

Evaluación de hábitos tóxicos en una población de adolescentes Evaluation of toxic habits in a population of adolescents

MSc. María Elena Licea S,^I MSc. María Teresa Díaz S.^{II}

I Profesora auxiliar del Instituto Farmacia Alimentos (IFAL), Universidad de La Habana.

II Prof. Asistente del Instituto Superior Pedagógico José Antonio E. La Habana, Cuba.

RESUMEN

Introducción: una de las epidemias sociales de mayor y más rápida extensión de nuestro siglo, es el problema mundial que se presenta con el uso indebido de drogas y el consumo de bebidas alcohólicas, entre otras. Este fenómeno tiene tal trascendencia, fundamentalmente en los jóvenes, ya que no solo se manifiesta deterioro personal, familiar y de comunidades completas, sino que al mismo se asocian afectaciones sociales.

Objetivo: en este trabajo nos propusimos determinar y evaluar la presencia de hábitos tóxicos en una población de 60 estudiantes de una secundaria básica del municipio La Lisa.

Diseño metodológico: para lograr nuestro objetivo realizamos una encuesta en forma de entrevista, durante el período noviembre-diciembre de 2012. Los resultados se cuantificaron por análisis porcentual.

Resultados: encontramos un elevado consumo de bebidas alcohólicas (75 % aproximadamente), predominando el grupo de 12-14 años de edad y el consumo de cigarros en menor proporción de la muestra (50%).

Conclusiones: estos resultados nos motivaron a realizar debates, donde se consolidó la prevención de esas actitudes, que pueden provocar una adicción.

Palabras clave: adicción, alcoholismo, tabaquismo.

ABSTRACT

Introduction: A social epidemics largest and fastest expansion of our century, is the world's problem that occurs with misuse of drugs and alcohol use, among others. This phenomenon is of such importance, mainly in young people, as not only personal, family and entire communities deterioration manifested, but at the same social affectations are associated.

Objective: In this study we set out to identify and assess the presence of toxic habits in a population of 60 students from a junior high school in the municipality of La Lisa.

Methodological design: To achieve our goal we conducted a survey in the form of interview, during the period from November to December 2012. The results were quantified by percentage analysis.

Results: We found a high intake of alcohol (about 75%), predominantly group of 12-14 years of age and cigarette smoking in a smaller proportion of the sample (50%).

Conclusions: These results prompted us to conduct debates, where the prevention of such attitudes, which can cause an addiction consolidated.

Key words: addiction, alcoholism, smoking

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa de la vida crucial en el individuo, pues es el período en que se están formando hábitos de conducta y de socialización, además es una etapa en que la influencia externa es marcada y su consecuencia en su calidad de vida, por tanto, decisiva (1,2). El fenómeno de las drogas, el alcoholismo y el tabaquismo es sumamente complejo, por ser, entre otras razones, multicausal.

El alcohol es una de las drogas de uso más antiguo y con una amplia aceptación. La amplia tolerancia social y su fácil adquisición la convierten en una sustancia "doméstica". El alcoholismo es una enfermedad crónica y progresiva que deriva de la ingestión excesiva y no controlada de alcohol, el cual se encuentra en todas las bebidas alcohólicas en mayor o menor grado. Esta enfermedad se caracteriza por una dependencia hacia esta sustancia, que se ve en dos síntomas: la incapacidad de detenerse en la ingestión de alcohol y la imposibilidad de abstenerse del alcohol. Tiene muchos efectos físicos y psicológicos que hacen que la persona cambie su comportamiento.

El tabaco, por su parte, se elabora a partir de las hojas secas de la planta del mismo nombre, contiene varias sustancias, destacándose la NICOTINA que es la responsable de generar dependencia. La nicotina es el producto activo más importante del tabaco (junto con el alquitrán). Es una droga estimulante que genera adicción y produce numerosos efectos tóxicos. Es por ello que, a partir de esta problemática presente en jóvenes y adolescentes nos propusimos como objetivo: determinar y evaluar la presencia de hábitos tóxicos (consumo de alcohol y tabaco) en una población de 60 estudiantes de una secundaria básica del municipio La Lisa.

METODOLOGÍA

Se realizó una encuesta en forma de entrevista a 60 estudiantes del 9no grado de una secundaria del municipio La Lisa, durante el período Noviembre-Diciembre de 2012. Esta encuesta permitió caracterizar la muestra de estudiantes que participaron, así como el nivel de conocimientos y presencia de hábitos tóxicos, como consumo de bebidas alcohólicas y tabaquismo. Los resultados se analizaron por estadística porcentual.

RESULTADOS

La caracterización de la muestra de estudiantes encuestados se refleja en la Tabla No 1.

Tabla 1. Caracterización de la muestra

Sexo y hábitos tóxicos	No.	%
Femenino	33	55
Masculino	27	45
Estudiantes con hábitos tóxicos	45 (beb. alc.)	75
	30 (tabaquismo)	50

En la encuesta participaron 60 estudiantes, de los cuales 33 (55%) eran del sexo femenino y 27(45%) del masculino.

Un aspecto importante obtenido en el análisis de la encuesta se muestra en la Tabla No 2.

Tabla 2. Distribución de estudiantes que fuman y beben por sexo

No. de estudiantes /sexo	Fuman	Beben	Ambos hábitos
33(femenino)	11(33%)	20 (66%)	6(18%)

27 (masculino)	19(70%)	25(92%)	19(70%)
----------------	---------	---------	---------

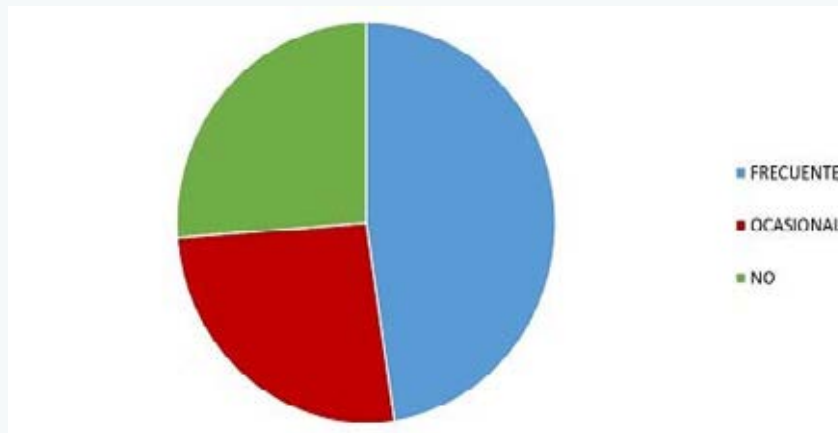
A continuación representa la tabla No 3, que refleja la edad en que los encuestados refieren que comenzaron a fumar.

Tabla 3. Distribución de estudiantes que fuman

Fuman	Edad comienzo	n (%)
30	Menos de 11 años	6(10%)
	Entre 12 – 14 años	24(40%)

Un aspecto importante que tratamos en la encuesta fue sobre el consumo de bebidas alcohólicas. Los resultados aparecen en la siguiente figura No 1.

Fig 1. Distribución de encuestados que consumen bebidas alcohólicas



DISCUSIÓN

En la encuesta realizada, el 55% pertenecía al sexo femenino y el 45% al masculino, situación que resultó totalmente aleatoria.

Entre los encuestados se observa una marcada presencia de hábitos tóxicos, ya que fuman el 33% de las estudiantes y 70% de los varones entrevistados. Se observa un predominio de estudiantes del sexo masculino con hábitos tóxicos, pues más del 70 % fuman y/o beben, esto coincide con resultados obtenidos en otros estudios, pues los adolescentes a esa edad, del sexo masculino son muy vulnerables y sensibles a la imagen social que, erróneamente, consideran que les brinda estos estilos de vida.

En nuestro criterio es muy alarmante que de este grupo de 60 estudiantes, al menos las dos terceras partes de los estudiantes encuestados, consuman bebidas alcohólicas o lo han intentado, pero aún más, que la mitad de ellos (n=30), actualmente fuman. También nos llamó mucho la atención que ni siquiera la mitad de los padres saben que sus hijos fuman, esto explicaría la necesidad de actividades educativas para que sea de su conocimiento los riesgos a que se exponen con estos hábitos de consumo, pues no cuentan con el consejo y ayuda de la que resulta la fuente principal de educación: los padres.

Con relación a la tabla No 3, es interesante que el 10% (n=6) aproximadamente de los encuestados, refiere que comenzaron a fumar antes de los 11 años, es decir en la etapa de

escuela primaria y el 40%(n=24), entre los 12 y 14 años, edades en que el organismo está en pleno desarrollo y los efectos tóxicos de este hábito resultan notablemente marcados.

Al indagar entre las causas que los llevan a fumar en estas edades tan tempranas, se destacan que: los hace ver mayores y por encajar entre las amistades. Es bien conocido que en este período de la vida, la influencia del criterio del grupo de amistades es fundamental, independientemente que resulta contradictorio que, por otra parte, refieren conocer los efectos nocivos de dicho hábito.

En nuestro estudio encontramos, sin embargo, que con relación a otro trabajo consultado, la edad de inicio de fumar no coincidió, pues en nuestro caso predominó el grupo de 12- 14 años y no menores de 11 años.

Tanto en nuestros resultados como en otros consultados, las motivaciones para desarrollar este hábito tóxico son similares (3).

Analizando los resultados presentados en el gráfico No 1, se puede observar, que cerca del 75% de los encuestados refiere consumir bebidas alcohólicas frecuente u ocasionalmente (n= 45).

Con respecto a a este hábito, es muy importante destacar que el mismo se puede considerar muy frecuente ya que, generalmente las bebidas se consumen en fiestas, pero van a dichas actividades todos los fines de semana y como es considerado un rango peligroso la ingesta semanal superior a 280 g. (28 U) en el varón ó 170 g (17 U) en la mujer, también se considera peligroso consumir 50 g. (5 U) en 24 horas, una o más veces al mes, entonces el consumo en estos jóvenes es alarmante.

En un estudio precedente, realizado por nuestro colectivo en el 2010, con adolescentes de una secundaria básica también, se observó un comportamiento similar, pues la frecuencia de consumo era semanal y el comienzo de este tóxico hábito estaba alrededor de los 11-12 años, edad en que comienzan a asistir a actividades festivas, sin los padres.

Resulta de gran interés resaltar que los encuestados, en más del 60 % (n=36) refirieron que ese consumo no les afecta su conducta, es decir no reconocen el carácter depresor de esta droga e inclusive lo asocian a un mejor desempeño en cuanto a su comportamiento sexual.

Contradictoriamente refieren conocer los efectos fisiológicos que causa el alcohol.

De gran importancia resulta que el aproximadamente el 85% de los varones encuestados(n=22), plantea que una condición que no debe faltar en sus actividades sociales es la presencia de bebidas alcohólicas, la cual consideran una vía de aceptación en el grupo, junto con el hábito de fumar. Desconocen, en su mayoría, que el alcoholismo es una enfermedad y piensan estar preparados para detener esta adicción, en caso de que el consumo se convierta en reiterado.

En la bibliografía consultada (3), aparecen datos similares a los hallados en nuestro estudio, se observa una situación similar en cuanto a la presencia del hábito de beber (74 y 75 %), aunque en nuestro estudio la presencia del hábito de tabaquismo fue algo menor(50%).

En bibliografía consultada encontramos edades similares de inicio del consumo de bebidas alcohólicas (3).

A partir de estos resultados, un grupo de estudiantes de nuestro instituto, desarrolló conversatorios y debates, sobre alcoholismo y sus posibles consecuencias, tanto en la salud emocional, física y desarrollo social, que resultaron calificadas de muy positivas por más del 70 % de los estudiantes que las recibieron.

Conclusiones:

- Encontramos hábitos tóxicos bien establecidos en más del 50 %, de forma general, en ambos sexos.
- Se observa un predominio de estos hábitos en los estudiantes del sexo masculino, fundamentalmente en el consumo de bebidas alcohólicas.
- Se comienzan estos estilos de vida inadecuados, a temprana edad (12/14 años).
- Se requiere ampliar y realizar actividades preventivas – educativas que contribuyan a eliminar estos hábitos tóxicos en los adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1-OMS. Programación para la salud y el desarrollo de los adolescentes. Ginebra,1999, serie de Informes Técnicos, 886.
2. Mckay, J.et alls, Family dysfunction and alcohol and drug use in adolescent psychiatric inpatients.J.Anm. Acad.Childs Adolesc. Psychiatric inpatients. 1991; 30:967-72
3. www.famg.org.ar/.../ hábitos tóxicos en los adolescentes de una escuela de Trancas en el período Julio –Agosto de 2007.

María Elena Licea S. Instituto Farmacia Alimentos (IFAL), Universidad de La Habana. Correo electrónico: mlicea@ifal.uh.cu