



Prevención

de Consumo de Productos Tabáquicos en Adolescentes

Cartilla para Adolescentes

Alexandra Zapata Montoya
María del Carmen Murcillo Soto
Kathryn Michelle Posso Flórez

VIGILADA
MINISTERIO DE
EDUCACIÓN



EDITORIAL

Prevención de consumo de productos tabáquicos en adolescentes. Cartilla para adolescentes / Alexandra Zapata Montoya, María del Carmen Murcillo Soto, y Kathryn Michelle Posso Flórez. -- Santiago de Cali: Universidad Santiago de Cali, Sello Editorial, 2020.

19 páginas: ilustraciones; 24 cm.
Incluye referencias bibliográficas.

1. Tabaquismo – Impacto en la salud 2. Tabaquismo - Prevención 3. Tabaquismo - Jóvenes
I. Alexandra Zapata Montoya. Universidad Santiago de Cali.

SCDD 362.042 ed. 23

CO-CaUSC

jrgb/2020



Prevención de consumo de productos tabáquicos en adolescentes. Cartilla para adolescentes

© Universidad Santiago de Cali.

© **Autores:** Alexandra Zapata Montoya, María del Carmen Murcillo Soto y Kathryn Michelle Posso Flórez.

1a. Edición 100 ejemplares

Cali, Colombia - 2020

**Comité Editorial
Editorial Board**

Claudia Liliana Zúñiga Cañón
Doris Lilia Andrade Agudelo
Edward Javier Ordóñez
Alba Rocío Corrales Ducuara
Santiago Vega Guerrero
Milton Orlando Sarria Paja
Mónica Carrillo Salazar
Sandro Javier Buitrago Parías
Claudia Fernanda Giraldo Jiménez

Proceso de arbitraje doble ciego:
"Double blind" peer-review

Recepción/Submission:
Noviembre (November) de 2020

**Evaluación de contenidos /
Peer-review outcome:**
Diciembre (December) de 2020

Aprobación/Acceptance:
Febrero (February) de 2021



La editorial de la Universidad Santiago de Cali se adhiere a la filosofía del acceso abierto y permite libremente la consulta, descarga, reproducción o enlace para uso de sus contenidos, bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional.
<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



Prevención

de Consumo de Productos Tabáquicos en Adolescentes

Cartilla para Adolescentes

Alexandra Zapata Montoya
María del Carmen Murcillo Soto
Kathryn Michelle Posso Flórez

VIGILADA
MINISTERIO DE
EDUCACIÓN



EDITORIAL

Agradecimientos

Tengo una deuda de gratitud con muchos seres que han hecho parte de este proceso, me faltaría espacio para nombrar a cada uno, pero quiero iniciar agradeciendo a Dios que ha sido motivo de inspiración en cada paso para la culminación de esta herramienta soñada, a mi esposo por el amor y la paciencia en los momentos de ausencia por la entrega y pasión la escritura de este manuscrito, a mis estudiantes hoy colegas, que siguieron la idea loca de poner un granito de arena para cambiar el mundo, a las instituciones educativas del Valle del Cauca, (El Cerrito, Pradera, Florida, Villa Gorgona, Palmira, entre otras) que abrieron sus puertas para poder conocer sus necesidades, y ser el motivo de la presentación de este manuscrito, a los adolescentes que abrieron sus corazones y con honestidad nos contaron sus ideas y conocimientos sobre el consumo de tabaco, a la Universidad Santiago de Cali, Alma Mater que me vio crecer, me acogió como Docente y hoy hace parte de la materialización de este sueño, a mis amigas y colegas que creyeron en mí, a todos muchas gracias.



CAPÍTULO 1

Mitos y Creencias Sobre el Tabaquismo

-Sofía: Hola Mario, ¿Cómo has estado?

-Mario: Muy bien, ¿Tú cómo estas?

-Sofía: Bien gracias cuéntame
¿Qué querías hablar conmigo?

-Mario: Tengo muchas dudas
sobre el consumo de tabaco,
pero en especial sobre los
mitos y creencias que tienen las
personas sobre este.



-Sofía: Claro pero primero
tienes que saber qué es
consumo de tabaco

**“Mario el consumir tabaco es
una causa potencial de cáncer
y muertes. Causa no solo cáncer
de pulmón, sino de riñón, cuello
uterino y muchos otros más” (1).**

-Mario: Entiendo Sofía

-Sofía: Bueno ahora que ya tienes el concepto de
consumo de tabaco, sí podemos hablar de mitos y
creencias.

-Mario: ¡Grandioso!



-Sofía: Dime Mario, ¿conoces algún mito o creencia?

-Mario: Mmm, no mucho la verdad, aunque si he escuchado que las personas que fuman lo hacen porque quieren.

-Sofía: **“La verdad Mario es que muchos fumadores creen que la decisión de comenzar a fumar es una elección libre, pero en realidad no es así. Lo hacen antes y ahora para parecer modernos, maduros, adultos, independientes. En ocasiones, por inadaptación familiar, inseguridad y timidez” (1) (2).**

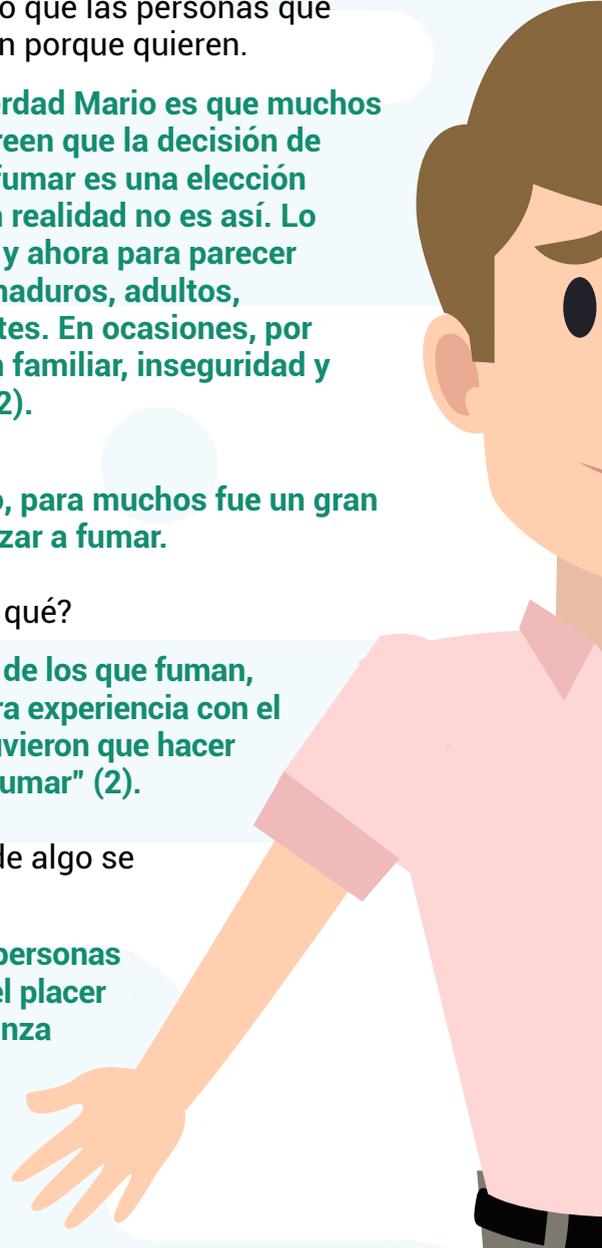
Además Mario, para muchos fue un gran esfuerzo empezar a fumar.

-Mario: Si y ¿por qué?

-Sofía: **“La mayoría de los que fuman, aceptan que su primera experiencia con el cigarrillo fue muy desagradable y tuvieron que hacer un esfuerzo para acostumbrarse a fumar” (2).**

-Mario: Sabes, muchos dicen que de algo se tienen que morir.

-Sofía: **“Es el mito del destino. Las personas que fuman disfrutan de la ilusión del placer que les da el cigarrillo con la esperanza de que no afecte en el futuro su**



calidad de vida. Muchos niegan y no aceptan el riesgo del tabaco" (2, 3).

-Mario: Increíble el nivel al que llega una persona para sentirse bien al fumar.

-Sofía: Y no solo eso, muchos dicen que las drogas ilegales son más peligrosas.

-Mario: ¿Y lo son?

-Sofía: **"En todo el mundo, el tabaco provoca más muertes que el alcohol y hasta que las drogas ilegales. Mario y eso es preocupante" (3) (4).**

-Mario: Pero Sofía, ¿Si las personas quieren pueden dejarlo?

-Sofía: **"Si pueden dejarlo pero no es algo fácil. La verdad es que la nicotina es adictiva y la comparan con la heroína y la cocaína" (2).**

-Mario: Se convierte en una adicción para ellos, sin saber el daño que se hacen a sí mismos.

-Sofía: **"Es triste muchas personas no saben que el tabaco les quita 14 años de su vida" (2).**



-Mario: ¿El fumar tabaco sólo afecta a esas personas o las demás también tienen riesgo?

-Sofía: **"Mario solo unos minutos es suficiente para que esa persona que no fuma tenga un comportamiento similar a la de una persona que sí lo hace. Esto aumenta el riesgo de sufrir enfermedades y trastornos cardiacos" (2).**

-Mario: Pero Sofía, yo veo mucha publicidad sobre el consumo de cigarrillos en la televisión, en la calle.

-Sofía: **"Si claro Mario, esto pasa porque la mayoría de los consumidores empieza entre los 12 y 17 años,⁴ y los fabricantes de cigarrillo lo saben, y por eso, se dirigen más a los jóvenes como nosotros" (2) (5) (12).**

-Mario: Sofía, yo he escuchado de ciertos medicamentos que sirven para dejar de fumar, ¿esos medicamentos si funcionan?

- Sofía: **"Mario hay muchas terapias que sustituyen la nicotina, sí funcionan y ayudan a disminuir su consumo" (6) (2).**





Capítulo 2

Impacto en la Salud de las
Personas Que Consumen Tabaco

Carlos y Felipe son amigos, y recientemente se encontraron en un parque. Al principio todo estaba bien, pero Carlos sintió un raro olor en Felipe y le preguntó que de dónde provenía ese raro olor; Felipe le explicó a Carlos que hace poco había empezado a fumar y ese era el olor del cigarrillo. Carlos lo miró muy sorprendido y de inmediato empezó a explicarle a Felipe el daño a la salud que provoca el consumo del tabaco. A continuación, la conversación entre Carlos y Felipe.

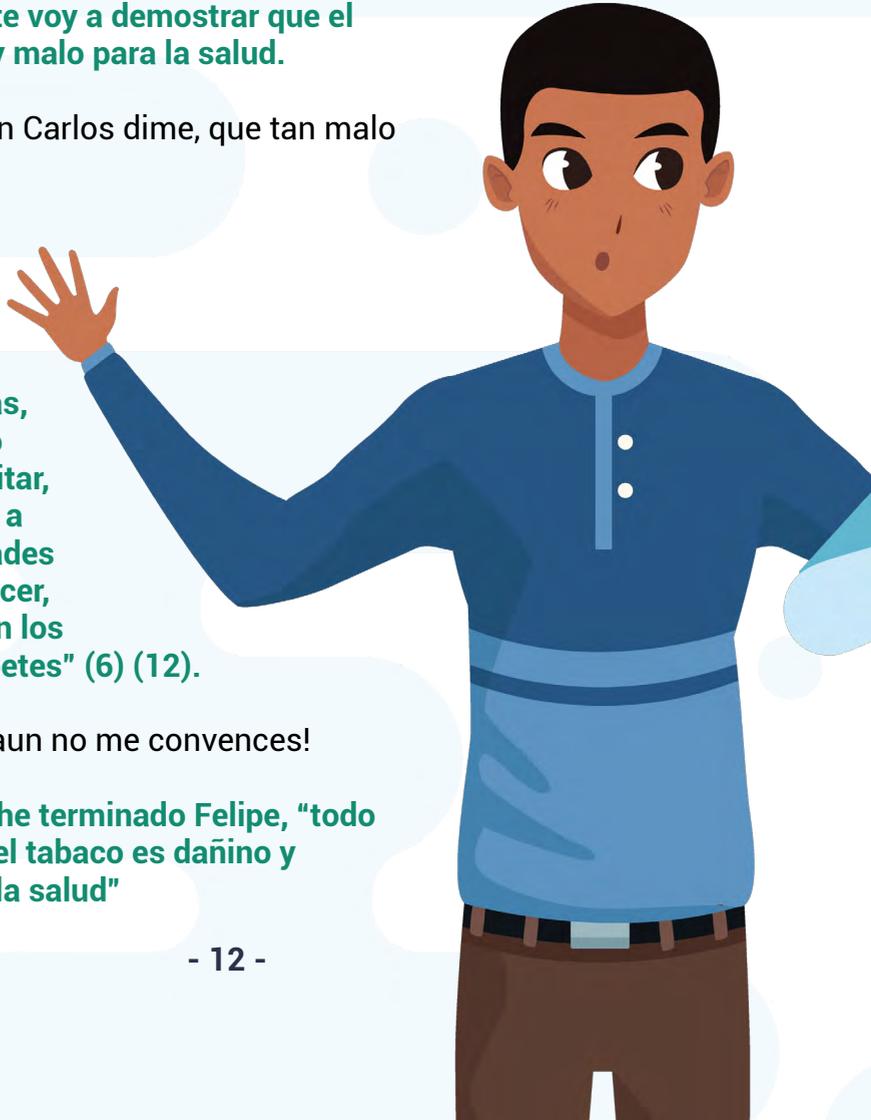
-Carlos: **Felipe te voy a demostrar que el cigarrillo es muy malo para la salud.**

-Felipe: Esta bien Carlos dime, que tan malo puede ser.

-Carlos:
“Felipe a causa del tabaco mueren muchas personas, es un mal hábito que se puede evitar, además, te lleva a sufrir enfermedades del corazón, cáncer, enfermedades en los pulmones y diabetes” (6) (12).

-Felipe: ¡Carlos aun no me convences!

-Carlos: **Aun no he terminado Felipe, “todo lo que contiene el tabaco es dañino y perjudicial para la salud”**



-Felipe: **Lo siento Carlos, pero es que aun con todo eso el cigarrillo sabe muy rico y además me veo muy bien con un cigarrillo en la mano (7) (9).**

-Carlos: **Aún hay más Felipe, te voy a decir lo más preocupante: "Puede producir muchos tipos de cáncer, hasta cáncer en las cavidades nasales, ¡esto quiere decir que te va a dar cáncer en la nariz! Si esto no es suficiente se te van a caer los dientes, tendrás caries, placa decoloración y manchado" (8) (13).**

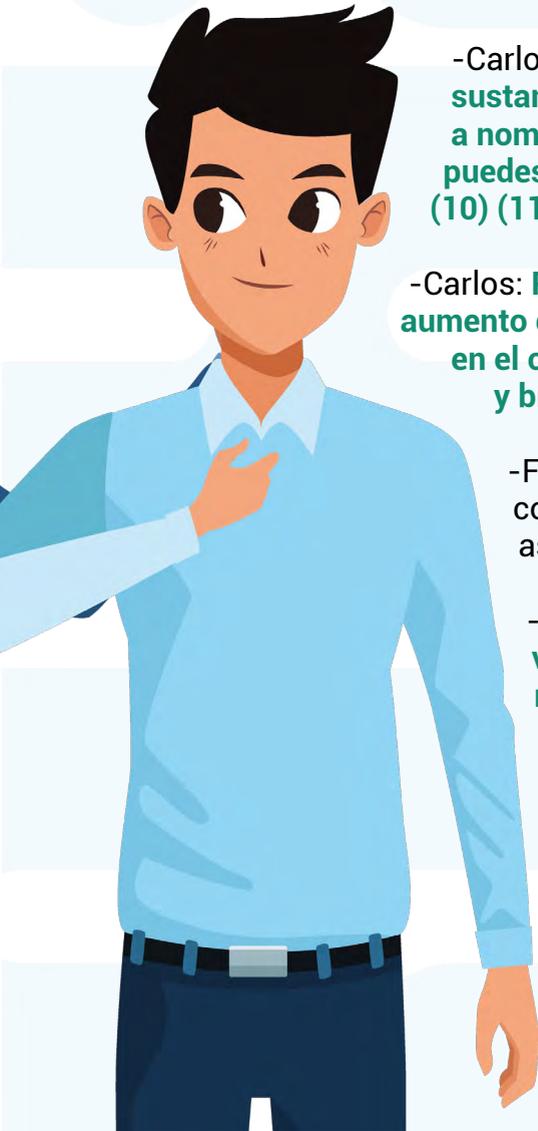
-Felipe: Umm, eso si no me gusta, porque no me quiero quedar mueco.

-Carlos: **Recuerdas que te nombre las sustancias cancerígenas, pues ahora te voy a nombrar todos los tipos de cáncer que puedes sufrir si sigues consumiendo tabaco (10) (11).**

-Carlos: **Puede que también haya un "posible aumento del cáncer de mama, esófago, gástrico, en el colon y el páncreas, cáncer de pulmón y bronquios" (13) (10).**

-Felipe: Está bien Carlos, ya me has convencido y además de eso, me has asustado.

-Carlos: **Para que te termines de convencer, Felipe te voy a decir que, entre más rápido un niño o un adolescente comience a fumar, más probabilidades tendrá de convertirse en fumador regular, de tener una dependencia y más difícil será para que deje el hábito (8) (5) (14).**



Referencias Bibliográficas

1. Aragon Gd, editor. 50 Mitos del Tabaco España: Departamento de Salud y Consumo; 2009.
2. Delgado B. RBCJI. Diferencias de género en el consumo de alcohol y tabaco de estudiantes de educación secundaria obligatoria. Salud y drogas. 2005 Apr; 5(2).
3. Cevdet Erdöl TE,JM,KP,4PG. Fumar tabaco en pipa de agua en Turquía: implicaciones y tendencias de política de la Encuesta mundial sobre el tabaco en adultos. 2015.
4. Cruz ABG y RZ. Prevalencia del consumo de tabaco en una muestra de adolescentes escolarizados del municipio de Ebéjico, departamento de Antioquia, Colombia. Liberabit. 2013 Octubre; 20(1).
5. Azagba D. NBB, LM. Una comparación de las medidas de iniciación al tabaquismo en adolescentes para predecir el comportamiento futuro de fumar. Prev Med Rep. 2015 Mar 1; 17.
6. Kaleta, D. PW&KP. Use of electronic cigarettes among secondary and high school students from a socially disadvantaged rural area in Poland. Salud Pública de BMC. 2016; 16(703).
7. Dustin, T. Duncan, MRMK. Local spatial clustering in youths' use of tobacco, alcohol, and marijuana in Boston. The American Journal of Drug and Alcohol Abuse. 2016 abril; 42(4).

8. El mundo es salud. 12 falsas creencias sobre el tabaco [MARÍA SAINZ].; 2005 [cited 2020 02 05. Available from: <https://www.elmundo.es/elmundosalud/2005/08/25/tabaco-dossiers/1124983555.html>.
9. GIL YIS. ABECÉ Efectos en la salud por el consumo de tabaco. BOGOTÁ: Ministerio de Salud de Colombia, Subdirección de Enfermedades No Transmisibles; 2018.
10. Martínez, JA. WAHACACLAD. Factores asociados con el consumo diario de cigarrillo en adolescentes estudiantes de básica secundaria de Bucaramanga. Revista Biomedica del instituto Nacional de Salud. 2005 Diciembre ; 25(4).
11. Leal Castro A, Leal Castro CD, Gutiérrez Avendaño CM, Bustos Olaya H, Lagos Figueroa JA, Cobo Dorado JP, Freire Tigres ME. Pedagogía; Formación profesional de maestros; Docencia como profesión; Métodos de enseñanza [Internet]. Repository USC. [citado 14 mayo 2020]. Disponible en: <https://repository.usc.edu.co/bitstream/20.500.12421/378/3/Libro>. 2018
12. M AZ. Prevalence and associated factors to the consumption of tobacco products in school teenagers of Florida Valle, 2019. Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica. 2019 Diciembre; 38(4).
13. Muelas Hurtado MI, Herrera Echeverry JA, Sepúlveda Álzate JH, Palacios Córdoba EM, Valdivieso B, Benavides GE, Trejos Gil AE, Ramírez GG, Zamudio Tobar G, Arboleda JC, Rojas de

Rojas SM, Echeverry Rerrato LD, Quinteri Moncada Ásbel. Lectura, escritura y pedagogía. [Internet]. Repository USC. [citado

14 mayo 2020]. Disponible en: <https://repository.usc.edu.co/handle/20.500.12421/56>. 2017.

15. Singh T MKAR,CSRIK. Signos vitales: exposición a la publicidad de cigarrillos electrónicos entre estudiantes de secundaria y preparatoria en Estados Unidos. MMWR Morb Mortal Wkly Rep. 2016 Jan 8; 64((52)).

16. Torres Zapata N CCDRBJn. repository.usc. [Online]. [cited 2020. mayo 14. Available from: Disponible en: <https://repository.usc.edu.co/bitstr>.

17. Cogollo Z, Gómez E, Campo A. Consumo de cigarrillo entre estudiantes de Cartagena, Colombia: factores familiares asociados. Rev. Fac. Nac. Salud Pública 2009;27(3): 259-263.

Distribución y Comercialización
Distribution and Marketing

Publicaciones
Bloque 7 - Piso 5
Calle 5 No. 62 - 00
Tel: (57+) (2+) 518 3000
Ext. 323 - 324 - 414
✉ editor@usc.edu.co
✉ publica@usc.edu.co
Cali, Valle del Cauca
Colombia

Diseño y diagramación
Design and layout

Jeimy Daniela Patiño Mejía
Universidad Santiago de Cali
✉ jeimy.patino00@usc.edu.co
Tel. 5183000 - Ext. 322
Cel. 301 439 7925

Impresión
Print

SAMAVA EDICIONES E.U.
Tel: (2) 8235737

Esta cartilla fue diagramada utilizando ilustraciones de freepik.es, fuentes tipográficas Roboto Regular en sus respectivas variaciones a 12 puntos para el cuerpo del texto, y 20 puntos para títulos. Se Terminó de imprimir en junio en los talleres de SAMAVA EDICIONES E.U. POPAYÁN - COLOMBIA 2020

Fue publicado por la Universidad Santiago de Cali.

