos de adicciones que existen? Existen varios tipos de adicciones entre ellas se encuentran el tabaquismo. ¿Por qué crees que las personas crean adicciones a los hábitos tóxicos?

Evaluación: se realizará mediante la participación de los alumnos en la actividad.

Actividad # 2

Título: La historia de Goya

Objetivo: Debatir mensajes educativos a través del empleo de una historieta.

Tiempo de duración: 30 minutos

Metodología para su instrumentación: se iniciará invitándolos a conocer la historia de Goya, un pasaje del hermoso libro “La Comarca de mi abuela Chicha”. Esta obra cuenta con 32 hermosos capítulos, en uno de ellos el simpático niño narra la historia real de adicción al tabaco de un miembro de su familia. Aquí se enfrentarán a una historia de la que podrán ser testigos en cualquier momento de sus vidas.

Preguntas:

¿Quién era Goya?

¿Cómo era físicamente?

¿Qué tristeza Goya guardaba en su corazón?

¿Qué le provocó esta intensa tristeza?

¿Consideras correcta la actitud de la abuela Chicha. Por qué?

¿Qué harías tú si alguna vez tuvieras cerca de ti a una persona adicta al tabaco?

Para comprender a las personas adictas al tabaco, de las que estamos rodeados en diversas latitudes de nuestra ciudad y las que en ocasiones nos acompañan en nuestras familias, son merecedoras de nuestro apoyo, nuestro cariño y comprensión. El tabaquismo es una enfermedad considerada como dañina, pues alcanza como problema de salud mundial igual rango que el cáncer y las enfermedades cardiovasculares, principales causas de muerte. Hacerles comprender que la vida es bella y mantenernos fuertes y saludables es la forma más exquisita de resolver los duros golpes que nos prepara la vida.

Se recomienda elaborar un resumen donde se destaque por qué es necesario ayudar a las personas.

Les invitamos a disfrutar del verso que a continuación se le dará lectura.

Ayudar a una persona adicta

Es un acto de humanidad,

De cordura y constancia

En bien de la sociedad.

Un adicto es un ser humano

Que tiene necesidad

De tu amor, tu entendimiento,

Tu confianza y tu lealtad.

Cuando los veas en las calles,

No cambies de dirección,

Estrecha tu mano franca,

Y habita su corazón.

Las adicciones ya son

Un mal de la sociedad

Pero tu dosis de amor,

Los ayudan a sanar.

Con la lectura de este verso damos por terminada la actividad.

Evaluación: a través de la técnica del PNI (Positivo, Negativo, Interesante)

Actividad # 3

Título: Espacio sin cigarrillo

Objetivo: Realizar señales que representen espacios sin fumar y colocarlas en lugares públicos de la escuela y la comunidad.

Tiempo de duración: 1 hora

Metodología para su instrumentación: consiste en que el docente invita a los alumnos a crear sus propias señalizaciones, las cuales deben representar espacio sin cigarrillo, o similar y colocarla en espacios cerrados de uso público frecuentado por ellos así como en la comunidad donde conviven, como la que se muestra en la imagen 1. Esta actividad puede ser desarrollada el día 31 de mayo conocida como el día mundial sin tabaco. Se sugiere además que pueden dejar mensajes educativos cercanos a las señalizaciones.

Imagen 1. Espacio sin cigarro



Fuente: Elaboración propia, adaptado de Navarro, 2011

Y se les preguntará: ¿Qué quiere transmitir este aviso?

¿Qué significa la imagen que aparece?

¿Qué quiere decir el texto?

Evaluación: se realizará mediante la participación de los alumnos en la actividad.

Actividad # 4

Título: Viaje de ideas

Objetivo: Realizar entrevistas a adolescentes.

Tiempo de duración: 45 minutos

Metodología para su instrumentación: se iniciará entregándole a los alumnos cinco papeles pequeños donde deberán escribir sus conocimientos sobre el tema propuesto: “¿Qué sabemos sobre TABAQUISMO?”. Es importante que los alumnos escriban en cada una de las tarjetas que tienen una idea puntual sobre el tema (no mezclar ideas, pues esto dificulta el ordenamiento posterior de las mismas). Minutos después, el docente va pidiendo que cada alumno lea alguna de sus tarjetas. Luego se escribirán en la pizarra donde se irán agrupando y clasificando en columnas las tarjetas de los demás alumnos en las que se mencionan ideas relacionadas o parecidas.

Al final se obtendrán varias columnas o grupos de ideas que nos indicarán por dónde se concentra la mayoría de los conocimientos del grupo, lo que permitirá al docente seleccionar los contenidos para llevar el proceso de aprendizaje de manera gradual. Cada grupo de tarjetas puede ser colocado en un afiche que quede en el aula y sirva como plataforma de despegue para cada tema que se va profundizando sobre tabaquismo en clases posteriores.

Evaluación: se realizará mediante la participación de los alumnos en la actividad.

Actividad # 5

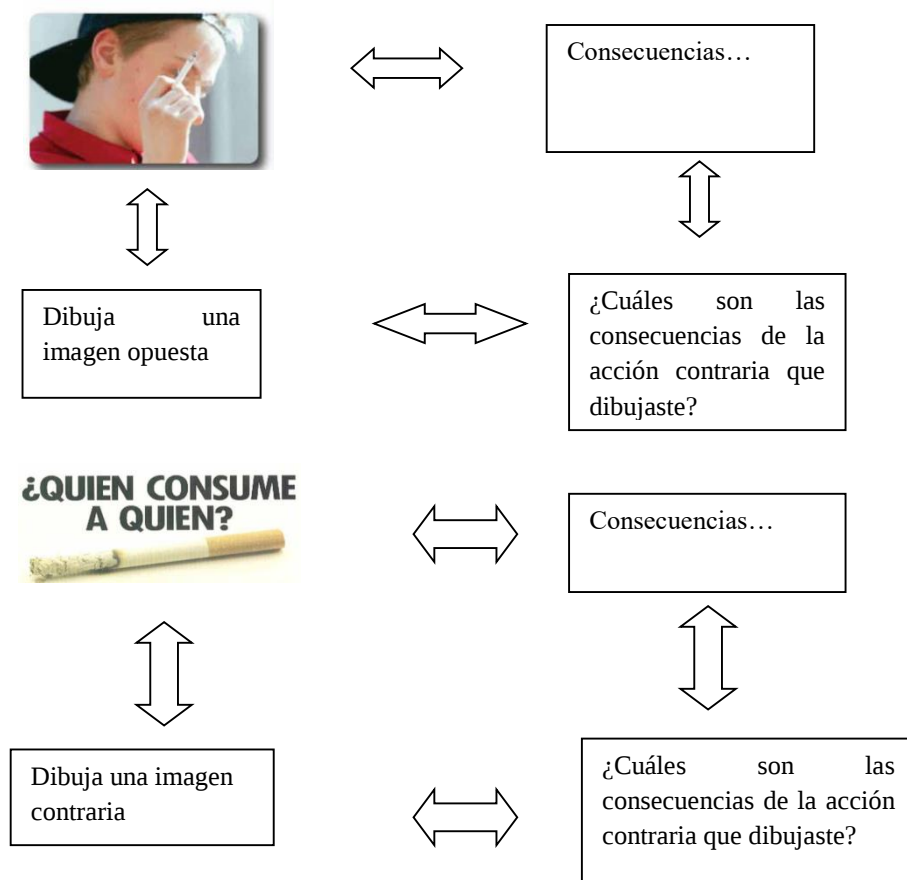
Título: Hablemos sobre el tabaquismo.

Objetivo: Reconocer las consecuencias perjudiciales que tiene el consumo de tabaco.

Tiempo de duración: 45 minutos

Metodología para su instrumentación: se iniciara presentando las ilustraciones siguientes:

Imagen 2. Causas y Consecuencias



Fuente: Elaboración propia

Se explicarán las consecuencias que se derivan de las acciones que aparecen en las ilustraciones, pidiéndole al alumno que imagine la acción contraria a la que aparece en la imagen y luego escribe qué pasaría.

Evaluación: se realizará mediante la participación del alumno en la actividad.

Actividad # 6

Título: Mi carta

Objetivo: Escribir una carta a un amigo o familiar para que deje de fumar.

Tiempo de duración: 45 minutos

Metodología para su instrumentación: Se invita a los alumnos a que escriban una carta a un ser querido, familiar o amigo tratando de convencerlo de dejar de fumar. Las mismas serán redactadas de acuerdo con las características pedagógicas del grupo etario de los alumnos. Se elaborará un “buzón de correo” elaborado para el trabajo. Cada alumno puede pasar y recibir una carta diferente a la que escribió y leerla al grupo. Se inicia entonces un debate sobre el tema, donde entre todos se aportan conocimientos, sensaciones y posturas. El docente hace de moderador de los temas que surgen, aclarando dudas y cediendo la palabra a los que desean hablar.

Se concluye seleccionando las mejores cartas para escribirlas a modo de afiche y dejarlas exhibidas en el aula o la escuela.

Imagen 3. El cartero



Fuente: Elaboración propia, adaptado de Acosta, 2009

Evaluación: se realizará mediante la participación de los estudiantes en las actividades. El profesor le entregará a cada alumno una tarjeta con tres categorías para que marquen la evaluación obtenida durante el desarrollo de la actividad. Al finalizar serán estimulados los que mejores resultados alcancen.

Conclusiones

Se reconoce la prevención del tabaquismo en la adolescencia como base esencial en estilos de vida más saludables, en función de esto se sistematizan los fundamentos teórico-metodológicos que sustentan el trabajo y que se toman de los aportados de diversos investigadores de la Organización Mundial de la Salud en dependencia del contenido y otros agrupamientos sociales. El diagnóstico, mediante la observación, la encuesta, la entrevista y el análisis documental, comprobó que existen insuficiencias en la prevención del tabaquismo en los adolescentes, visto en la insuficiente preparación de los docentes en la utilización de métodos educativos y preventivos, en correspondencia con el diagnóstico psicopedagógico de los adolescentes y en la unidad de influencias con la familia, para un conocimiento mayor y mejores hábitos de salud. La concreción en la práctica de las actividades elaboradas demostró que las mismas son viables y efectivas, contribuyeron a formar conductas más saludables y para la lograr en los adolescentes estilos de vida más sano para su desarrollo personal integral, así como mayor conocimiento de las consecuencias que acarrea el tabaquismo para la salud humana.

Referencias bibliográficas

- Acosta, O. S. (2009), *Situación actual del Programa de prevención y control del tabaquismo en Cuba*. CNPES.
- Carvajal, C. (2006). *Promoción de la salud en la escuela cubana. Teoría y metodología*. Félix Varela.
- Castro, F. (2002, septiembre, 17). Discurso pronunciado en el acto de inauguración del curso escolar 2002- 2003. *Granma*, pp. 2-4.
- García del Castillo, J. (2012). Concepto de percepción de riesgo y su repercusión en las adicciones. *Salud y drogas*, 12, (2), pp. 133-151. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83924965001>
- Gayle, A. (2002). *Convocados por la diversidad. De la conceptualización del currículo a la práctica escolar*. Pueblo y Educación.
- Navarro, C. (2011). *Factores que disminuyen la probabilidad de dejar de fumar*. <http://www.OMS.com>
- Nazutti, M. (2009). El quehacer psicopedagógico en sus orígenes. *Revista del Colegio de Psicopedagogos*, 1(2), pp. 3-4.
- Órgano Central del Estado. (2019). *Constitución de la República de Cuba*. Editora Política.
- OMS y OPS. (2010). *Día Mundial Sin Tabaco. Género y tabaco: la promoción del tabaco dirigida a las mujeres*. España.

Zaldívar, D. (1990). *Estrategia para el control, disminución y cesación del hábito tabáquico*. La Habana: Pueblo y Educación.