



ESCUELA SUPERIOR **POLITÉCNICA DE**
CHIMBORAZO
FACULTAD DE SALUD PÚBLICA
ESCUELA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

“PROYECTO SOBRE PREVENCIÓN DEL ALCOHOLISMO Y TABAQUISMO DIRIGIDO A LOS ADOLESCENTES DEL SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO “A” DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO 2014”

TESIS DE GRADO

Previo a la obtención del título de:

LICENCIADA EN PROMOCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD

Gloria Patricia Pucha Inga

RIOBAMBA – ECUADOR

2014
CERTIFICACIÓN

Certifico que el presente trabajo ha sido revisado por tanto autorizo la presentación de la Tesis, la misma que responde a las normas establecidas a los reglamentos de títulos y grados de la Facultad.

Dr. Ángel Parreño
DIRECTOR DE TESIS

CERTIFICADO

Los miembros de tesis certifican que el trabajo de investigación titulado **“PROYECTO SOBRE PREVENCIÓN DEL ALCOHOLISMO Y TABAQUISMO DIRIGIDO A LOS ADOLESCENTES DEL SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO “A” DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO RIOBAMBA. PROVINCIA DE CHIMBORAZO 2014.”**; de responsabilidad a la Srta. Gloria Patricia Pucha Inga ha sido revisada y se autoriza su publicación.

Dr. Ángel Parreño
DIRECTOR DE TESIS

Dra. Virginia Barragán
MIEMBRO DE TESIS

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer principalmente a Dios por darme la vida, La salud ser mi Iluminador y mi fortaleza en este arduo trayecto, ya que de él proviene el don de sabiduría e inteligencia.

A mis queridos padres y hermanos que depositaron toda su cofinancia en mí, quienes con sacrificio y responsabilidad supieron encaminarme por el sendero de del saber y de la superación.

Agradezco a la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Facultad de Salud Pública, Escuela de Promoción y Cuidados para la Salud por permitir formarme profesionalmente y a cada uno de mis maestros por su apoyo desinteresadamente que me brindaron.

En especial al Dr. Ángel Parreño y a la Dra. Virgínea Barragán, quienes a través de sus conocimientos, experiencia y calidad humana me ayudaron a culminar mi tesis.

DEDICATORIA

A Dios por brindarme el don de sabiduría y ser un guiador en mi vida.

A mis queridos padres, Manuel y María por ser el regalo más grande que la vida me ha dado, por todo su amor, cariño y principalmente el apoyo que día tras día me brinda, quienes a través de su ejemplo de superación me han motivado a seguir siempre en adelante, pese a las adversidades que se nos presenten.

A mis hermanas: Verónica, Elizabeth, a mi hermano Abel, quien se ha convertido en un ejemplo a seguir, a todos ellos por su apoyo incondicional y comprensión en todo momento de mi vida, ya que sin ellos no hubiese llegado a cumplir uno de mis grandes sueños ser profesional.

ÍNDICE

CONTENIDO	Pag.
I.INTRODUCCIÓN	3
II.JUSTIFICACIÓN	7
III.OBJETIVOS	10
A.OBJETIVO GENERAL	10
B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	11
IV.MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL	11
V. METODOLOGÍA	39
A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN	39
B. VARIABLES	39
1. Identificación	39
3 Prácticas sobre alcoholismo y tabaquismo	39
2. Definición	39
3. Operacionalización	40
C.TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	46
D.GRUPO DE ESTUDIO	46
E.DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS	47
VI. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	49
VII. CONCLUSIONES	110
VII. RECOMENDACIONES	111
IX.BIBLIOGRAFÍA	112
X.ANEXOS	116
Anexo N° 1.Encuesta	116
Anexo N° 2 validación de la encuesta	121
Anexo N° 3 Guía de observación	124
Anexo N° 4 Clave de calificación	126

ÍNDICE DE TABLA

TABLA N°	TÍTULO	PAG.
TABLA N° 1	EDAD DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	50
TABLA N° 2	SEXO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	51
TABLA N° 3	ESTADO CIVIL DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	52
TABLA N° 4	CONCEPTO DE ALCOHOLISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	53
TABLA N° 5	FACTORES DE RIESGO DEL ALCOHOLISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014	54
TABLA N° 6	CAUSAS DEL ALCOHOLISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	55
TABLA N° 7	EFFECTOS DEL ALCOHOL EN LOS DIVERSOS ÓRGANOS DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	56
TABLA N° 8	CONCEPTO DEL TABAQUISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	57

TABLA N° 9	CAUSAS DEL TABAQUISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	58
TABLA N° 10	EFFECTOS DEL TABACO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	59
TABLA N° 11	LOS PROBLEMAS CAUSADOS EN LA BOCA POR EL TABAQUISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	60
TABLA N° 12	CONSUME BEBIDAS ALCOHÓLICAS LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	61
TABLA N° 13	A QUÉ EDAD BEBIÓ ALCOHOL POR PRIMERA VEZ LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	62
TABLA N° 14	PERSONAS CON QUIÉNES BEBES ALCOHOL LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	63
TABLA N° 15	DÍAS QUE BEBEN LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	64
TABLA N° 16	MOTIVOS QUE BEBEN LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	65
TABLA N° 17	TIPOS DE ALCOHOL QUE BEBE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	66

TABLA N° 18	FUMAN CIGARRILLO LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	67
TABLA N° 19	EDAD QUE FUMARON POR PRIMERA VEZ LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014	68
TABLA N° 20	LUGARES DONDE FUMA LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	69
TABLA N° 21	HORA QUE FUMA CON FRECUENCIA LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	70
TABLA N° 22	RAZONES DE CONSUMO DE CIGARRILLO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	71
TABLA N°23	CUADRO COMPARATIVO DE LOS CONOCIMIENTOS INICIALES Y LOS CONOCIMIENTOS FINALES DEL RPYECTO EDUCATIVO.	106

ÍNDICE DE GRÁFICOS

GRÁFICO N°	TÍTULO	PAG.
GRÁFICO N°1	EDAD DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	50
GRÁFICO N°2	SEXO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	51
GRÁFICO N°3	ESTADO CIVIL DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	52
GRÁFICO N°4	CONCEPTO DE ALCOHOLISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	53
GRÁFICO N°5	FACTORES DE RIESGO DEL ALCOHOLISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	54
GRÁFICO N°6	CAUSAS DEL ALCOHOLISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	55
GRÁFICO N°7	EFECTOS DEL ALCOHOL EN LOS DIVERSOS ÓRGANOS DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	56

GRÁFICO N°8	CONCEPTO DEL TABAQUISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	57
GRÁFICO N°9	CAUSAS DEL TABAQUISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	58
GRÁFICO N°10	EFFECTOS DEL TABACO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	59
GRÁFICO N°11	LOS PROBLEMAS CAUSADOS EN LA BOCA POR EL TABAQUISMO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	60
GRÁFICO N°12	CONSUME BEBIDAS ALCOHÓLICAS LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	61
GRÁFICO N°13	A QUÉ EDAD BEBIÓ ALCOHOL POR PRIMERA VEZ LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	62
GRÁFICO N°14	PERSONAS CON QUIÉNES BEBES ALCOHOL LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	63
GRÁFICO N°15	DÍAS QUE BEBEN LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	64
GRÁFICO N°16	MOTIVOS QUE BEBEN LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	65

GRÁFICO N°17	TIPOS DE ALCOHOL QUE BEBE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	66
GRÁFICO N°18	FUMAN CIGARRILLO LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	67
GRÁFICO N°19	EDAD QUE FUMARON POR PRIMERA VEZ LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	68
GRÁFICO N°20	LUGARES DONDE FUMA LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	69
GRÁFICO N°21	HORA QUE FUMA CON FRECUENCIA LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	70
GRÁFICO N°22	RAZONES DE CONSUMO DE CIGARRILLO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.	71
GRÁFICO N°23	CUADRO COMPARATIVO DE LOS CONOCIMIENTOS INICIALES Y LOS CONOCIMIENTOS FINALES DEL RPYECTO EDUCATIVO.	107

RESUMEN

Se realizó un estudio descriptivo transversal; para identificar los conocimientos sobre alcoholismo y tabaquismo comprendidos entre las edades de 12 a 17 años, pertenecientes a la unidad educativa Pedro Vicente Maldonado Ciudad de Riobamba Provincia de Chimborazo 2014.

Se aplicó una encuesta a 35 adolescentes entre ellos hombres y mujeres, de los cuales el nivel de conocimiento sobre alcoholismo es un nivel muy bajo con y el 86% desconocen sobre el tema piensan que el alcoholismo es solo tomar cerveza. Sobre el conocimiento del tabaquismo es un nivel muy bajo y el 80% no tienen una definición sobre el tabaquismo.

De acuerdo con las prácticas del consumo de alcoholismo, el 97% de adolescentes consumen bebidas alcohólicas y eso afectan a los diversos órganos del cuerpo, la edad que los adolescentes bebieron alcohol por primera vez se encuentra en su mayoría en la edad de 13 años en la cual recién empezando la adolescencia, el 66% de adolescentes beben alcohol con sus amigos, los días que beben se encuentra al inicio de la semana con 69%, los motivos por la cual los adolescentes beben es por tristeza cuando sus novias les dejan siendo con un mayor porcentaje de 77%, tipos de alcohol que consumen es la cerveza ya que encuentran cerca de sus hogares precios al alcance de sus bolsillos.

Sobre las prácticas de consumo de tabaco, el 69% de adolescentes consumen tabaco no saben con el pasar de los años causa problemas en la boca, caries dentales a un cáncer de pulmón, lugares donde fuman los adolescentes son en las clases con frecuencia en las mañanas por que hace frio, el 80% fuman por ser aceptados en un grupo. Por ello, se ha creído necesario realizar una propuesta de intervención de prevención del alcoholismo y tabaquismo, con el fin de mejorar el nivel de conocimientos y las prácticas de este grupo de estudio, contribuyendo a mejorar su estado de salud.

SUMARY

A cross-sectional descriptive study was conducted to identify the knowledge level and understanding of alcoholism and smoking among the ages of 12-17 years old in students of the educational unit Pedro Vicente Maldonado, Province of Chimborazo in Riobamba, 2014.

A survey was applied to 35 adolescents including men and women in whom alcoholism levels and knowledge level is very low. A 86% Know about it, the think that alcoholism is just drinking beer. The knowledge about smoking is low and 80% does not have any concept about smoking.

According to the practices of alcohol consumption, a 97% of adolescents consume alcoholic beverages which affects many organs of the body. The age at which adolescents drank alcohol for the first time is 13 years old and they started in adolescence. A 66% of teenagers drink alcohol with friends. The drink at the beginning of the week in a 69% .The reasons for drinking are sadness when their girlfriends leave them in a 77% .The types of alcohol they consume are beer which are found in their homes or to affordable prices.

On the consumption practices of cigarettes, 69% of teens use snuff without knowing that in a future time this causes problems in the mouth, cavities or lung cancer. The places where they smoke are classes in the morning because it's cold. An 80%smoke to be accepted into a group.

Therefore it was thought necessary to make a proposal for intervention and prevention of alcoholismo and smoking in order to improve the knowledge and practices of this group, helping with this to improve their health.

I.INTRODUCCIÓN

El alcoholismo es una enfermedad crónica, progresiva y a menudo mortal; es un trastorno primario y no un síntoma de otras enfermedades o problemas emocionales. La química del alcohol le permite afectar casi todo tipo de célula en el cuerpo, incluyendo las que se encuentran en el sistema nervioso central.

En el cerebro, el alcohol interactúa con centros responsables del placer y otras sensaciones deseables; después de la exposición prolongada al alcohol, el cerebro se adapta a los cambios producidos por el alcohol y se vuelve dependiente a ellos.

Para las personas que sufren de alcoholismo, el tomar se convierte en el medio principal a través del cual pueden interactuar con personas, trabajo y vida. El alcohol domina su pensamiento, emociones y acciones. La gravedad de esta enfermedad está afectada por factores de índole genética, psicológica, cultural y de dolor físico.

(1)

El riesgo de consumo de bebidas alcohólicas ocupa el tercer lugar mundial entre los factores de riesgo de enfermedades y discapacidad; las Américas ocupa el primer lugar. Además, unos 320 000 jóvenes entre los 15 y los 29 años de edad mueren de causas relacionadas con el alcohol, lo que representan un 9% de la mortalidad en este grupo etario.

En las mujeres embarazadas, el consumo de alcohol puede provocar un síndrome alcohólico fetal y complicaciones relacionadas con el parto prematuro, que perjudican a la salud y el desarrollo de los neonatos. (2)

Según la Organización Mundial De La Salud (OMS) Ecuador ocupa el segundo puesto sobre el consumo de alcohol. Los datos estadística del Instituto Nacional de Estadísticas y Censo (INEC) 2013, de los 912 mil ecuatorianos que consumen

bebidas alcohólicas, el 2,5% corresponden a adolescentes de entre 12 y 18 años. Y alrededor del 80% de estudiantes de educación media consume alcohol. (3)

El alcohol es una de las drogas más consumidas en nuestra sociedad, muchas personas acompañan sus actividades sociales con el alcohol y es aceptado como un acompañamiento placentero de las relaciones y los encuentros sociales. Esta percepción del alcohol ha contribuido a extender su consumo, no sólo entre los adultos, sino también entre los jóvenes y los adolescentes, que se inician en edades muy tempranas.

El consumo nocivo de bebidas alcohólicas es un problema de alcance mundial que pone en peligro tanto el desarrollo individual como el social. Para empezar, causa 2,5 millones de muertes cada año y también causa daños que van más allá de la salud física y psíquica del bebedor.

Una persona en estado de embriaguez puede lastimar a otros o ponerlos en peligro de sufrir accidentes de tránsito o actos de violencia, y también puede perjudicar a sus compañeros de trabajo, familiares, amigos e incluso extraños

La ingestión nociva de alcohol es un importante factor determinante de algunos trastornos neuropsiquiátricos, como los trastornos por consumo de alcohol y la epilepsia, así como otras enfermedades no transmisibles como las enfermedades cardiovasculares, la cirrosis hepática y diversos cánceres.

El consumo nocivo también está relacionado con varias enfermedades infecciosas como la infección por el VIH/sida, la tuberculosis y las infecciones de transmisión sexual, lo que se debe por un lado al debilitamiento del sistema inmunitario por efecto del alcohol y por otro lado a que la embriaguez trastorna la adherencia de los pacientes al tratamiento con antirretrovíricos.(4)

El consumo temprano de alcohol provoca alarma En la provincia de Chimborazo, varios grupos y entidades se han unido para ejecutar un plan con el objetivo de

frenar este problema. El aspecto más preocupante de la sociedad son las drogas. Una parte de los adolescentes empieza a consumir alcohol desde los 13 años de edad, manifiesta Ángel Patricio Cujilema, técnico del Consejo de la Niñez y Adolescencia de la provincia de Chimborazo. Instituciones educativas y grupos de padres de familia de la provincia de Chimborazo se han unido con personal de la Dirección Nacional de Policía Especializada para Niños, Niñas y Adolescentes Dirección (DINA PEN) y elementos de la Policía Antinarcoóticos con el objetivo de frenar el consumo de alcohol entre los adolescentes. (5)

Los adolescentes de la ciudad de Riobamba siguen consumiendo alcohol. “señaló Mauro Sánchez, jefe provincial de la Dirección (DINA PEN). “Algunos padres se dan cuenta del problema en el momento en el que sus hijos son descubiertos y tratan de ayudarlos; por otro lado, existen padres que se irritan y responden mal ante la situación de los menores”.En el sector del Parque Infantil, por ejemplo, a partir de los jueves en la noche, decenas de vehículos que son estacionados a lo largo de la calle Carlos Zambrano, son utilizados como espacios para consumir alcohol. Antes, los ciudadanos realizaban esta actividad la avenida Daniel León Borja. (6) El tabaquismo es la adicción al tabaco provocada, principalmente, por uno de sus componentes activos, la nicotina; la acción de dicha sustancia acaba condicionando el abuso de su consumo.

El tabaquismo está asociado al 90% de las 1,1 millones de muertes en el mundo por cáncer de pulmón, uno de los tipos más letales de esta enfermedad. Además, los fumadores tienen el doble de riesgo de sufrir un ataque cardíaco que los no fumadores y el tabaco tiene una incidencia del 25% en las muertes perinatales.

En el Ecuador se registran 521.220 fumadores, según datos divulgados por el Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), a propósito del Día Mundial Sin Tabaco. El 91.5 % de ellos son hombres y el restante, es decir, el 8.5 %, mujeres. (7) Además, semanalmente los ecuatorianos gastan USD 1,2 millones en cigarrillos, siendo Pichincha la provincia con mayor gasto (USD 335 907) seguida de Guayas

(USD 270 551). Se estima que en promedio los fumadores compran 17 cigarrillos por semana. La Organización Mundial de la Salud (OMS) fijó el 31 de mayo como el Día Mundial Sin Tabaco, destinado para recordar los perjuicios y llamar a la reflexión.

El Ministerio de Salud resaltó que en el país se impulsa una política pública enfocada en la prevención del consumo de cigarrillos, puesto que hace dos años se aprobó la Ley Orgánica para la Regulación y Control de Tabaco y su Reglamento, que incluye la prohibición de fumar en lugares públicos cerrados. Se cree que los lugares 100 % libres de tabaco reducen el consumo en un 29 %. Con esta norma se evitan también las dolencias causadas por la exposición pasiva al humo del cigarrillo.

“Exprés arte, más música menos drogas” realizado en la plaza Eloy Alfaro (La Estación) de la ciudad de Riobamba , con el auspicio del Departamento de Vinculación con la Sociedad de la Universidad Nacional de Chimborazo, se presentó el programa “Riobamba saludable libre de humo de tabaco”.

El programa se sustenta en la vigencia de la ley que controla el consumo y comercialización de cigarrillos, la misma que establece la prohibición del consumo de tabacos en locales cerrados, públicos, privados, de diversión, establecimientos de educación, salud, deportivos.

Se realizó un Consejo Cantonal para que se agilite la expedición de la ordenanza municipal respectiva que viabilice una mejor aplicación y control del cumplimiento de la ley, la misma que establece sanciones a quienes consuman o permitan el consumo de cigarrillos en los lugares mencionados.(8)

La Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado Ubicado en la parroquia Velasco, en las calles Primera Constituyente entre España y Juan Larrea, es una de las mayores obras arquitectónicas de la ciudad, por sus dimensiones y calidad constructiva. En

la actualidad el colegio esta dividió en dos campus debido a la gran afluencia de alumnos que tiene esta institución y en cada uno de ellos (campus) el retrato del expresado sabio Don Pedro Vicente Maldonado conserva. (9)

Para mejorar la salud de las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado de la Ciudad de Riobamba .Provincia de Chimborazo, hay que trabajar logrando la participación responsable, coordinada y organización de todos los que conforman la institución: las autoridades, los profesores, padres de familia, las y los adolescentes en la aplicación del proyecto de Alcohol y Tabaco para lograr cumplir cada uno de los objetivos planteados en el proyecto.

Según un primer acercamiento no existe trabajos realizados referentes al tema, considerando esto se planteó el siguiente problema.

¿Cuáles son los Conocimientos y Prácticas de alcoholismo y tabaquismo que tienen los adolescentes del segundo año de bachillerato paralelo “A” de la unidad educativa Pedro Vicente Maldonado Riobamba 2014?

II.JUSTIFICACIÓN

En la actualidad el conocimiento acerca de la Prevención sobre el Alcoholismo y Tabaquismo en los adolescentes es muy importante para su salud actualmente en los adolescentes consumen a tempranas edades.

En el Ecuador se puede notar altos porcentajes de personas que consumen alcohol, tabaco quienes lastimosamente están destinados a vivir con esta enfermedad. Es de vital importancia proporcionar a los adolescentes del colegio sobre el alcohol y tabaco. A través del proyecto se pudo fortalecer los conocimientos.

El alcohol es una de las drogas más consumidas en nuestra sociedad, muchas personas acompañan sus actividades sociales con el alcohol y es aceptado como un acompañamiento placentero de las relaciones y los encuentros sociales. Esta percepción del alcohol ha contribuido a extender su consumo, no sólo entre los adultos, sino también entre los jóvenes y los adolescentes, que se inician en edades muy tempranas. Una persona en estado de embriaguez puede lastimar a otros o ponerlos en peligro de sufrir accidentes de tránsito o actos de violencia, y también puede perjudicar a sus compañeros de trabajo, familiares, amigos e incluso extraños.

Mediante este proyecto se proporcionó información por medio de capacitaciones pulguitas, hojas volantes, en forma oral, y escrito con el fin de concientizar a las y los adolescentes, tratando de tocar puntos esenciales, tales como: qué es el alcoholismo, factores de riesgo y cuáles son los efectos que produce la ingestión excesiva de alcohol. La prevención del alcoholismo debe iniciarse en la adolescencia o incluso antes. La recomendación es no beber nada de alcohol antes de la edad adulta.

Para fomentar la abstinencia alcohólica es fundamental la actitud de la familia del menor; así, hay padres que no quieren que sus hijos beban pero consumen bebidas alcohólicas con frecuencia en presencia de sus hijos, o hacen comentarios sobre “cuánto bebían de jóvenes”. Esta conducta pro-alcohol puede hacer que el joven

considere que el consumo de alcohol es algo normal y deseable en algunas ocasiones (por ejemplo cuando se está con amigos).

Es preciso informar al adolescente, afortunadamente cada vez son más los jóvenes que conocen los efectos del alcohol y las graves consecuencias que puede tener sobre su salud y su calidad de vida, pero si no se acompaña de medidas efectivas de prevención, la información no es suficiente.

Es evidente que programas de educación para la salud, correctamente realizados, en las instituciones educativas, servirán para dar a conocer otros estilos de vida más sanos, facilitando una percepción más exacta del problema con el alcohol y sus repercusiones. Proporcionar las habilidades sociales necesarias para aprender a rechazar las bebidas alcohólicas en una cultura como la nuestra, en la que las presiones sociales para el consumo son tan importantes, es un sistema que ha dado buenos resultados.

Con nuestra participación y la de todos ya sea informándonos, cambiando nuestra forma de pensar y teniendo un cambio de actitudes, podemos enseñar, orientar y encausar a nuestros hijos y a las generaciones jóvenes a tomar consciencia, determinaciones, actitudes, etc., y así darles herramientas con las cuales puedan confrontar la problemática y del alcohol u no caer en la adicción.

Tomando en cuenta estos aspectos es importante la implementación de capacitación a las y los adolescentes de la unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado de la ciudad Riobamba. Provincia de Chimborazo.

Uno de los aspectos que no se ha dicho de forma constante en esta institución es la prevención de Alcohol y Tabaco de un modo llamativo para que los adolescentes muestres el interés y aplicar la atención del proyecto.

Es de total importancia implementar conocimientos y prácticas correctas, adecuadas en las y los adolescentes de la institución, porque a través de ello se logró crear un hábito que lo pondrán en práctica día a día a lo largo de toda su vida,

a su vez este buen hábito influyó sobre sus padres, hermanos y porque no decirlo en la comunidad en general.

Este proyecto tiene un enfoque comunitario y social, en la ejecución del mismo se promovió la salud mediante un trabajo comunitario y asociado entre las y los adolescentes de la unidad educativa Pedro Vicente Maldonado, sus padres y docentes, es de vital importancia añadir que los adolescentes requieran una atención que en el transcurso de su vida sean entes dotados de buenos hábitos y costumbres, que ayudarán al desarrollo de la ciudad y del país.

La mejor manera de prevenir es evitar que las y los adolescentes no inicien en el consumo de cigarrillo y alcohol .los adolescentes deben tomar conciencia de trascendencia que sus comportamientos tendrán para el futuro de su salud.

III.OBJETIVOS

A. OBJETIVO GENERAL

Implementar un Proyecto sobre Prevención del alcoholismo y tabaquismo dirigido

a los adolescentes del segundo año de bachillerato paralelo "A" de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado Riobamba. Provincia de Chimborazo 2014.

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Determinar las características sociodemográficas del grupo de estudio.
2. Diagnosticar los conocimientos y Prácticas sobre Alcoholismo y Tabaquismo que tienen los adolescentes.
3. Ejecutar un proyecto sobre alcoholismo y tabaquismo.
4. Evaluar el proyecto ejecutado.

IV.MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL

A. DEFINICIÓN DEL ALCOHOLISMO.

“Son alcohólicos los que beben en exceso y cuya dependencia del alcohol ha alcanzado un grado tal que determina la aparición de visibles perturbaciones

mentales, o cierta interferencia en la salud física y mental, en las relaciones interpersonales, y en el adecuado funcionamiento social y económico; o los que muestran los signos prodrómicos de dichos fenómenos“(10)

B. FACTORES DE RIESGO DEL ALCOHOLISMO.

Existen una serie de factores de riesgo que influyen para que una persona desarrolle una adicción al alcohol. Los más importantes son:

1. La herencia.

Los estudios indican que las personas que han vivido con un familiar alcohólico tienen más probabilidades de desarrollar ellos mismos esta adicción. Aunque hasta ahora este dato se apoyaba en las teorías de aprendizaje/educación los últimos estudios parecen apuntar más a la hipótesis genética, que sostiene que la presencia de ciertos genes aumentaría la predisposición de un individuo a desarrollar conductas adictivas como el alcoholismo.

2. Los factores psicológicos.

Las emociones negativas como la ansiedad, la tristeza, la soledad, la baja autoestima o la ira muchas veces se encuentran en el origen y mantenimiento de esta enfermedad, ya que el paciente “usa” el alcohol para huir de ellas. El consumo de alcohol proporciona al paciente una sensación placentera que debería conseguir realizando actividades de su agrado como leer un libro o ver una película, disfrutar de la compañía de familiares y amigos, practicar su afición favorita... En el otro extremo están aquellas personas que emplean el alcohol con frecuencia para acompañar las emociones positivas (como celebraciones, reuniones con amigos, salir de fiesta,...). La tolerancia social ante el consumo excesivo de alcohol en estas situaciones refuerza estos comportamientos inadecuados y, a la larga, el “bebedor ocasional” corre un riesgo importante de convertirse en un alcohólico.

3 .Las relaciones sociales y el consumo de alcohol.

Las malas relaciones con la pareja o la familia, los problemas económicos, la presión de los amigos para que beba, etc. pueden actuar también como precipitantes o mantenedores de la dependencia alcohólica. En este sentido, algunas personas también comienzan su patrón de consumo para superar los problemas que tienen al relacionarse con los demás, como latimidez o la falta de habilidades sociales (por ejemplo, beben para desinhibirse o para sentirse más simpáticos a la hora de conocer a una persona o integrarse en un nuevo grupo), así como para enfrentarse a alguien a quien no saben cómo expresar algo que les molesta.(11)

C. CAUSAS DEL ALCOHOLISMO.

1. Evasión: la bebida se puede usar como un medio para excluir de lamente problemas desagradables en vez de hacerles frente.

2. Soledad: la bebida se puede usar para disminuir el dolor causado por tener pocas amistades, mudanzas frecuentes, no tener "raíces", separación de los seres queridos, etc.

3. Miedo: la bebida puede darle a las personas tímidas, inseguras o amenazadas, un falso sentido de confianza en sí mismos y seguridad.

4. Falta de control emocional: puede parecer que la bebida aliviarlos problemas que uno sufre en sus relaciones con otras personas.

D. EFECTO DEL ALCOHOL EN LOS DIVERSOS ÓRGANOS DEL CUERPO.

1. Efectos del alcohol en el cerebro.

- Se ha comprobado que cambia la acción de los neurotransmisores alterando su forma y función.
- El alcohol daña irreversiblemente las células cerebrales.
- Enfermedad de Wernicke-Korsakoff, debido a la falta de vitamina B1, que afecta sentimientos, pensamientos y memoria. Cambios en la visión, pérdida de coordinación muscular y alucinaciones. La persona confunde la realidad con sus invenciones.

2. Efectos del alcohol en el corazón.

- El alcohol en dosis altas eleva la presión sanguínea y produce daño al músculo cardíaco.
- En algunos casos provoca miocarditis (inflamación de las fibras musculares del corazón).
- Debilita la musculatura cardíaca y por tanto, la capacidad para bombear sangre

3. Efectos del alcohol en el estómago.

- El uso constante aumenta la producción del ácido gástrico que puede producir úlceras y hemorragias.
- El cáncer al estómago ha sido relacionado con el abuso del alcohol.
- Esofagitis: Inflamación del esófago.
- Las paredes del estómago sufren irritación e inflamación.

4. Efectos del alcohol en el páncreas.

a. Pancreatitis.

Es una inflamación del páncreas. Esto ocurre cuando las enzimas digestivas comienzan a digerir el páncreas. La pancreatitis puede ser aguda o crónica. De cualquier forma es grave y puede traer complicaciones.

La pancreatitis aguda ocurre después de un episodio de consumo de gran cantidad de alcohol. No está claro el mecanismo exacto por el cual el alcohol daña la glándula .el alcohol o su metabolismo, acetaldehído, tal vez tenga un efecto tóxico directo sobre las células acinares pancreáticas, lo que conduce a activación intracelular de tripsina por las enzimas lisosómicas, o quizá produce inflamación del esfínter de Oddi, lo cual origina retención de enzimas hidrolíticas en el conducto y los ácinos pancreáticos.(12)

La pancreatitis crónica no se cura o mejora. Empeora con el tiempo y lleva a daño permanente. La causa más común es un consumo excesivo de alcohol. Otras causas pueden ser fibrosis quística y otras enfermedades heredadas, grandes cantidades de calcio o grasa en la sangre, algunos medicamentos y enfermedades autoinmunes. Los síntomas incluyen náuseas, vómitos, pérdida de peso y heces grasosas. El tratamiento suele ser fluidos, analgésicos por vía intravenosa y nutrición artificial durante unos días en el hospital. Luego de su estadía en el hospital, deberá tomar enzimas y llevar una dieta especial. También es importante no fumar ni beber alcohol.(13)

b. Diabetes.

Es una enfermedad en la que los niveles de glucosa (azúcar) de la sangre están muy altos. La glucosa proviene de los alimentos que consume. La insulina es una hormona que ayuda a que la glucosa entre a las células para suministrarles energía. En la diabetes tipo 1, el cuerpo no produce insulina. En la diabetes tipo 2, el tipo más común, el cuerpo no produce o no usa la insulina adecuadamente. Sin suficiente insulina, la glucosa permanece en la sangre.

Con el tiempo, el exceso de glucosa en la sangre puede causar problemas serios. Puede provocar lesiones en los ojos, los riñones y los nervios. La diabetes también puede causar enfermedades cardíacas, derrames cerebrales e incluso la necesidad de amputar un miembro. Las mujeres embarazadas también pueden desarrollar diabetes, la llamada diabetes gestacional. Un análisis de sangre puede mostrar si tiene diabetes. El ejercicio, el control de peso y respetar el plan de comidas puede ayudar a controlar la diabetes. También debe controlar el nivel de glucosa y, si tiene receta médica, tomar medicamentos. (14)

c. Peritonitis.

Es una inflamación (irritación) del peritoneo, el tejido delgado que recubre la pared interna del abdomen y cubre la mayoría de los órganos abdominales.

La peritonitis es causada por una acumulación de sangre, fluidos corporales o pus en el abdomen. (15)

5. Efectos del alcohol en el hígado.

El hígado es el órgano más dañado debido a que su acción es metabolizar el alcohol, desdoblándolo a otras sustancias.

Al irritarse la célula hepática es posible que se produzca hepatitis alcohólica, que consiste en la inflamación y destrucción de las células hepáticas.

a. Desnutrición.- Es un estado patológico provocado por la falta de ingesta o absorción de alimentos o por estados de exceso de gasto metabólico. Puede ser primaria que también puede ser llamada desnutrición leve, o desnutrición secundaria, la cual si llega a estar muy grave puede llegar a ser una patología como el cáncer o tuberculosis. (16)

b. Ictericia.-La piel adquiere un tono amarillento, así como la esclerótica (la parte blanca de los ojos)

c. Cirrosis hepática. Esta es el producto de la muerte celular que lleva a la degeneración del órgano, por la destrucción irreversible de sus células.

d. Edemas: Acumulación de líquido en las extremidades

6. Efectos del alcohol en la sangre.

- Inhibe los glóbulos blancos y rojos.
- Sin la suficiente cantidad de glóbulos rojos para transportar oxígeno, el cuerpo se ve afectado de anemia.

7. Efectos del alcohol en el sistema inmunológico y reproductor.

- La falta de glóbulos blancos origina una falla en el sistema inmunológico, aumentando el riesgo de infecciones bacterianas y virales.
- Disminuye la libido y la actividad sexual.
- Puede causar infertilidad e impotencia en el hombre.
- Desarrolla glándulas mamarias en el hombre y en las mujeres altera las hormonas femeninas.
- En la mujer trastorna el ciclo menstrual e infertilidad.

8. Efectos del alcohol en el embarazo.

- No beba alcohol durante el embarazo.
- El abuso del alcohol en el embarazo puede desencadenar el Síndrome Alcohólico-Fetal. Es decir, el retardo del crecimiento, alteración de rasgos cráneo-faciales, malformaciones cardíacas, malformaciones hepáticas, malformaciones renales y malformaciones oculares.

- Sin embargo, el mayor daño se produce en el sistema nervioso central del feto, lo que puede generar retardo mental.(17)

E. HISTORIA DEL TABAQUISMO.

El hábito de fumar apareció, entre los indígenas americanos y los colonizadores europeos que pudieron verlos aspirar el humo de hojas encendidas, pertenecientes a una planta llamada cohíba.

Denominaban tabaco a un tubo utilizado para inhalar el polvo de las hojas de cohíba. En Francia, llamaron rapé a éste polvo que fue introducido en ese país por Jean Nicot en 1559. Y se denominó nicotina a un alcaloide venenoso que en baja proporción, entra la elaboración del tabaco comercial. Por su parte, el corsario Francis Drake llevó a Inglaterra la costumbre de fumar en pipa, que había aprendido de los pieles rojas de Virginia. Los europeos adoptaron rápidamente este vicio, que según sus declaraciones ya no podría abandonar, y con el tiempo daría base a una industria gigantesca que producía altos a costa de la salud de la población.

F. COMPONENTES DEL CIGARRILLO.

Cada cigarrillo contiene entre 7 y 20mg de alquitrán y produce 80cm³ de monóxido de carbono, que reduce en 10% la capacidad de transporte de oxígeno sanguíneo.

Entre las 4000 sustancias químicas que se encuentran en los cigarrillos de hoy, más de 40 producen cáncer.

Los filtros de los cigarrillos (las colillas) están hechos de acetato y No son biodegradables, es decir, permanecieron durante en el ambiente antes de degradarse.

En el humo del cigarrillo se pueden encontrar sustancias tóxicas como la nicotina,

monóxido de carbono, acetona, amonio, tolueno, ácido acético, Ddt, metano, formaldehído; como también se encuentran las sustancias cancerígenas como el benzopireno, el arsénico, el níquel, 1 – naftilamina, 4 – aminodifenil, polonio – 210, clorato de vinil uretano, cadmio, anilina.

1. Nicotina.- La nicotina es un veneno. Su presencia en la planta del tabaco (Nicotinatabacum) no es para que el tabaco sepa mejor ni para que vayas con más frecuencia a comprar cigarrillos sino que es una forma que tiene la planta de defenderse de los animales que quieren infestar su organismo o de los que quieren comerse sus hojas. De hecho, la nicotina se ha usado durante mucho tiempo como un potente insecticida y algunos análogos, como los famosos neonicotinoides, se siguen usando para el control de plagas.

La nicotina es un alcaloide, sintetizado en las raíces de la planta y transportado a las hojas. Es uno de los compuestos químicos más adictivos que se conocen, superior a la heroína o la cocaína. Por eso es tan difícil dejar de fumar. Además, casi todos los consumidores de drogas ilegales son también fumadores.

La nicotina actúa sobre el cerebro causando efectos excitadores e inhibidores. Los primeros son producidos por la liberación de glucosa tras hidrólisis del glucógeno hepático y por la de adrenalina en las glándulas suprarrenales. En los efectos inhibidores genera calma y una reducción del apetito lo que explica también porqué muchas veces se sube de peso al dejar de fumar.

La nicotina del tabaco también genera numerosos efectos psicoactivos incluyendo sensación de atención, de estar alerta, de mayor concentración, de mejor memoria. Por eso es muy difícil dejar de fumar en época de exámenes.(18)

2. Monóxido de carbono.- Es uno de los gases del humo del cigarrillo. Atraviesa con facilidad las paredes de los alvéolos pulmonares e impide que la sangre recoja

en ellos la cantidad normal del oxígeno. Por eso, el corazón se ve obligado a bombear con mayor fuerza y a trabar más.

3. Acetona.- La acetona se usa en la fabricación de plásticos, fibras, medicamentos y otros productos químicos. También se usa para disolver otras.

4. Amoníaco.- El amoníaco está compuesto por hidrogeno y nitrógeno los cuales se presentan en las siguientes proporciones o más bien la relación en peso se basa en la proporción de 40 partes de nitrógeno por 3 partes de hidrogeno. Esto se puede traducir en 82% de nitrógeno y 18% de hidrogeno.

Las características químicas más importantes que podemos observar de este producto son: El amoniaco es una base fuerte y estable a temperaturas normales.

El cual se disocia en N_2 y H_3 entre los $450\text{ }^{\circ}C$ y $500\text{ }^{\circ}C$, aunque esta descomposición puede comenzar a los $350\text{ }^{\circ}C$ en presencia de metales que actúan como catalizador, tales como el hierro, níquel zinc y otros. El amoniaco se quema en contacto con llamas descomponiéndose en nitrógeno y agua. Reacciona violentamente con los ácidos y con agentes oxidantes fuertes. Con los peróxidos y los halogenados tiene lugar reacciones violentas y explosivas. (19)

5. Tolueno.- El tolueno se usa en la fabricación de pinturas, de diluyentes de pinturas, barniz para las uñas, lacas, adhesivos y gomas, en ciertos procesos de imprenta y cultivo de cuero.

6. Dd.- Es un insecticida liposoluble, que sólo se disuelve en sustancias grasas, no se elimina en la orina y se acumula en los tejidos grasos. Hace tiempo que se dejó de usar por su persistencia en el medioambiente.

7. Metanol.-Es el alcohol más sencillo. Es un líquido ligero, volátil, incoloro, inflamable y tóxico que se emplea como anticongelante, disolvente y combustible.

8. Benzopireno.-El benzopireno es un hidrocarburo poli cíclico aromático

El a-benzopireno es uno de los derivados de mayor factor de riesgo, tras largos periodos de consumo, puede desencadenar desórdenes celulares produciendo cáncer.

9. Arsénico.- Los compuestos inorgánicos de arsénico se usan principalmente para preservar madera. Los compuestos orgánicos de arsénico se usan como pesticidas. El arsénico no puede ser destruido en el medio ambiente. Como compuesto, el arsénico puede ser tóxico, es por eso que es aplicado comúnmente en el veneno de ratas.

10. Polonio210.- El Polonio-210 viene de los fertilizantes fosfatados que se utilizan en las plantaciones de tabaco y que es absorbido por las raíces y acumulado en las hojas; persiste en el proceso de secado e industrialización y al fumar queda atrapado en la mucosa bronquial. Un fumador de paquete y medio de cigarrillos por día recibe en los bronquios 400 rads de radiaciones alfa por año, lo que equivale a 300 radiografías de tórax, es decir, casi una por día.

11. Cadmio.- El cadmio es una sustancia natural en la corteza terrestre. Generalmente se encuentra como mineral combinado con otras sustancias tales como oxígeno, cloro, o azufre. Tiene muchos usos incluyendo baterías, pigmentos, revestimientos para metales, y plásticos. El cadmio y sus compuestos son carcinogénicos.

12. Anilina.- La anilina es un líquido entre incoloro y ligeramente amarillo de olor característico. Es usada para fabricar la espuma de poliuretano, productos químicos agrícolas, tinturas sintéticas, antioxidantes, estabilizadores para la industria del

caucho, herbicidas y barnices y explosivos. La EPA ha determinado que la anilina probablemente es carcinogénica en seres humanos.

13. Cigarrillos “Light o suaves”.- Fumar este tipo de cigarrillos NO es más sano. El contenido de nicotina y alquitrán que llega a los pulmones depende de muchas cosas, principalmente de cómo se fuma (el número de cigarrillos, si son fuertes o no, si aspiras el humo, etc.) y no del tipo de cigarrillo. (20)

G. TABAQUISMO.

El tabaquismo es el envenenamiento agudo o crónico por el hábito de fumar cigarrillo, cigarro, pipa, o por masticar u oler tabaco (Rapé). Incide de diversas maneras sobre los seres humanos, y sus consecuencias son siempre negativas. Podemos distinguir un contacto directo con el tabaco y un contacto indirecto, tratándose de personas que sin consumirlo, están constantemente expuestas a las emanaciones de los que fuman. El tabaquismo es una enfermedad crónica que se caracteriza por ser una drogodependencia: la nicotina, principio activo del tabaco, es una droga adictiva y como tal tiene las características de otras drogas: tolerancia, dependencia física y psicológica. (21)

H. CAUSAS.

La mayoría de las personas que comienzan a fumar lo hacen en la adolescencia, en parte para identificarse con los adultos. El tabaquismo resulta muy accesible tanto por la multiplicidad de lugares de venta, como por el precio, con campañas de publicidad que identifican valores especialmente atractivos para el joven. Al mismo tiempo es una de las adicciones físicas más intensas. La Organización Mundial de la Salud, identificó estos factores y propuso estrategias para controlar esta epidemia a nivel mundial: aumentar el precio de los cigarrillos, prohibir -o regular- la publicidad, generar ambientes cerrados libres de humo de tabaco (sólo fumar afuera), prohibir que las empresas tabacaleras patrocinen eventos, incorporar información fuerte del daño del tabaco en el atado de cigarrillos, entre otros.

I. EFECTOS DEL TABACO.

El tabaco ha sido considerado un símbolo de prestigio, glamour, seguridad, éxito, sexualidad y poder, entre otros. Las campañas publicitarias televisivas y callejeras han creado con éxito una falsa realidad sobre el consumo de tabaco, mediante la imagen de un hombre que, feliz y relajado, fuma un cigarrillo en la montaña. Una paradoja para el hombre y para la naturaleza.

El tabaco es un estimulante el sistema nervioso central que, sin embargo, en los adictos produce relajación. El hábito de fumar aumenta la tolerancia (se aguanta más), con lo que los efectos agudos (mareos, vómitos, sudoración), se notan cada vez menos.

1. A nivel psicológico.-la nicotina facilita la concentración, activa la memoria y, hasta cierto punto, controla el aumento de peso al aumentar el gasto de energía, disminuir los sentidos del olfato y el gusto, y mantener al fumador ocupado en el acto de fumar en vez de comer. Cada persona además tiene sus consideraciones particulares respecto a las sensaciones que el tabaco les otorga.

2. A nivel físico.- la nicotina aumenta la frecuencia cardiaca, el ritmo respiratorio, la presión arterial y el flujo coronario. Durante la combustión del tabaco, algunos de sus elementos se transforman en monóxido de carbono, emisión venenosa que contribuye al surgimiento de enfermedades cardiacas. Cuando el monóxido de carbono entra al torrente sanguíneo, tiende a reemplazar el oxígeno contenido en las células rojas de la sangre formando carboxihemoglobina.(22)

J. TABACO Y ADICCIÓN.

1. Tabaco y enfermedad cardiovascular.

Los efectos en la salud cardiovascular aparecen enseguida de empezar a fumar y son también los primeros que se revierten al dejar de fumar. Se estima que, por cada 10 cigarrillos que se fuman por día, el riesgo de muerte por enfermedad cardíaca aumenta un 18% en hombres y un 31% en mujeres.

- Enfermedad coronaria (infarto agudo del miocardio, enfermedad isquémica, ángor y muerte súbita)
- Accidente cerebrovascular
- Enfermedad vascular periférica
- Aneurisma de la aorta abdominal

Los fumadores de 15 cigarrillos por día tienen el doble de riesgo que los no fumadores de tener un infarto y los que fuman más de 25 cigarrillos por día tienen cuatro veces más riesgo. Diversos estudios muestran que fumar cigarrillos light o suaves NO modifica este riesgo. Al año de dejar de fumar el riesgo disminuye a la mitad y a los quince años de haber dejado, el riesgo es similar al de un no fumador. En cuanto a los accidentes cerebro vasculares, el riesgo también depende de cuánto se fuma. En fumadores de 10 cigarrillos por día el riesgo es el doble y en fumadores de 20 cigarrillos por día es cuatro veces mayor. El riesgo disminuye paulatinamente y se iguala al de un no fumador luego de 10 años de dejar de fumar.

El consumo de tabaco es el principal factor de riesgo para sufrir enfermedad vascular periférica. La asociación es muy alta. Más del 80% de los pacientes con claudicación intermitente típica fuman más de 2 paquetes de cigarrillos por día. Los fumadores, en especial los hombres, tienen mayor riesgo de sufrir un aneurisma de la aorta abdominal. El riesgo es mayor en los que más fuman. El tabaquismo es una de las principales causas de enfermedad coronaria en las mujeres. Un artículo publicado en octubre de 2011 en 'TheLancet' revisa de manera sistemática 86 estudios que evalúan tabaquismo y enfermedad coronaria y concluye las fumadoras tienen un 25% más de posibilidades de padecer una enfermedad

coronaria que los fumadores, independientemente de otras patologías asociadas. El riesgo aumenta a medida que aumenta el número de años que se ha fumado.

2. Tabaco y enfermedad pulmonar.

El humo del tabaco afecta particularmente a los pulmones que es por donde ingresa el humo. Se ven lesiones en diferentes niveles del aparato respiratorio:

* Aumento de las secreciones en la tráquea y los bronquios, lo que lleva a tos crónica y expectoración habitual, sobre todo, por las mañanas. El aumento de las secreciones se asocia con mayor riesgo de sobreinfecciones por virus y bacterias asociado con bronquitis crónica.

* Destrucción de la superficie de los alveolos (enfisema) que produce una disminución del paso del aire.

El consumo de tabaco daña el pulmón desde que se empieza a fumar. Los adolescentes fumadores ya tienen obstrucción leve de las vías aéreas y una disminución del crecimiento de la función pulmonar. Las mujeres parecen ser más susceptibles a esto que los hombres. Fumar se asocia con un menor rendimiento deportivo ya que los pulmones tienen menor capacidad.

3. Tabaco y piel.

La piel sufre las consecuencias del tabaquismo, no sólo con enfermedades graves como el cáncer, sino también con aquéllas que afectan a su estética generando arrugas prematuras, cabello reseco y piel seca. El tabaco lesiona la piel de todo el cuerpo siendo esto más manifiesto en la cara, porque al tabaco se suman los efectos de los rayos ultravioletas del sol. El tabaquismo provoca un envejecimiento prematuro en la piel que es más evidente en las mujeres.

4. Entre las alteraciones en la piel inducidas por consumo de tabaco están:

- Arrugas prematuras
- Piel deshidratada y atrófica
- Cabello reseco y quebradizo
- Manchas amarillentas en dedos de fumadores
- Olor corporal a tabaco
- Dificultad en cicatrización
- Cáncer

5 .Arrugas.

Las arrugas faciales de los fumadores de entre 40 y 50 años son similares a las de aquellos no fumadores de 20 años.

Parte de este efecto puede depender de las carencias nutricionales que provoca el fumar, pero los efectos son reversibles si se dejara de fumar lo suficientemente temprano. La condición es una combinación –única en los fumadores- de arrugas, rasgos afinados, y un cutis extrañamente coloreado.

Un estudio mostró excesivas arrugas aún en personas de entre 40 y 50 años que sólo fumaron durante su adolescencia y los veinte años. Los fumadores que dejan de fumar recobran sus mejillas rosadas pero nunca pierden sus arrugas.

Fumar provoca arrugas, y un informe en "TheLancet" –una de las publicaciones médicas más prestigiosas- sugiere que fumar activa un gen involucrado en la destrucción del colágeno, la proteína estructural que da elasticidad a la piel. También se ha descubierto que fumando se activa el daño a las células que reciben oxígeno y se desordena el flujo de la sangre a la piel.

Los fumadores desarrollan arrugas prematuras y hundimientos en la piel similares a aquellas provocadas por el envejecimiento, y son propensos a adelgazamiento y pérdida prematura del cabello.

Los hombres que fuman tienen dos veces más posibilidades de llenarse de canas que aquellos hombres que no fuman -y el encanecer prematuro es 3 a 6 veces más común en los fumadores. (23)

6. Piel deshidratada y atrófica.

El consumo de tabaco provoca deshidratación de la epidermis que aparece áspera, quebradiza e inflexible. A esto se suma la poca oxigenación de las células, que hace que el cutis parezca grisáceo y apagado. La disminución de vitaminas en la piel, principalmente vitamina A, B, y C, favorece que los radicales ataquen con mayor agresividad a la piel. El cabello también sufre los efectos secantes del monóxido de carbono, pierde luminosidad y se vuelve quebradizo. A su vez se incrementa la porosidad del cabello y éste fija el olor característico a cigarrillo.

7. Alteración de la cicatrización.

El humo del tabaco disminuye la oxigenación de los tejidos afectando la nutrición de la piel. Esto se debe a que la nicotina provoca una disminución de la circulación periférica y el monóxido de carbono compite con el oxígeno por la hemoglobina, disminuyendo la cantidad de oxígeno que llega a los tejidos periféricos.

Además, aumenta la viscosidad de la sangre a través de un incremento de la agregación de las plaquetas y del número de glóbulos rojos. Estudios muestran que los fumadores de un atado por día tienen tres veces más probabilidad de sufrir necrosis de la herida que los no fumadores. Por esto, se recomienda que una semana antes y después de un acto quirúrgico no se fume.

8. Cáncer de piel.

Se sabe que el tabaco es un importante factor de riesgo para diferentes cánceres. Según algunos estudios, existe una relación entre el consumo de tabaco y el carcinoma de células escamosas y melanomas, aunque el principal factor de riesgo sea la radiación ultravioleta. El peor pronóstico tras el diagnóstico de melanoma en pacientes fumadores podría estar relacionado con los efectos del consumo de tabaco sobre el sistema inmunitario y la consiguiente alteración de la inmunidad.

El tabaquismo parece estar asociado con un mayor riesgo de un tipo de cáncer de piel, el carcinoma cutáneo de células escamosas, según un informe publicado en Archives of Dermatology.

Se sabe que fumar está relacionado con distintos tipos de cánceres. Ahora, de acuerdo con esta revisión de los datos de 25 estudios parece que el tabaco podría aumentar el riesgo de un tipo común de cáncer de piel no melanoma..(24)

9. Tabaco y complicaciones odontológicas.

Los problemas causados en la boca por el tabaquismo incluyen:

a. Manchas en los dientes.

Fumar produce una vasoconstricción de los vasos sanguíneos de la encía, es decir, de los diminutos conductos que llevan sangre a la encía, a los dientes y al

Soporte de los mismos. Estos son muy pequeños, y fumar los estrecha y los cierra, por lo que existe una ausencia de nutrientes, similar a los diabéticos (25)

b. Caries.

El tabaquismo aumenta el riesgo de caries en el adulto pues al favorecer alteraciones en el tejido de soporte del diente ocasiona migración gingival y con ello la exposición de los cuellos dentarios, incrementándose el riesgo de formación de caries radiculares. Por otra parte, el tabaquismo tiende a disminuir el flujo salival.

El humo del cigarrillo provoca caries en niños expuestos en un ambiente de tabaquismo. Y se demuestra por las altas concentraciones sanguíneas de cotinina que desarrollan, que es un producto intermedio de la nicotina, tendiendo a sufrir más caries en sus piezas temporales, o dientes primarios; duplicando el riesgo de un niño de padecer caries.(26)

c. Halitosis.

El mal aliento es causado por modificaciones en la cantidad y calidad de la saliva sobre la flora microbiana bucal. Además, se acentúa con la enfermedad periodontal.

d. Enfermedad periodontal.

Es una enfermedad crónica y progresiva que ocasiona la pérdida de los dientes. La encía recibe menos sangre y oxígeno disminuyendo los mecanismos de defensa frente a las bacterias de la placa bacteriana, que se vuelven más agresivas y destruyen de manera más activa los tejidos que sostienen los dientes. Dependiendo de su grado de afectación se denomina gingivitis, cuando el proceso inflamatorio solamente afecta la encía o periodontitis cuando el proceso inflamatorio afecta a los tejidos periodontales profundos y se produce destrucción del hueso y ligamento que soportan y sujetan los dientes. Cuando la enfermedad periodontal ha evolucionado a periodontitis, suelen aparecer otros síntomas tales como: retracción de las encías, movilidad de los dientes, separación de los dientes, aumento de la sensibilidad dentaria, sobre todo al frío, dolor de encías, mal aliento y abscesos y flemones en la encía

e. Palatinitis nicotínica. Mancha blanca en el paladar blando y parte posterior de paladar duro, con pequeños puntos rojos. se observa más en fumadores de pipa. Esta lesión es reversible al suprimir el tabaco.

f. Leucoplasias.

La leucoplasia, causada por una irritación crónica, es un trastorno de las membranas mucosas de la boca. Se forman manchas blancas sobre la lengua o dentro de la boca en semanas o meses. Esto también puede ocurrir sobre la vulva en las mujeres, pero por razones desconocidas. Un tipo, conocido como leucoplasia pilosa, sólo se observa en personas con VIH u otros tipos de inmunodeficiencias graves. La mayoría de los casos de leucoplasia mejoran una vez que retira la fuente de irritación. Aunque en casos raros, esta condición puede llevar al cáncer oral. Si nota alguna señal, consulte a su dentista o a su doctor.

La leucoplasia resulta de un virus que se vuelve activo en el cuerpo cuando se debilita el sistema inmune. La infección también puede desempeñar una función en otros casos. Generalmente, la leucoplasia es el resultado de irritantes, como los siguientes:

- Fumar pipa cigarrillos
- Masticar tabaco o rapé
- Dientes maltratados
- Lugares maltratados en dentaduras, rellenos o coronas.(27)

g. Cáncer de la cavidad oral.

El riesgo de padecer un cáncer de cavidad oral en un fumador es 6 veces superior al de un no fumador. El lugar de mayor incidencia de cáncer oral por consumo de tabaco es el piso de boca, también la lengua el labio y las glándulas salivales.

10. Tabaco y enfermedad ocular.

El tabaco puede agudizar varias enfermedades oculares, pero las más evidentes y frecuentes son las cataratas y la degeneración macular (DMAE). Estas patologías son más comunes en personas fumadoras o expuestas al tabaco. El efecto de envejecimiento que ejerce el tabaquismo en el organismo es lo que hace empeorar estas enfermedades que, principalmente, son atribuibles a la edad. “La persona

fumadora está acelerando su envejecimiento". El riesgo de cataratas es un 40-60% mayor en los fumadores de más de un paquete por día que en los no fumadores y sucede por dos mecanismos; por la irritación directa de los ojos y la liberación en los pulmones de sustancias químicas que llegan a los ojos a través de la sangre. El riesgo disminuye al dejar de fumar pero algunos sugieren que nunca vuelve a ser igual al de un no fumador. Se estima que el 20% de todas las cataratas están relacionadas con el consumo de tabaco. La degeneración macular es la segunda causa de ceguera en las personas mayores de 60 años en los países occidentales, por detrás de la diabetes. Esta enfermedad degenerativa afecta la mácula, responsable de la visión fina. Además, el tabaquismo puede ayudar a la aparición de enfermedades vasculares del ojo, enfermedad ocular tiroidea o sequedad ocular, entre otras.

11. Tabaco y sexualidad masculina.

El fumar daña las arterias que irrigan al pene reduciendo el flujo sanguíneo. Esto puede provocar problemas con la erección e impotencia. De acuerdo con la mayor parte de estudios publicados hasta la fecha, fumar duplica el riesgo de padecer impotencia en hombres de entre 30 y 40 años.

El cigarrillo provoca una reducción del volumen de la eyaculación así como una disminución del número relativo de espermatozoides y una merma significativa de su calidad: espermatozoides deficientes, de movilidad reducida y menor capacidad para fecundar al óvulo lo que se asocia con infertilidad.

12. Efectos del tabaco en la salud reproductiva de las mujeres.

La nicotina disminuye los estrógenos que son una hormona esencial para el funcionamiento de los ovarios esto lleva a:

a. Alteraciones del Ciclo Menstrual.

Ser una fumadora habitual tiene serias consecuencias sobre la mujer: la fertilidad, la menstruación o el buen término del embarazo están en peligro. Veamos lo perjudicial que puede ser el tabaco para las mujeres en distintas etapas de su vida. El tabaco complica los ciclos menstruales, ya que puede alterar las reglas, variando su frecuencia, causando dolor o llegando a hacer que desaparezcan por completo en casos extremos.

Si la mujer utiliza anticonceptivos hormonales, su combinación con el tabaco puede resultar seriamente dañina para ella, debido al aumento de las probabilidades de trombo embolismo que ello acarrea (entre 20 y 40 veces más respecto a las no fumadoras).

Tal es la incompatibilidad de esta peligrosa mezcla que los anticonceptivos hormonales están contraindicados en mujeres fumadoras de más de 35 años. (28)

b. Alteraciones en la fecundidad.

Las mujeres fumadoras suelen tener menor fertilidad y más problemas para quedar embarazadas (las fumadoras tardan el doble de tiempo que las no fumadoras en quedarse embarazadas); también tienen menos probabilidades de quedar embarazadas cuando hacen tratamientos de fecundación in vitro.

Cumplir el sueño de ser padres es un deseo de muchos de nosotros. Cuando nos enteramos de que una pareja amiga está teniendo inconvenientes para concebir, automáticamente pensamos en la edad de la mujer, casi asegurando que es ella

quien tiene un "problema". Pero la infertilidad es una enfermedad que atañe tanto a la mujer como al hombre, y que puede ser causada por otros factores además de la edad.

Todos sabemos que fumar invita a tener riesgos de salud, pero pocas veces pensamos en que el tabaco es otro de los factores de riesgo entre las causas de infertilidad, tanto en hombres como en mujeres. Desde un atraso en el logro de embarazo, hasta la demora en su aparición, tienen relación directa con el número de cigarrillos consumidos.

En el caso de las mujeres, la calidad de los óvulos disminuye, a causa de los químicos presentes en el cigarrillo, y los hombres fumadores pueden sufrir disfunción sexual eréctil, alteración en la forma, concentración y movilidad de los espermatozoides, y hasta impotencia. Además, los efectos del cigarrillos puede tener una repercusión negativa en el desarrollo del bebé, y provocar que nazca con algún tipo de deficiencia.

Sin embargo, hay que ocuparse pero no alarmarse, ya que es importante destacar que al cabo de un tiempo de suspender el cigarrillo, hombres y mujeres pueden recuperar calidad de óvulos y espermatozoides, logrando equiparar la calidad de aquellas personas que nunca han fumado.

Las enfermedades de transmisión sexual son otro factor de riesgo en las causas de infertilidad. La conocida Chlamydia es uno de ellos y el más frecuente, que puede padecer tanto la mujer como el hombre.

Chlamydia es un microorganismo que se contagia por transmisión sexual exclusivamente y que puede contraerse al principio de la vida sexual, generando infecciones asintomáticas, tanto en el hombre como en la mujer.

Estas infecciones sostenidas en el tiempo son causante de infertilidad, y el motivo por el que no son detectadas por uno mismo es, justamente, por la falta de síntoma. Muchas de las parejas que se acercan a un tratamiento de fertilidad asistida descubren que alguno de los dos ha padecido esta enfermedad, ya cuando es tarde.

La infertilidad por este tipo de infecciones puede evitarse haciendo controles periódicos con el médico, desde edades tempranas, tanto hombres como mujeres, para prevenir futuras complicaciones, ya que son infecciones que pueden curarse con el tratamiento adecuado.

Volvamos ahora al tema de la edad. La infertilidad y la edad están, para la mayoría de las personas, relacionados con las mujeres. Sin embargo, la edad del hombre también es causa de infertilidad.

Con el paso de los años, sobre todo a partir de los 45, los hombres generalmente manifiestan alteraciones en la producción de los espermatozoides. Lo que sucede es que pierden capacidad fertilizante, ya sea en su forma, tamaño o concentración, entre otras cosas. Esta disminución en la calidad impide al espermatozoide lograr la fecundación del óvulo, provocando infertilidad.

Entonces, a la hora de decidirse a buscar un hijo, es necesario considerar los factores masculinos tanto como los femeninos, ya que ambos influyen en la posibilidad de concebir.

Quienes nos dedicamos a la fertilidad trabajamos día a día para concientizar a hombres y mujeres para que cuiden su fertilidad. Ocuparse de mantener una buena calidad de vida es el camino indicado para poder cumplir el sueño de ser padres.

c. Alteraciones durante el embarazo.

Las mujeres fumadoras tienen más abortos, partos prematuros, desprendimientos de placenta y placenta previa que las no fumadoras.

Los trastornos que pueda sufrir la embarazada fumadora van en relación directamente proporcional con el número de cigarrillos consumidos, igualmente también influye la permanencia en lugares cuyo entorno ambiental este contaminado por humo del tabaco, sumándose por ello en muchas gestantes la

exposición de su tabaquismo directo al pasivo procedente de la contaminación ambiental.

Un dato que se ha observado en muchas mujeres fumadoras es que la placenta de estas es mucho mayor que aquellas otras que no fuman durante el embarazo o nunca han sido fumadoras. Se entiende esta respuesta como una compensación para contrarrestar la falta de oxígeno inducida por el tabaquismo de la madre.

Al ser mayor el tamaño de la placenta en estas mujeres, aumenta la frecuencia de placenta previa, con mayor riesgo de desprendimiento prematuro de la placenta, hemorragias de la misma y rotura precoz de membranas. Todas estas complicaciones ocurren con mayor frecuencia en aquellas fumadoras que tienen un grado de consumo alto.

Diversos estudios han confirmado que la incidencia de complicaciones de la placenta es mayor en los embarazos de las mujeres fumadoras que en aquellas que no lo son. Se observa una relación causa-efecto, ya que las fumadoras severas sufren más alteraciones que las fumadoras ligeras.

Estas complicaciones conllevan un alto riesgo de nacimiento prematuro y pérdida fetal o neonatal y están relacionadas como causas de muerte en las muertes relacionadas con el nacimiento de los hijos de madres fumadoras.

El abandono del consumo de tabaco cuando se confirma el embarazo, sitúa a estas mujeres en una situación prácticamente similar, en cuanto a efectos adversos para el feto se refiere, al de aquellas mujeres que nunca han fumado.

d. Alteraciones en la Menopausia.

El consumo de alcohol debe moderarse en la menopausia ya que es un azúcar de fácil absorción y aumenta los síntomas de sofocos, sobre todo nocturnos. Además

es un factor de riesgo de patología hepática y de ciertos cánceres. Es ideal limitar el consumo a un vaso de vino con las comidas.

El tabaco es un conocido factor de riesgo de aparición de cáncer y de enfermedades cardiovasculares. La disminución de estrógenos de la menopausia aumenta el riesgo de enfermedades cardiovasculares y este se suma al del tabaco. El tabaco tiene además un factor en la edad de la menopausia ya que adelanta la edad en la que se produce unos 2 años de media. El efecto estético además es importante ya que las mujeres fumadoras tienen un envejecimiento cutáneo prematuro con una aparición más temprana y más marcada de arrugas. Todo ello desaconseja fervientemente el consumo de tabaco especialmente en la menopausia.

El café es un estimulante del sistema nervioso central y tiene el efecto de aumentar el número e intensidad de los sofocos en la menopausia y de empeorar la calidad del sueño que ya se ve mermada en esta etapa de la vida. Además el café aumenta la eliminación del calcio por la orina y disminuye su absorción por lo que aumenta el riesgo de osteoporosis. (28)

K. APARATO CONCEPTUAL.

1. Perturbaciones: Trastorno de las facultades mentales Alteración de la tranquilidad, de la paz, del orden o del desarrollo normal de algo.

2. Prodrómicos: Se utiliza en medicina para hacer referencia a los síntomas iniciales que preceden al desarrollo de una enfermedad.

3. Ansiedad: La ansiedad es una manifestación esencialmente afectiva. Se trata de una vivencia, de un estado subjetivo o de una experiencia interior, que podemos calificar de emoción. La ansiedad es un mecanismo humano de adaptación al medio y ayuda si su intensidad no es excesiva a superar ciertas exigencias de la vida.

4. Desinhibirse: Hacer que alguien pierda los prejuicios personales o sociales y se comporte de forma espontánea o natural: con los amigos se desinhibe y actúa con naturalidad.

5. Evasión: Delito que atenta contra la administración pública, como bien jurídicamente protegido y que consiste en el quebrantamiento de una detención legal, mediante violencia en las personas o fuerza en las cosas.

6. Alucinaciones: Visión o sensación que no es real, sino producto de un trastorno o una enfermedad de la mente.

7. Invenciones: Reacción de una historia o una excusa que no es verdadera para engañar a alguien: ten cuidado con lo que te crees: su capacidad de invención es bien conocida.

8. Úlceras: Es toda lesión abierta de la piel o membrana mucosa con pérdida de sustancia. Las úlceras pueden tener origen y localización muy variada, las más frecuentes son las que afectan a la pared del estómago o duodeno que se llaman úlceras pépticas.

9. Esofagitis: Es un término general para cualquier inflamación, irritación o hinchazón del esófago, el tubo que va desde la parte posterior de la boca hasta el estómago.

10. Infertilidad: La infertilidad es la incapacidad de la pareja de lograr una gestación que lleve al nacimiento de un hijo, después de un año de mantener relaciones sexuales sin métodos de planificación.

11. Cohíba: Hacer que una persona sienta vergüenza y no se comporte con naturalidad o libertad.

12. Nicotina: Sustancia excitante que se extrae de las hojas del tabaco; es incolora pero se oscurece al contacto con el aire

13. Acetona: Compuesto orgánico, líquido, incoloro, transparente, de olor especial, volátil e inflamable, que se usa como disolvente de grasas y otros compuestos, así como materia prima en la fabricación de plásticos

14. Tolueno: Hidrocarburo derivado del benceno, líquido, incoloro, volátil e insoluble en agua, que se extrae del alquitrán de hulla y se usa como disolvente y para la fabricación de colorantes y explosivos

15. Cadmio: Metal blanco algo azulado, parecido al estaño .que suele encontrarse asociado a los minerales de zinc. Su símbolo químico es Cd.

16. Enfisema: Enfermedad de los pulmones que consiste en una pérdida de su elasticidad y en la atrofia de sus paredes, lo que provoca dificultad respiratoria y finalmente la muerte.

17. Viscosidad: En mecánica de fluidos, rozamiento interno de un fluido debido a la interacción entre sus moléculas.

18. Alquitrán: Sustancia densa y pegajosa, de color oscuro y olor fuerte, que se obtiene por destilación del petróleo, la madera, el carbón vegetal u otra materia orgánica.

19. Periodontal: Comprende un conjunto de circunstancias que afectan a cualquier órgano del periodonto, es decir, es un proceso inflamatorio de las encías que ocasiona daños en los tejidos de los dientes.

20. Fecundación in vitro: Técnica de reproducción asistida que consiste en la fecundación del óvulo fuera del cuerpo de la mujer en un ambiente artificial y controlado que simula las condiciones que existen en las trompas de Falopio.

V. METODOLOGÍA

A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN.

El proyecto se ejecutó en la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado ciudad de Riobamba. Provincia de Chimborazo 2014.

B. VARIABLES.

1. Identificación

- 1 Características sociodemográficas.
- 2 Conocimientos sobre alcoholismo y tabaquismo.
- 3 Prácticas sobre alcoholismo y tabaquismo.

2. Definición.

Características sociodemográficas.- Son el conjunto de características biológicas, socio económico cultural que están presentes en la población sujeta a estudio, tomando aquellas que puedan ser medibles.

Conocimientos Alcoholismo y Tabaquismo. Es un conjunto de datos, visto solo como datos es un conjunto sobre hechos, verdades o de información almacenada a través de la experiencia o del aprendizaje.

Prácticas sobre Alcoholismo y Tabaquismo. Estado mental y neuronal de disposición para responder, organizada por la experiencia, que ejerce una influencia, directiva o dinámica, sobre la conducta respecto a todos los objetos y situaciones con los que se relaciona.

3. Operacionalización.

VARIABLE	CATEGORÍA/ESCALA	INDICADOR
CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS	Edad 12– 13años 14 – 15 años 16-17 años	% de las/los adolescentes según edad.
	Sexo ✓ Hombre ✓ Mujer	% de las/los adolescentes según sexo.
	Estado civil Soltero Casado Unión libre	

		% de las/los adolescentes según estado civil
CONOCIMIENTOS	Concepto de alcoholismo.	% de las/los adolescentes según conocimientos correctos sobre alcoholismo.
	Correctos	
	Incorrectos	%de las/los adolescentes según conocimientos incorrectos sobre alcoholismo.
	Factores de riesgo del alcoholismo	% de las/los adolescentes con conocimientos correctos sobre factores de riesgo del alcoholismo.
	Correctos	
	Incorrectos	% de las/los adolescentes con conocimientos incorrectos sobre factores de riesgo.
	Causas del alcoholismo	% de las/los adolescentes con

	<p>Correctos</p> <p>Incorrectos</p>	<p>conocimientos correctos sobre causas del alcoholismo.</p> <p>% de las/los adolescentes con conocimientos incorrectos sobre</p>
	<p>Efecto del alcohol en los diversos órganos del cuerpo</p> <p>Correctos</p> <p>Incorrectos</p> <p>Concepto del tabaquismo</p> <p>Correctos</p> <p>Incorrectos</p>	<p>causas del alcoholismo.</p> <p>% de adolescentes con conocimientos correctos sobre efecto del alcohol en los diversos órganos del cuerpo.</p> <p>% de adolescentes con conocimientos incorrectos sobre efecto del alcohol en los diversos órganos del cuerpo.</p> <p>%de de las/los adolescentes con conocimientos correctos sobre tabaquismo.</p> <p>% de las/los adolescentes con conocimientos incorrectos sobre</p>
	<p>Causas del tabaquismo</p>	<p>tabaquismo.</p>

	<p>Correctos</p> <p>Incorrectos</p>	<p>% de las/los adolescentes con conocimientos correctos sobre causas del tabaquismo.</p> <p>% de las/los adolescentes con conocimientos incorrectos sobre causas del tabaquismo.</p>
	<p>Efectos del tabaco</p> <p>Correctos</p> <p>Incorrectos</p>	<p>% de las/los adolescentes con conocimientos correctos sobre efectos del tabaco.</p> <p>% de adolescentes con conocimientos incorrectos sobre efectos del tabaco.</p>
	<p>Problemas causados en la boca por el tabaquismo</p> <p>Correctos</p> <p>Incorrectos</p>	<p>% de las/los adolescentes con conocimientos correctos sobre tabaco y adicción.</p> <p>% de las/los adolescentes con conocimientos incorrectos sobre tabaco y adicción.</p>

PRÁCTICAS	Consume bebidas alcohólicas. <input checked="" type="checkbox"/> Si <input checked="" type="checkbox"/> No	% de las /los adolescentes que consume bebidas alcohólicas
	Edad que bebió alcohol por primera vez. <input checked="" type="checkbox"/> 12 <input checked="" type="checkbox"/> 13 <input checked="" type="checkbox"/> 14 <input checked="" type="checkbox"/> 15	% de las /los adolescentes según edad que bebió alcohol por primera vez.
	Personas con quienes bebe alcohol. <input checked="" type="checkbox"/> Amigos <input checked="" type="checkbox"/> Hermanos <input checked="" type="checkbox"/> Novia <input checked="" type="checkbox"/> Primos	% de las/los adolescentes según personas con quienes bebe alcohol.
	Días que beben <input checked="" type="checkbox"/> Inicio de semana <input checked="" type="checkbox"/> Fiestas <input checked="" type="checkbox"/> Fines de semana <input checked="" type="checkbox"/> otros	% de las /los adolescentes según días que beben.
	Motivos que beben	

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Alegría ✓ Tristeza ✓ Relajarse ✓ Calmarse ✓ Tranquilizarse 	<p>% de las /los adolescentes según motivo que beben alcohol.</p>
	<p>Tipo de alcohol que bebe</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Cervezas ✓ Vinos ✓ Licores ✓ Tequila 	<p>% de las /los adolescentes según el tipo de alcohol que</p>
	<p>Fuma Cigarrillo</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Si ✓ No 	<p>beben.</p> <p>% de las /los adolescentes que</p>
	<p>Edad que fumó por primera vez.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ 12 ✓ 13 ✓ 14 ✓ 15 <p>Lugares donde fuma</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bus ✓ Clases ✓ Parque 	<p>fuman cigarrillo</p> <p>% de las /los adolescentes según la edad que fumó por primera vez.</p> <p>% de las /los adolescentes según lugares donde fuman.</p>
	<p>Hora que fuma con frecuencia</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Mañana 	

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tarde ✓ Noche 	% de las /los adolescentes según hora que fuman con frecuencia.
	<p>Razones por la que fuma</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ La curiosidad ❖ Ser aceptado en un grupo ❖ Disponibilidad de cigarrillos ❖ Deseo de resaltar feminidad o masculinidad 	% de las /los adolescentes según razones por la que fuma.

C.TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.

Estudio descriptivo transversal de diseño cuasi experimental.

D.GRUPO DE ESTUDIO.

El grupo en ésta investigación son 35 adolescentes, del segundo año de bachillerato paralelo “A” de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado. Ciudad de Riobamba. Provincia de Chimborazo 2014.

E.DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS.

Para obtener la información de los adolescentes se realizó una encuesta, la misma que antes de aplicar al grupo de estudio se procedió a realizar la validación de la misma, con la ayuda de expertos en el tema. Anexo N° 2.

Para cumplir con el objetivo de las características sociodemográficas de los adolescentes de la Unidad educativa Pedro Vicente Maldonado ciudad de Riobamba, se aplicó una encuesta la misma contiene preguntas como edad, sexo y estado civil, de esta forma se recolectó datos necesarios; la investigación se pudo realizar de una manera eficaz con los datos obtenidos y se logró que el trabajo realizado tenga un mayor éxito especialmente en beneficio de la población a la cual está dirigida. Anexo N° 1.

Los resultados obtenidos sobre conocimientos se valoró a través de una clave de calificación. Anexo N° 4

Para cumplir con el objetivo diagnosticar los conocimientos y prácticas, esto se logró a través de la recolección de datos de la encuesta realizada a los adolescentes, también se desarrolló capacitaciones sobre alcoholismo y tabaquismo. Anexo N°1. También para diagnosticar las prácticas, se apoyó con una guía de observación. Anexo N° 3.

Para cumplir con el objetivo que es ejecutar el proyecto sobre el alcoholismo y tabaquismo se utilizó la técnica activa participativa, donde permitió tener un punto común de referencia a través de lo cual los participantes aportaron su experiencia

particular enriqueciendo y ampliando la experiencia colectiva. Se aplicó la metodología lúdica en la dramatización para crear un ambiente de armonía en los adolescentes que están inmersos en el proceso de aprendizaje. Este método busca que los adolescentes se apropien de los temas impartidos utilizando el juego.

Para cumplir con el objetivo evaluar el proyecto ejecutado, esto se logró a través de la colaboración de las autoridades de la institución, dando apertura y las oportunidades dentro de la institución y posteriormente se aplicó una encuesta para ver cuánto han captado las y los adolescentes capacitados.

Se aplicó técnicas de la recolección de información, mediante encuestas que busca recaudar datos por medio del cual se pudo recoger información real por escrito y del encuestado. La encuesta se aplicó según el cronograma establecido.

Para realizar el procesamiento de los resultados obtenidos de las encuestas se utilizó los programas Microsoft Office Word y Microsoft Office Excel, para la elaboración de tablas y gráficos ya que son apropiadas para analizar los datos extraer información útil y facilitar así la formulación de conclusiones. Para el análisis de resultados se utilizó medidas de frecuencia y de resumen estadísticas.

F.ASPECTOS ÉTICOS.

El presente proyecto se efectuó en la unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado de la ciudad de Riobamba Provincia Chimborazo con los Adolescentes del segundo año de Bachillerato paralelo "A". Con el tema prevención de consumo de alcohol y tabaco, consistió en que las y los adolescentes tengan el conocimiento, para que adapten un estilo de vida libre de adicciones.

Se contó con la autorización de la Vicerrectora de la institución educativa la Lic. Anita Quiroga, se trabajó coordinadamente y organizada para lograr los objetivos planteados.

Para la realización de las actividades se desarrolló intervenciones educativas, para promover conductas positivas que mejoren la calidad de vida de los y las adolescentes, mediante talleres educativos en los que se realizaron metodologías lúdicas, activa participativa, se realizó la técnica demostrativa, se presentó videos educativos afiches, trípticos para proporcionar una mejor comprensión del grupo meta, lo cual no tiene implicaciones éticas en ningún momento de la investigación.

VI. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A. CARACTERISTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS

1. Edad

TABLA N° 1

EDAD DE LAS Y LOS ADOLESCENTES.UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

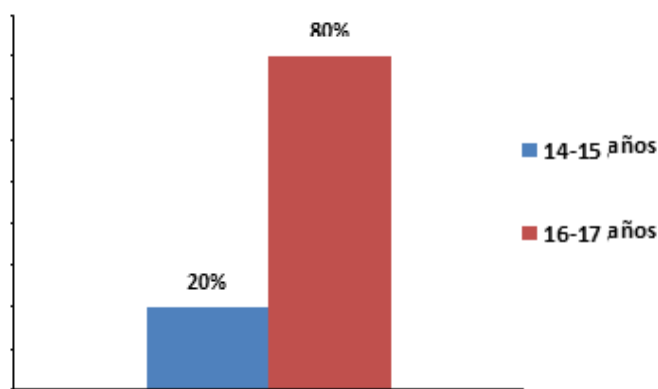
Edad	N°	%
14- 15 años	7	20%
16-17 años	28	80%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N° 1

EDAD DE LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 1

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Según el código de la Niñez y Adolescencia del Ecuador, la edad comprendida de un adolescente hombre o mujer está entre los 12 a 18 años. Como se puede observar en este grupo de estudio existe un menor índice de adolescentes en edades de catorce y quince años con un 20%, mientras que el 80% de adolescentes se encuentran entre 16 y 17 años con mayor índice.

2. Sexo

TABLA N° 2

SEXO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

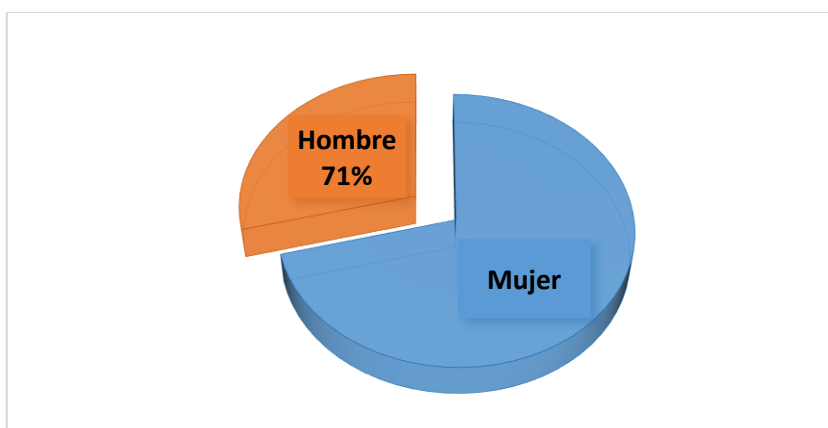
Sexo	N°	%
Hombre	25	71%
Mujer	10	29%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N° 2

SEXO DE LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 2
Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Del 100% de la población de las y los adolescentes del segundo año de bachillerato, el 71% pertenece al grupo hombres con un total de 25 alumnos y un 29% al de mujer con un total de 10 alumnas. Analizando los resultados se puede decir que en la unidad educativa culminan en mayor número los adolescentes antes que las adolescentes.

3. Estado civil.

TABLA N° 3

ESTADO CIVIL DE LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

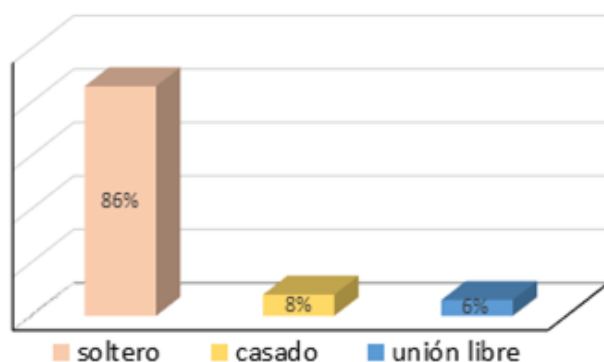
Estado Civil	N°	%
Soltero	30	86%
Casado	3	8%
Unión Libre	2	6%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro

Vicente Maldonado 2014.
Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N° 3

ESTADO CIVIL DE LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 3
Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Con respecto a estado civil en las y los adolescentes se observa un claro predominio del 86% son solteros mejor lugar para un adolescente tener más oportunidades de estudiar ser un profesional, seguido del 8% que son casados y 6% son de unión libre.

B.-Conocimientos.

1.- Conocimiento sobre el concepto de alcoholismo.

TABLA N° 4

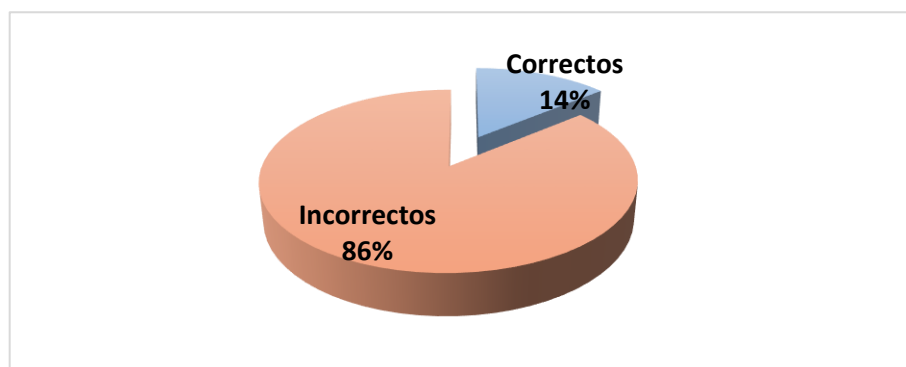
CONCEPTO DE ALCOHOLISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

Concepto del alcoholismo	N°	%
Correctos	5	14%
Incorrectos	30	86%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado.
Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N° 4

CONCEPTO DE ALCOHOLISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 4
Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

En los datos relevados, se evidenció que el 86% desconoce sobre lo que es el alcoholismo y un 14% si conocen que el alcoholismo que es una enfermedad crónica, progresiva y a menudo mortal que se caracteriza por una dependencia emocional, es producida por la ingestión excesiva de alcohol etílico, bien en forma de bebidas alcohólicas.

2.- Conocimientos sobre factores de riesgo del alcoholismo.

TABLA N° 5

FACTORES DE RIESGO DEL ALCOHOLISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014

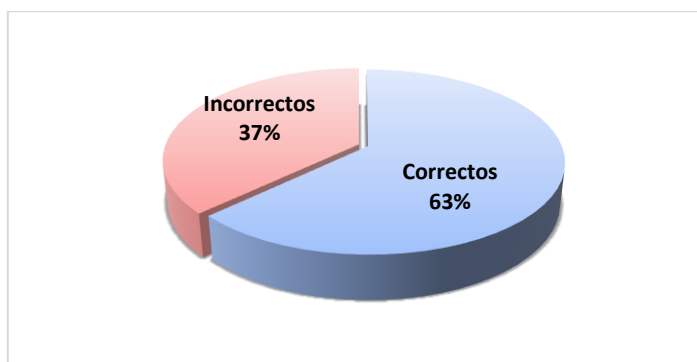
Factores de Riesgos del Alcoholismo	N°	%
Correctos	22	63%
Incorrectos	13	37%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N° 5

FACTORES DE RIESGO DEL ALCOHOLISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014



Fuente: Tabla N° 5

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

En los datos relevados se evidenció que el 37% desconoce sobre los factores de riesgos del alcoholismo y un 63% si conocen sobre los factores de riesgo que no son factores hereditarios, sino adquiridos, los que producen la apetencia del alcohol para consumirlo de manera alcohólica son las malas relaciones con la pareja o la familia, los problemas económicos, la presión de los amigos para que beba, entre otros.

3.- Conocimiento sobre causas del alcoholismo.

TABLA N° 6

CAUSAS DEL ALCOHOLISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

Causas del alcoholismo	N°	%
Correctos	8	23%
Incorrectos	27	77%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.
Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N° 6

CAUSAS DEL ALCOHOLISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 6
Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Se puede constatar que el 23 % conocen sobre las causas del alcohol que se puede usar para disminuir el dolor causado por tener pocas amistades, mudanzas frecuentes, no tener "raíces", separación de los seres queridos, y en su mayoría de los participantes con un 77 % no conocen y no tienen conocimientos sobre las causas del alcoholismo.

4.- Conocimiento sobre efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo.

TABLA N° 7

EFFECTOS DEL ALCOHOL EN LOS DIVERSOS ÓRGANOS SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

Efectos del Alcoholismo en los diversos órganos	N°	%
---	----	---

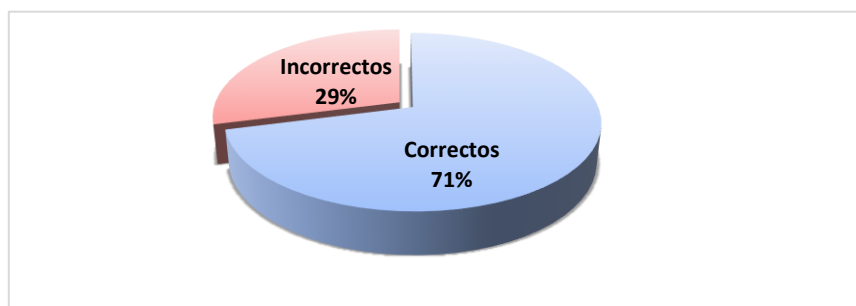
Correctos	25	71%
Incorrectos	10	29%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N° 7

EFFECTOS DEL ALCOHOL EN LOS DIVERSOS ÓRGANOS DEL CUERPO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 7

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Se puede constatar que el 17% de las y los adolescentes conocen sobre los efectos de alcohol en los diversos órganos del cuerpo en el ser humano y en su mayoría de los participantes con un 83% no conocen y no tienen conocimientos sobre los efectos de alcohol en los diversos órganos del cuerpo.

5. Conocimientos sobre concepto del tabaquismo.

TABLA N° 8

CONCEPTO DEL TABAQUISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

Concepto de tabaquismo	N°	%
Correctos	7	20%

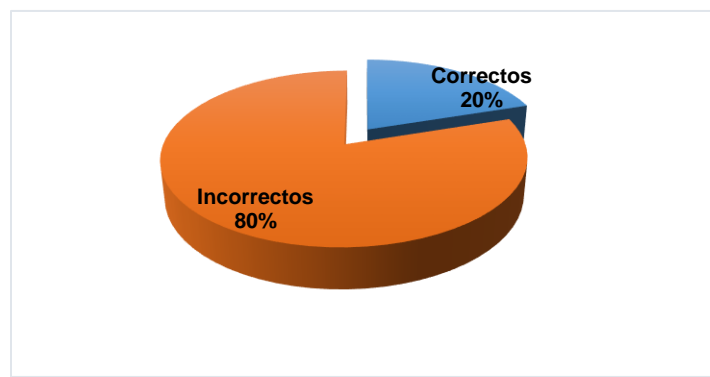
Incorrectos	28	80%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°8

CONCEPTO DEL TABAQUISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 8

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

En los datos relevados, se evidenció que el 80% de los adolescentes no conocen sobre el concepto del tabaquismo y un 20% si conocen sobre el concepto del tabaquismo que es una enfermedad crónica se caracteriza por ser una drogodependencia: la nicotina, principio activo del tabaco, es una droga adictiva y como tal tiene las características de otras drogas: tolerancia, dependencia física y psicológica.

5. Conocimiento sobre causas del tabaquismo.

TABLA N° 9

CAUSAS DEL TABAQUISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

Causas del tabaquismo	N°	%
-----------------------	----	---

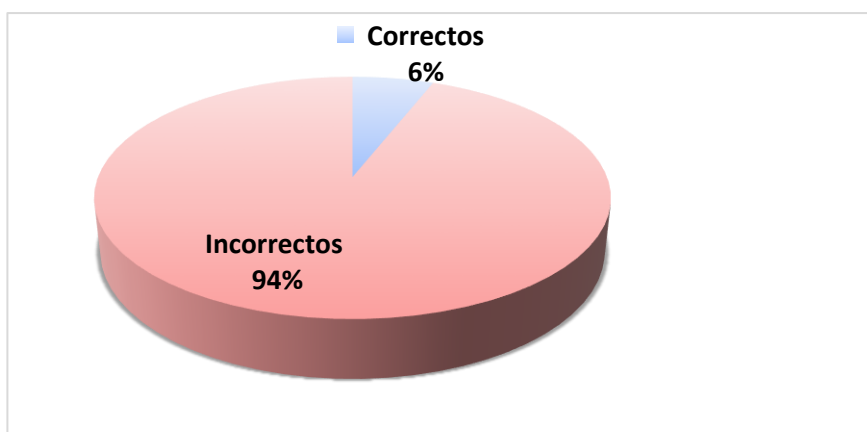
Correctos	2	6%
Incorrectos	33	94%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°9

CAUSAS DEL TABAQUISMO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 9

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Se puede constatar que el 6% conocen sobre las causas del tabaquismo, es accesible tanto por la multiplicidad de lugares de venta, como por el precio, con campañas de publicidad que identifican valores especialmente atractivos para los adolescentes al mismo tiempo es una de las adicciones físicas más intensas y un 94% no conocen y no tienen conocimientos sobre las causas del tabaquismo.

7.- Conocimiento sobre efectos del tabaco.

TABLA N° 10

EFFECTOS DEL TABACO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

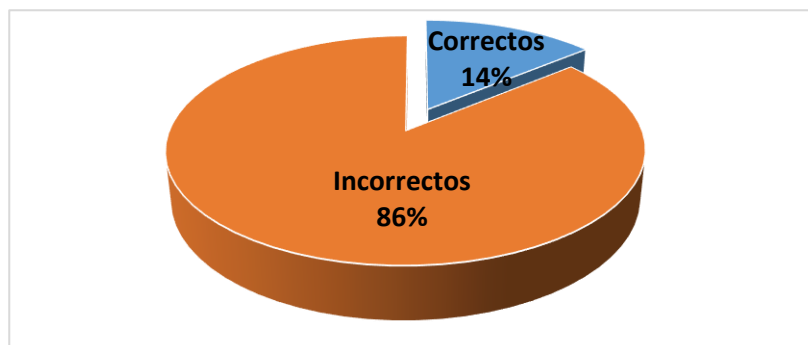
Efectos del tabaco	N°	%
Correctos	5	14%
Incorrectos	30	86%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°10

EFFECTOS DEL TABACO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 10

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Se puede constatar que el 14% de los adolescentes conocen sobre los efectos del tabaco es un estimulante el sistema nervioso central que, sin embargo, en los adictos produce relajación el hábito de fumar aumenta la tolerancia mareos, vómitos, sudoración, se notan cada vez menos y en su mayoría de los participantes con un 86% no conocen y no tienen conocimientos sobre los efectos del tabaco.

8.- Conocimiento sobre problemas causados en la boca por el tabaquismo.

TABLA N° 11

LOS PROBLEMAS CAUSADOS EN LA BOCA POR EL TABAQUISMO SEGÚN ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

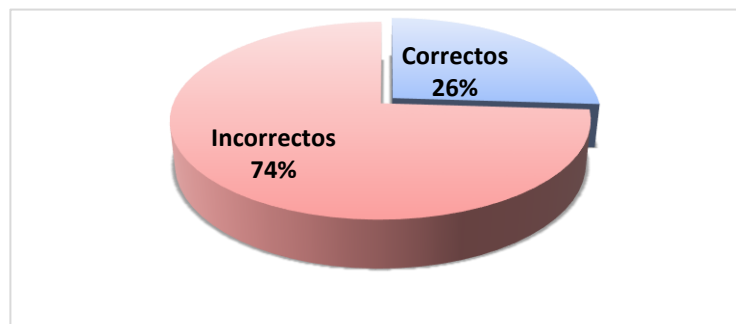
Problemas causados en la boca por el tabaquismo	N°	%
Correctos	9	26%
Incorrectos	26	74%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°11

LOS PROBLEMAS CAUSADOS EN LA BOCA POR EL TABAQUISMO SEGÚN ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 11

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Se puede constatar que el 26% de las y los adolescentes conocen sobre los problemas que causa en la boca por el consumo de tabaco, fumar produce una vasoconstricción de los vasos sanguíneos de la encía, es decir, de los diminutos conductos que llevan sangre a la encía, a los dientes y al soporte de los mismos, y en su mayoría de los participantes con un 74% no conocen y no tienen conocimientos sobre los problemas que causa en la boca por el tabaquismo.

C.- Prácticas.

1.- Prácticas sobre consumo de bebidas alcohólicas.

TABLA N° 12

CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

Consumo bebidas alcohólicas	N°	%
Si	34	97%
No	1	3%
Total	35	100%

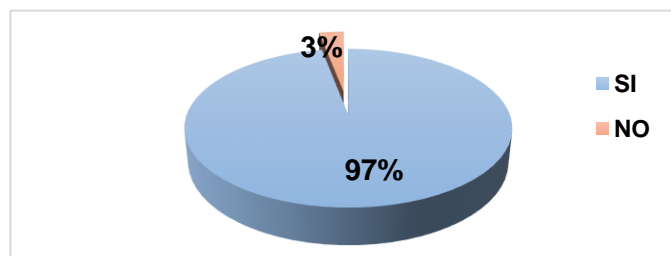
Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°12

CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

Fuente: Tabla N° 12



Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

En los datos obtenidos se pudo evidenciar que el 97% si consumen bebidas alcohólicas, los adolescentes buscan en el alcohol la posibilidad de desinhibirse y estar más seguros el beber le hace perder la timidez y le da valor para afrontar situaciones nuevas para las cuales no se siente preparado, mientras el 3% no consumen bebidas alcohólicas .

2.- Prácticas sobre edad que bebió alcohol por primera vez.

TABLA N° 13

EDAD QUE BEBIÓ ALCOHOL POR PRIMERA VEZ SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

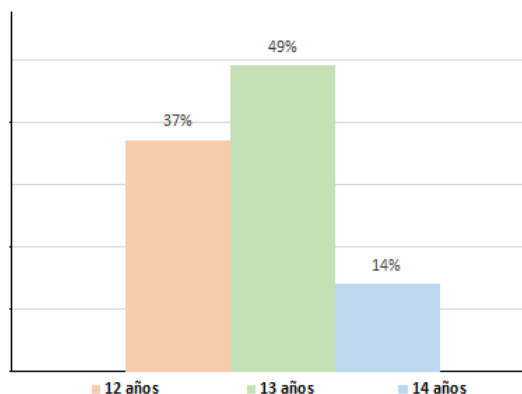
Edad que bebió alcohol	N°	%
12 Años	13	37%
13 años	17	49%
14 años	5	14%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°13

EDAD QUE BEBIÓ ALCOHOL POR PRIMERA VEZ SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 13

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Con respecto a la edad en la cual las y los adolescentes bebieron alcohol por primera vez se puede evidenciar que el 37% de participantes, manifiestan en la edad de 12 años, seguido del 49% de las y los adolescentes han bebido alcohol por primera vez en las edades de 13 años con un porcentaje mayor, el 14% siendo en la edad de 14 años y a medida que los jóvenes se van acercando a la adolescencia, empiezan a experimentar varios cambios emocionales y físicos cambios que no siempre son fáciles durante este periodo desafiante y confuso.

3.- Prácticas sobre personas con quienes bebe alcohol.

TABLA N° 14

PERSONAS CON QUIENES BEBE ALCOHOL SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

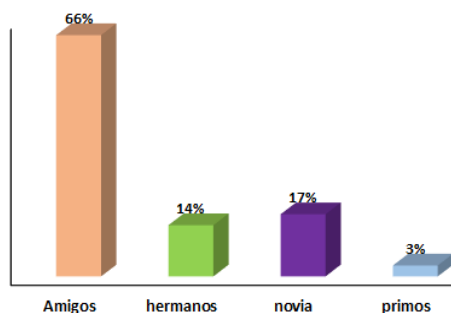
bebe alcohol	N°	%
Amigos	23	66%
hermanos	5	14%
novia	6	17%
primos	1	3%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°14

PERSONAS CON QUIENES BEBE ALCOHOL SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 14

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

De los encuestados manifiestan los y las adolescentes en su mayoría consumen bebidas alcohólicas con sus amigos, por la libertad comienzan a pasar más tiempo con sus amigos y menos tiempo con sus padres, esta mayor libertad lleva a beber; es importante darle un espacio, mantenerse al tanto sobre dónde está y con quién está, si está en casa de un amigo, asegurarse de que un adulto responsable esté cerca, siendo el 66%; seguido el 14% de las y los adolescentes beben alcohol con sus hermanos, el 17% con su novia, siendo en su menor porcentaje que las y los adolescentes beben alcohol con sus primos el 3%.

4.- Días que beben.

TABLA N° 15

DÍAS QUE BEBEN ALCOHOL SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

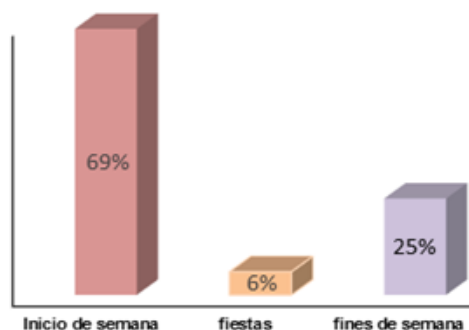
Días que beben	N°	%
Inicio de semana	24	69%
fiestas	2	6%
finde de semana	9	25%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°15

DÍAS QUE BEBEN ALCOHOL SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 15

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

De los encuestados manifiestan las y los adolescentes en su mayoría beben alcohólicas al inicio de la semana el 69%, el 6% beben alcohol solo en las fiestas, seguido el 25% de las y los adolescentes beben alcohol los fines de semana ya que es el último día. Por lo general, esto ocurre cuando los padres no tienen una buena comunicación con los adolescentes, y desconocen temas sobre todo encaminados con el alcohol, otra de las causas para que no se hable de este tema es que los padres no están preparados generando la duda en los adolescentes y buscan información en los amigos que por lo general es información errónea.

5.- Prácticas sobre motivos que beben.

TABLA N° 16

MOTIVOS QUE BEBEN SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

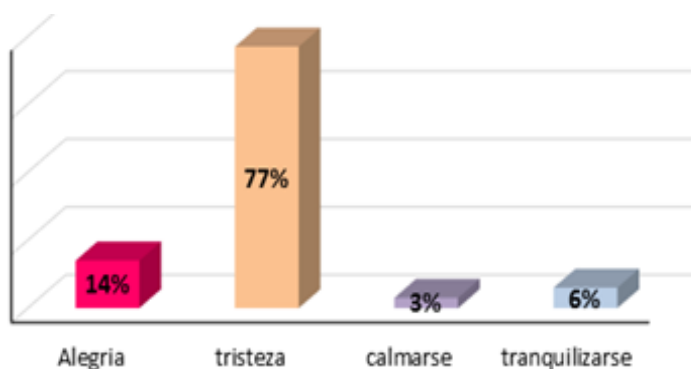
Motivos que beben	N°	%
Alegría	5	14%
Tristeza	27	77%
Calmarse	1	3%
Tranquilizarse	2	6%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°16

MOTIVOS QUE BEBEN SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 16

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Manifiestan las y los adolescentes los motivos que beben son alegría con un 14% cuando sacan buenas calificaciones, el 77% beben por tristeza cuando sus novias les dejan siendo con un mayor porcentaje las y los adolescentes, el 6% por relajarse y el 11% por tranquilizarse. Los adolescentes buscan en el alcohol la posibilidad de desinhibirse y estar más seguro el beber le hace perder la timidez y le da valor para afrontar situaciones nuevas para las cuales no se siente preparado.

6.- Prácticas sobre tipos de alcohol que beben.

TABLA N° 17

TIPOS DE ALCOHOL QUE BEBEN SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

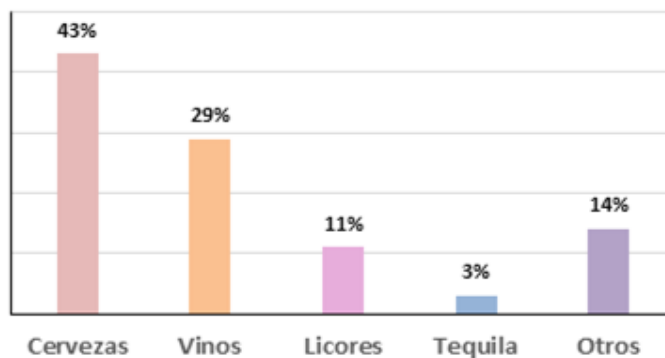
Motivos que beben	N°	%
Cervezas	15	43%
Vinos	10	29%
Licores	4	11%
Tequila	1	3
Otros	5	14
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°17

TIPOS DE ALCOHOL QUE BEBEN SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 17

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Los tipos de alcohol que beben las y los adolescentes con un mayor porcentaje es la cerveza el 43% es una bebida alcohólica, no destilada, de sabor amargo que se fabrica con granos de cebada u otros cereales cuyo almidón es fermentado en agua con levadura, seguido beben vinos con el 29%, el 11% licores ,el 3% tequila y el 14 % manifiestan otros. Esto se debe a que en la unidad educativa no hay educadores para la salud los profesores no imparten los conocimientos que ellos tienen.

7.- Prácticas sobre fuma cigarrillo.

TABLA N° 18

FUMAN CIGARRILLO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

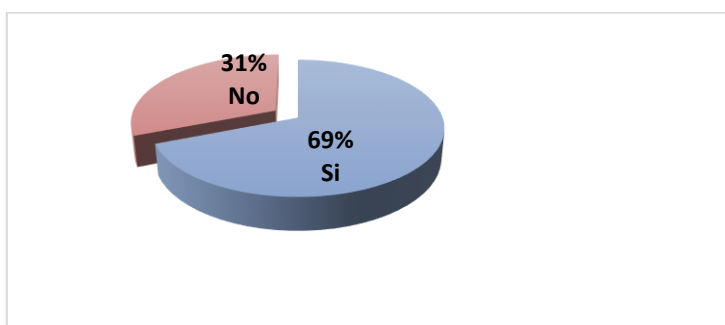
Fuma cigarrillo	N°	%
SI	24	69%
NO	11	31%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°18

FUMAN CIGARRILLO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 18

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

En los datos obtenidos se evidencia que el 31% de las y los adolescentes no fuman cigarrillo y el 69% si fuman cigarrillo, una fase en la que cambia nuestra manera de pensar y nuestra forma de ser, pensamos que haciendo cosas que no pertenecen a nuestra edad somos más mayores porque tienen amigos, tienen padres que fuman el tabaco ha sido considerado un símbolo de prestigio, glamour, seguridad, éxito, sexualidad y poder, entre otros, las campañas publicitarias televisivas y callejeras han creado con éxito una falsa realidad sobre el consumo de tabaco.

8.- Prácticas sobre edad que fumó por primera vez.

TABLA N° 19

**EDAD QUE FUMÓ POR PRIMERA VEZ SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES.
UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.**

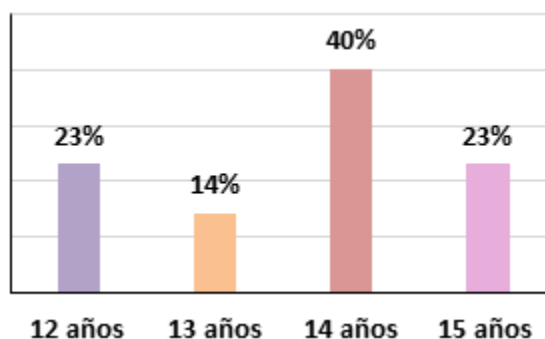
Edad que fumaron por primera vez	N°	%
12 años	8	23%
13 años	5	14%
14 años	14	40%
15 años	8	23%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°19

**EDAD QUE FUMÓ POR PRIMERA VEZ SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES.
UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.**



Fuente: Tabla N° 19

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Con respecto a la edad en la cual las y los adolescentes fumó por primera vez se puede evidenciar que el 23% de participantes, manifiestan en la edad de 12 años, el 14% de las y los adolescentes han fumado por primera vez en las edades de 13 años, el 40% con un porcentaje mayor en la edad de 14 años y en el 23% a los 15 años la necesidad que tienen muchas chicas y chicos durante esa etapa de sus vidas de enfrentarse a los adultos.

9.- Lugares donde fuman.

TABLA N° 20

LUGARES DONDE FUMAN SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

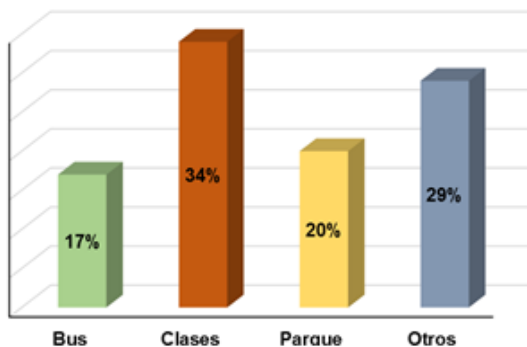
Lugares donde fuman	N°	%
Bus	6	17%
Clases	12	34%
Parque	7	20%
Otros	10	29%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°20

LUGARES DONDE FUMAN SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES. UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 20

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

De los encuestados, los lugares donde fuman es en el bus el 17% manifestaron que hay les ven sus novias y se sienten más hombres y mujeres, el 34% siendo el mayor número fuman es en las clases por que las mañanas hace frio, el 20% en los parques cuando salen entre amigos, el 29% fuman en otros lugares.

10.- Hora que fuman con frecuencia.

TABLA N° 21

HORA QUE FUMA CON FRECUENCIA SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

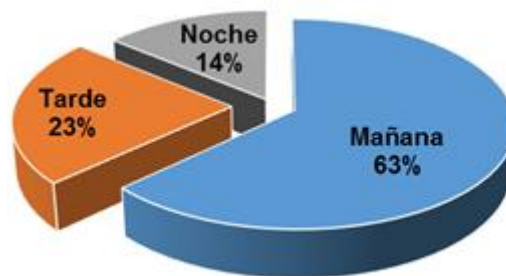
Hora que fuman	N°	%
Mañana	22	63%
Tarde	8	23%
Noche	5	14%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°21

HORA QUE FUMA CON FRECUENCIA SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 19

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Las y los adolescentes fuman más en la mañana el 63% aduciendo que hace mucho frío, seguido en la tarde con un 23% de las y los adolescentes que fuman y con un menor porcentaje en la noche el 14%, porque los estudiantes consideran como un medio desestresante.

11.- Razones que fuman

TABLA N° 22

RAZONES DE CONSUMO DE CIGARRILLO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.

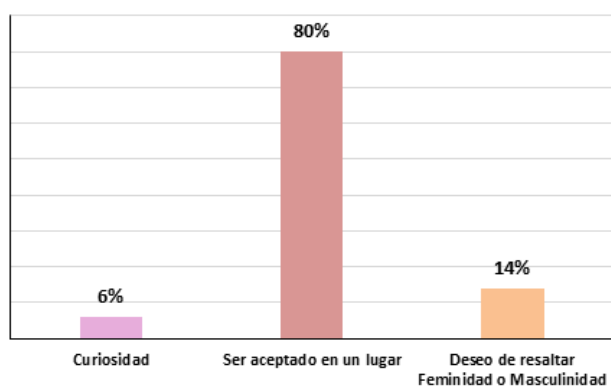
Razones de consumo de cigarrillo	N°	%
Curiosidad	2	6%
Ser aceptado en un lugar	28	80%
Deseo de resaltar Feminidad o Masculinidad	5	14%
Total	35	100%

Fuente: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado 2014.

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

GRÁFICO N°22

RAZONES DE CONSUMO DE CIGARRILLO SEGÚN LAS Y LOS ADOLESCENTES UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO 2014.



Fuente: Tabla N° 19

Elaborado por: Gloria Pucha Investigador

Se puede observar el 6% de los encuestados fuma por curiosidad los adolescentes la imitación es un comportamiento común, aunque depende de factores individuales y sociales del adolescente, por naturaleza, explora, experimenta, se identifica y se influye con los hábitos de sus modelos el 80% manifestaron por ser aceptado en un grupo, y el 14% de las y los adolescente fuman es por el deseo de resaltar feminidad y masculinidad. Muchos adolescentes empiezan a fumar porque lo hacen muchos de sus amigos es importante enseñar a los hijo el valor que tiene saber decir que

no a ciertas cosas a pesar de las primeras típicas burlas, sus amigos no van a pensar mal en tu hijos por el mero hecho de rechazar un cigarrillo al contrario, aunque no lo digan en voz alta, muchos le tendrán más respeto por su decisión.

FASE DE INTERVENCIÓN

I. TÍTULO

PROYECTO SOBRE EDUCACIÓN DEL ALCOHOLISMO Y TABAQUISMO DIRIGIDO A LOS ADOLESCENTES DEL SEGUNDO AÑO DE BACHILLERATO PARALELO "A" DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO RIOBAMBA. PROVINCIA CHIMBORAZO. 2014"

II. ANTECEDENTES

Uno de los principales propósitos de trabajar en este grupo de adolescentes, fue proporcionar información que ayude a incrementar los conocimientos en cuanto al alcoholismo y tabaquismo, El alcohol es una de las drogas más consumidas en nuestra sociedad, muchas personas acompañan sus actividades sociales con el alcohol y es aceptado como un acompañamiento placentero de las relaciones y los encuentros sociales.

De esta manera se pretende concientizar, informar y educar correctamente sobre este tema, para erradicar las consecuencias que conlleva el no haber una adecuada educación, poniendo en peligro la salud y el bienestar de las personas.

Se realizó un diagnóstico previo a las capacitaciones, a 35 adolescentes entre ellos hombres y mujeres mediante la aplicación de un instrumento de recolección de información, esto fue a través de una encuesta en la cual se pudo evidenciar que en un 75% aproximadamente existe la falta de conocimientos sobre este tema, luego de los talleres educativos se aplicó una encuesta para verificar el nivel de conocimientos adquiridos. En cada una de las capacitaciones se realizaron dinámicas de integración, se trabajó de manera lúdica, logrando un ambiente de confianza entre los participantes y el facilitador.

III. OBJETIVOS

A. OBJETIVO GENERAL

Mejorar el nivel de conocimientos sobre prevención del alcoholismo y tabaquismo dirigido a los adolescentes del segundo año de bachillerato paralelo “A” de la unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado Riobamba. Provincia Chimborazo. 2014”

B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Capacitar en temas referentes al Alcoholismo y Tabaquismo.
- ✓ Diseñar módulos educativos sobre alcoholismo y tabaquismo
- ✓ Evaluar el nivel de conocimientos adquiridos mediante las encuestas para conocer si se ha incrementado el nivel de conocimiento.

C. META

A Agosto del 2014 elevar al 90% el nivel de conocimientos sobre prevención del alcoholismo y tabaquismo dirigido a los adolescentes del segundo año de bachillerato paralelo “A” de la unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado Riobamba. Provincia Chimborazo. 2014”

METODOLOGÍA

A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN.

El proyecto se ejecutó en la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado ciudad de Riobamba, provincia de Chimborazo se encuentra ubicado en la vía Guano.

B. POBLACIÓN BENEFICIARIA.

Los Talleres Educativos fueron desarrollados con 35 adolescentes hombres y mujeres en la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado Ciudad de Riobamba, 2014.

C. MÉTODOS Y TÉCNICAS.

Durante los diferentes Talleres Educativos se aplicaron distintos métodos y técnicas para una mejor comprensión.

- ✓ Método Activo – Participativo.
- ✓ Método Lúdico.

TÉCNICAS UTILIZADAS.

- ✓ Encuesta (evaluación final)
- ✓ Lluvia de ideas.
- ✓ Talleres Educativos.
- ✓ Dinámicas.

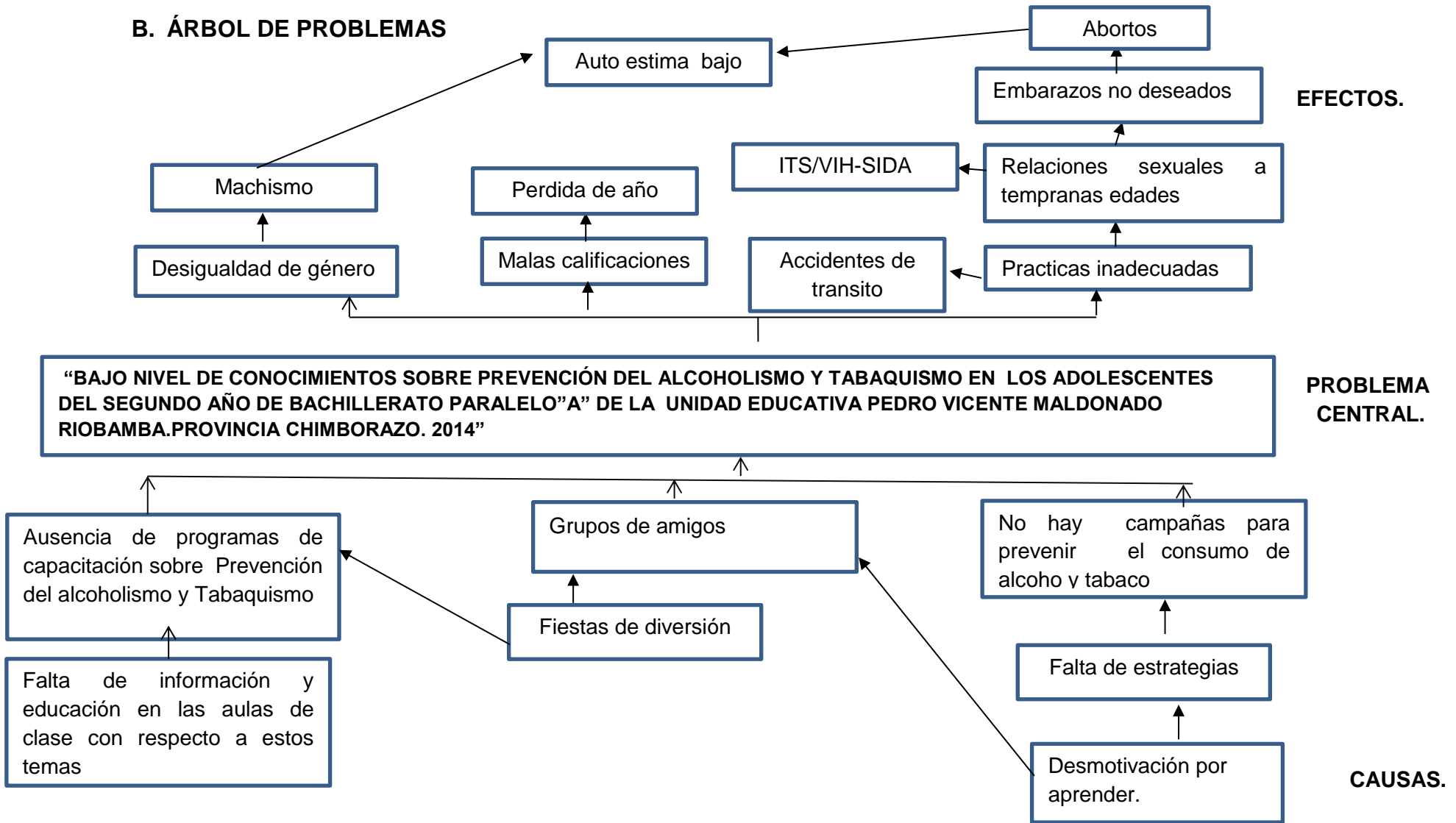
IV. DISEÑO METODOLÓGICO

A. MATRIZ DE INVOLUCRADOS

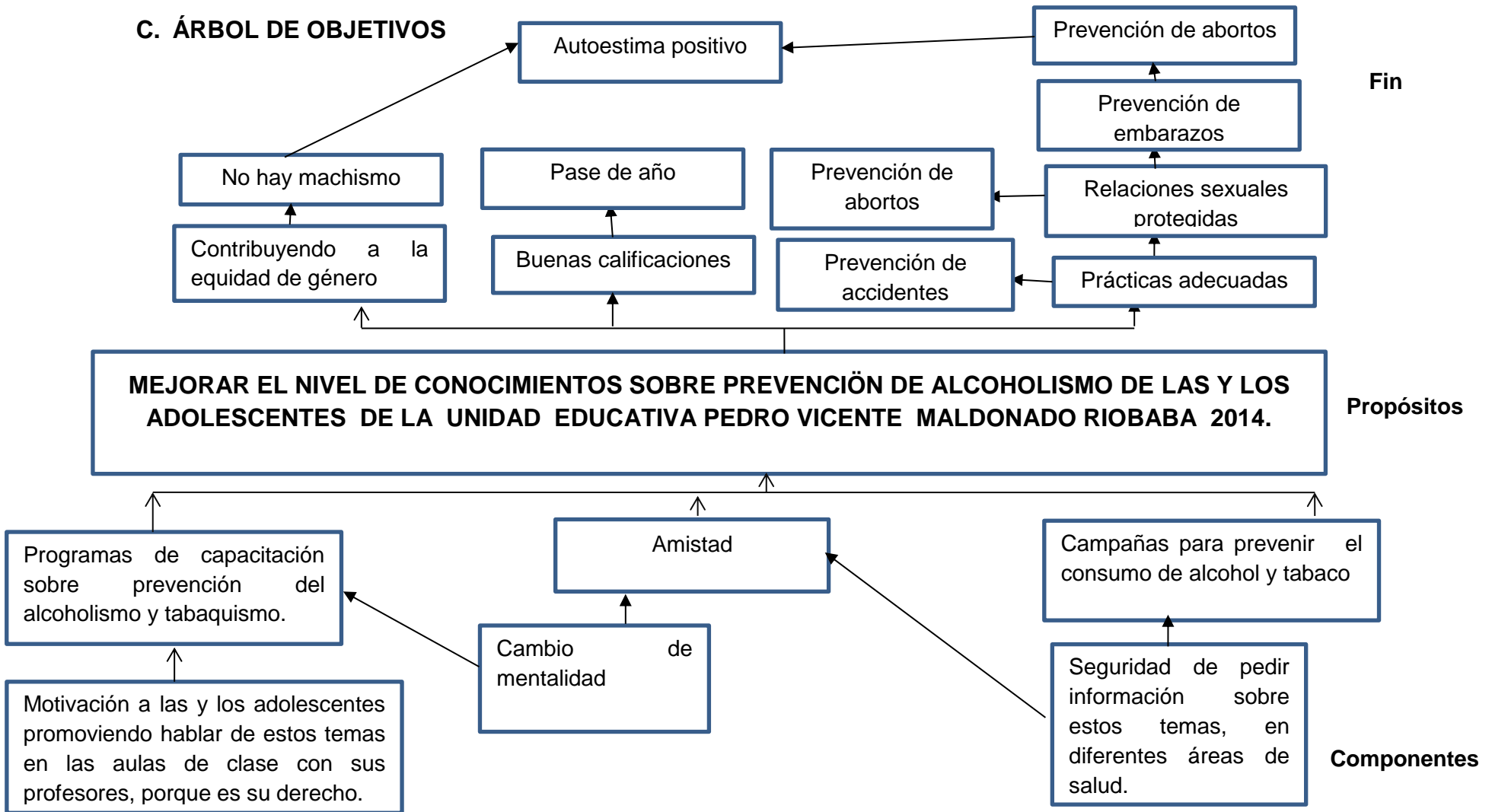
GRUPOS Y/O INSTITUCIONES.	INTERESES.	PROBLEMAS PERCIBIDOS.	RECURSOS Y MANDATOS.
Adolescentes hombres y mujeres.	Incrementar el nivel de conocimientos sobre prevención del alcoholismo y tabaquismo.	Desconocimiento. Poca información.	Recursos Humanos. Recursos Materiales: <ul style="list-style-type: none"> • Esferos • Hojas
Autoridades del la unidad educativa Pedro Vicente Maldonado	Contribuir en la formación para que las y los adolescentes adquieran conocimientos sobre prevención del alcoholismo y tabaquismo.	Poco interés.	Recursos Humanos. Recursos Materiales: <ul style="list-style-type: none"> • Infraestructura
Estudiante que realiza la tesis.	Ejecutar todas las actividades planificadas.	Recursos económicos limitados	Recursos Humanos. Recursos Materiales: <ul style="list-style-type: none"> • Papelotes

			<ul style="list-style-type: none">• Marcadores• Maskin
--	--	--	---

B. ÁRBOL DE PROBLEMAS



C. ÁRBOL DE OBJETIVOS



D. MARCO LÓGICO

RESUMEN NARRATIVO	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
<p>FIN</p> <p>Mejorar el nivel de conocimientos sobre alcoholismo y tabaquismo en los y las adolescentes de la unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado de la Ciudad de Riobamba Provincia de Chimborazo 2014.</p>	<p>35 adolescentes hombres y mujeres han mejorado en un 88% el nivel de conocimientos sobre alcoholismo y tabaquismo.</p>	<p>Adolescentes encuestados</p>	<p>Asistencia de adolescentes hombres y mujeres</p>
<p>PROPÓSITO</p> <p>Incrementar el nivel de conocimientos sobre alcoholismo y tabaquismo.</p>	<p>35 adolescentes hombres y mujeres capacitados sobre alcoholismo y tabaquismo</p>	<p>Planes de clase Registro de asistencia Fotografías</p>	<p>Asistencia de adolescentes hombres y mujeres</p>
<p>RESULTADO 1</p> <p>Se ha implementado capacitaciones sobre alcoholismo y tabaquismo.</p>	<p>En un 88% las y los adolescentes fueron capacitados</p>	<p>Encuestas Fotografías</p>	<p>Asistencia de adolescentes hombres y mujeres</p>

RESULTADO 2 Se destacó la importancia de hablar sobre alcoholismo y tabaquismo de los adolescentes con las autoridades.	35 adolescentes hombres y mujeres destacaron la importancia de hablar sobre alcoholismo y tabaquismo con las autoridades.	Planes de clase Lista de asistencia Fotografías	Asistencia de adolescentes hombres y mujeres
RESULTADO 3 Se evaluó el trabajo de intervención.	35 adolescentes hombres y mujeres fueron evaluados.	Encuesta Fotografías	Asistencia de adolescentes hombres y mujeres
ACTIVIDADES DE RESULTADO N°1 1. Envío de oficio a la Vicerrectora de la Unidad Educativa para poder ejecutar los talleres educativos	100% de aprobación para ejecutar los talleres educativos	Oficio enviado	Que la Vicerrectora de la Unidad Educativa aprobará la ejecución.
2. Diseñar planes de capacitación.	10 planes de clase	Planes de clase	Que exista la predisposición de las y los adolescentes para realizarlo.

3. Disposición del tiempo por parte de Vicerrectora de la Unidad Educativa	10 capacitaciones	Planes de clase	Que la Vicerrectora de la Unidad Educativa permita realizar las capacitaciones.
4. Evaluación de diagnóstico	Instrumento de evaluación	Encuesta	Las y los adolescentes con predisposición de llenar el instrumento de diagnóstico.
5. Se realizó la capacitación respectiva sobre prevención de alcoholismo y tabaquismo.	En un 88% las y los adolescentes conocieron el significado correcto de alcoholismo y tabaquismo.	Grupo beneficiario Fotografías Lista de asistencia	Que las y los adolescentes estén en disposición de participar y aprender.
6. Se impartió afiches, hojas volantes sobre las causas del alcoholismo.	Se entregó afiches a las y los adolescentes.	Grupo beneficiario Fotografías Lista de asistencia	Que las y los adolescentes estén en disposición de participar y aprender.
7. Se abordó temas con respecto a las prácticas de	35 adolescentes hombres y mujeres abordaron	Grupo beneficiario Plan de clases	Que las y los adolescentes estén en disposición de

alcoholismo y tabaquismo.	temas respecto a las prácticas de alcoholismo y tabaquismo	Lista de asistencia	participar y aprender.
8. Se reflexionó casos, para una mejor toma de decisiones frente a situaciones que ponen en peligro el bienestar de las y los adolescentes	35 adolescentes reflexionaron casos narrados para una mejor toma de decisiones.	Grupo beneficiario Plan de clase	Que las y los adolescentes estén en disposición de participar y aprender.
ACTIVIDADES DE RESULTADO N°2 1. Se impartió conocimientos sobre la importancia de hablar sobre alcoholismo y tabaquismo de los adolescentes con las autoridades.	35 adolescentes hombres y mujeres conocen la importancia de hablar sobre alcoholismo y tabaquismo los adolescentes con las autoridades	Grupo beneficiario Plan de clase Fotografías	Que las y los adolescentes estén en disposición de participar y aprender.
2 .Reflexiones sobre personas que consumen alcohol	35 Adolescentes hombres y mujeres reflexionaron sobre personas	Lista de asistencia Grupo beneficiario Plan de clase	Que las y los adolescentes estén en disposición de participar y aprender.

	que consumen alcohol.		
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN N°3	Instrumento de evaluación.	Encuesta	Que las y los adolescentes estén en disposición de participar.
1. Diseño de instrumento para la evaluación.			
2. Aplicación de instrumento.	35 encuestas aplicadas.	Encuesta Fotografías	Que las y los adolescentes estén en disposición de responder la encuesta aplicada
3. Tabulación de datos.	100% de datos tabulados.	Estadísticas	Todos los datos obtenidos fueron desarrollados adecuadamente.
4. Análisis de datos.	100% de datos analizados.	Informe	A partir de los datos obtenidos se obtuvo las diferentes conclusiones del programa aplicado.

F. MÓDULOS EDUCATIVOS

MÓDULO N°1 ALCOHOLISMO

Plan de clase N°1 ; Presentación

Plan de clase N°2 ; El alcoholismo y factores de riesgo del alcoholismo

Plan de clase N°3 ; Causas del alcoholismo

Plan de clase N°4 ; Efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo

MÓDULO N°2 TABAQUISMO

Plan de clase N°5 ; Concepto de tabaquismo
causas del tabaquismo

Plan de clase N°6 ; Componentes de cigarrillo

Plan de clase N°7 ; Efectos de tabaco a nivel psicológico
a nivel físico

Plan de clase N°8 ; Alteraciones en la piel inducidas por
consumo de tabaco

Plan de clase N°9 ; Complicaciones odontológicas

Plan de clase N°10 ; Recordando lo aprendido

PLAN DE CLASE N° 1

TEMA : Presentación

OBJETIVO: Crear un ambiente de confianza y motivación en el grupo de intervención, a la vez obtener información sobre el nivel de conocimientos y prácticas

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
Presentación. Motivación Encuesta inicial.	Presentación del facilitador	5 min.	Humanos	Explicativo Lúdica	Se evaluó el nivel de conocimientos y prácticas sobre alcoholismo y tabaquismo mediante la aplicación de la encuesta y su posterior tabulación.
	Dinámica de ambientación y presentación del grupo de estudio	10 min.	Educador para la Salud Adolescentes hombres y mujeres		
	Encuesta inicial	20 min.	Materiales 35 Encuestas		
	Presentación del proyecto educativo y creación de Reglas y compromisos para los talleres	15 min.	35 Esferos 35 Carpetas		
	Entrega de materiales	10 min.	Logístico transporte		

INFORME N° 1

TEMA : Presentación

OBJETIVO: Crear un ambiente de confianza y motivación en el grupo de intervención, a la vez obtener información sobre el nivel de conocimientos y prácticas.

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINAMICA.

Se realizó la presentación del facilitador y la presentación de proyecto educativo con el tema prevención de alcoholismo y tabaquismo. La dinámica se titula la presentación que consiste en que cada participante dice su nombre y con qué se identifica y el motivo. Ej. Gloria y me identifico como la chilindrina porque soy pequeña y gordita tengo unas pequitas en la cara y así sucesivamente.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Se procedió a la entrega de la encuesta a las y los adolescentes, luego de haber pedido total silencio se explicó el objetivo de su aplicación, la forma de contestación y se pidió su total sinceridad. La encuesta constaba de 22 preguntas entre ellas características sociodemográficas, conocimiento prácticas luego del tiempo estimado se procedió a la recolección.

Luego se procedió a la explicación sobre el proyecto educativo, la importancia y los objetivos que se desea lograr con dichas actividades. Para ello se vió la necesidad de crear ciertas reglas y compromisos.

De esta manera se fijó el horario y el lugar de las intervenciones se realizó en las aulas de clase para las diferentes intervenciones educativas.

ACTIVIDAD FINAL

Para finalizar se pudo observar la motivación de las y los adolescentes se procedió a la entrega de los materiales a utilizarse en las actividades planificadas.

PLAN DE CLASE N° 2

TEMA : El alcoholismo y factores de riesgo del alcoholismo

OBJETIVO: Describir la definición del alcoholismo

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Concepto del alcoholismo. ✓ Factores de riesgo del alcoholismo. ✓ Herencia ✓ Psicológico ✓ Las relaciones sociales y el consumo de alcohol. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Saludo ❖ Retroalimentación de las reglas y compromisos creadas con el grupo. ❖ Dinámica de ambientación. ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ❖ Evaluación de la charla mediante preguntas y respuestas. 	<p>5 min.</p> <p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>25</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud</p> <p>Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>Bufanda</p> <p>Marcadores</p> <p>papelotes</p> <p>Masquin</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la charla educativa mediante preguntas y respuestas</p>

INFORME N° 2

TEMA : El alcoholismo y factores de riesgo del alcoholismo

OBJETIVO: Describir los factores de riesgo del alcoholismo

DESARROLLO

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

La capacitación se inició a partir del saludo de bienvenida, de allí con la dinámica para crear un ambiente de confianza entre los y las participantes, la dinámica se llama “El gato y el ratón” que consiste en colocar en un círculo a los participantes, luego se les entrega dos bufandas una va hacer el gato y la otra el ratón. Las personas que van a ser el gato tenían que amarrarse la bufanda con un nudo y desatarlo, las que van hacer el ratón tenían que amarrarse la bufanda con dos nudos y desatarlo a la vez, el objetivo es la persona quién se hace gato tiene que alcanzar a la persona que se haga de ratón.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Para iniciar la intervención educativo se realizó una lluvia de ideas cuyas respuestas fueron anotadas en el pizarrón. Se realizó preguntas como: ¿concepto de alcoholismo? ¿Cuáles son los factores de riesgos del alcoholismo? Hubo participación activa por parte de las y los adolescentes. Luego se procedió a la charla educativa.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Para finalizar el taller se despejo dudas e inquietudes que tenían los participantes, posteriormente se terminó con preguntas y respuestas por parte del facilitador.

PLAN DE CLASE N° 3

TEMA : Causas del alcoholismo

OBJETIVO: Describir las causas del alcoholismo

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Causas del alcoholismo. ✓ Evasión. ✓ Soledad. ✓ Miedo ✓ Falta de control emocional. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Saludo ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ❖ Evaluación de la intervención educativa mediante la dinámica piri-piri – pare. 	<p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>30</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud</p> <p>Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>Palillos</p> <p>Llave</p> <p>Marcadores</p> <p>papelotes</p> <p>Masquin</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p> <p>Lluvia de ideas activa - participativas</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la intervención mediante la dinámica piri-piri-pare.</p>

INFORME N° 3

TEMA: Causas del alcoholismo.

OBJETIVO: Describir las causas del alcoholismo.

DESARROLLO

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

La capacitación se inició a partir del saludo de bienvenida, de allí con la dinámica para crear un ambiente de confianza entre los y las participantes, la dinámica se llama palillos consiste en que el anillo debe pasar mediante palillos con la boca es decir boca-boca hasta terminar todos los adolescentes que se encontraba colocados por columnas y la columna que hizo bien ganaba.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Con una lluvia de ideas los y las adolescentes dieron a conocer las causas del alcoholismo y uno de mujeres en donde dibujaban personas conduciendo en estado de embriaguez, posteriormente a la intervención educativa.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Para culminar con la capacitación se realizó preguntas y respuestas mediante una dinámica llamada piri-piri- pare que consiste en que el facilitador con una llave en la mano cerrado los ojos fue diciendo piri-piri- pare mientras la llave circulaba en los adolescentes donde le tocó pare cogió un papelito con la pregunta y contestaba los adolescentes hombres y mujeres son los partícipes de esta actividad y de esta manera poder evaluar si comprendieron el tema que se desarrolló, esto permite analizar si los participantes estuvieron atentos y con predisposición a la capacitación.

PLAN DE CLASE N° 4

TEMA : Efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo

OBJETIVO: Describir los efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo. ✓ Cerebro. ✓ Corazón. ✓ Hígado. ✓ Estómago. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Saludo ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ❖ Evaluación mediante una historia yo mate a mi hijo. 	<p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>30</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud</p> <p>Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>2 Marcadores</p> <p>Papelotes</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p> <p>Lluvia de ideas activa - participativas</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la intervención mediante historias que se titula yo mate a mi hijo.</p>

INFORME N° 4

TEMA: Efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo

OBJETIVO: Describir los efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

Con el saludo de bienvenida se dio inicio al taller educativo, se realizó una dinámica “El barco se hunde” que consiste en colocar papelotes en el piso imaginando ser botes salvavidas, todos los participantes caminan por el salón imaginando que están en un barco. De pronto el barco comienza a hundirse y hay muchos tiburones en el mar que se los pueden comer, el facilitador dando una palmada dice “el barco se hunde” cuando esto sucede todos los participantes tenían que refugiarse en los botes salvavidas.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Se dio inicio al nuevo tema a tratarse con una lluvia de ideas, después de ello se abordó el tema de efectos del alcoholismo en los diversos órganos del cuerpo, a la vez se dibujó el estómago sano y dañado posteriormente exponen donde concluyeron no es bueno tomar alcohol daña mucho órganos del cuerpo.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Para la evaluación de la intervención educativa se pudo leer la historia “yo mate a mi hijo”, luego de la lectura las y los adolescentes reflexionó sobre el consumo de alcohol.

PLAN DE CLASE N° 5

TEMA : Tabaquismo y causas

OBJETIVO: Identificar las causas del alcoholismo

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<p>✓ Concepto del tabaquismo.</p> <p>✓ Causas del tabaquismo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Saludo ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ❖ Evaluación mediante preguntas y respuestas. 	<p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>30</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud</p> <p>Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>2 Marcadores</p> <p>Papelotes</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p> <p>Lluvia de ideas activa - participativas</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la intervención mediante preguntas y respuestas.</p>

INFORME N° 5

TEMA: Tabaquismo

OBJETIVO: Identificar las causas del tabaquismo

DESARROLLO

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

Se inició con el saludo respectivo de bienvenida, se realizó una dinámica con el fin de recordar las temática tratada en el taller anterior, la cual consistía en que el facilitador les decía, que cuando él mencione cuchillos todos deben pararse, cuando él mencione cucharas todos deben sentarse y cuando él diga cubiertos todos se cambian de lugar. Al que se equivocaba se les hacía preguntas respecto al taller anterior, así sucesivamente hasta concluir.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Para la lluvia de ideas se realizó las siguientes preguntas: ¿Qué entienden por tabaquismo?, ¿Cuáles son las causas del alcoholismo? Este grupo de las y los adolescentes participaron activamente.

Durante la plegaria se fue analizando las respuestas de la lluvia de ideas y corrigiendo las incorrectas. Los temas que se expuso durante la inytervención fueron: el concepto de tabaquismo, causas del alcoholismo. El espacio para las preguntas estaban abiertas durante toda la intervención educativa y muchos adolescentes asi lo hicieron.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Para finalizar con la capacitación se realizó una ronda de preguntas por parte de los asistentes como también del facilitador porque es una forma de interacción ante los participantes y crear un ambiente de confianza para el taller posterior.

PLAN DE CLASE N° 6

TEMA : Componentes del cigarrillo

OBJETIVO: Describir los componentes del cigarrillo

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Componentes del cigarrillo. ✓ Nicotina. ✓ Amoniaco. ✓ Acetona ✓ Tolueno. ✓ Cigarrillo. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Retroalimentación del taller anterior. ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ❖ Evaluación mediante preguntas y respuestas. 	<ul style="list-style-type: none"> 5 min. 10 min. 5 min. 30 10 min. 	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>Marcadores Lapto Proyector</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p> <p>Lluvia de ideas activa - participativas</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la intervención mediante preguntas y respuestas.</p>

INFORME N° 6

TEMA: Componentes del cigarrillo

OBJETIVO: Describir los componentes del cigarrillo

DESARROLLO

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

Con el saludo de bienvenida se inició la dinámica que se desarrollo fue llamada Simón dice que consiste en que el Facilitador hace el Papel de Simón y da una orden y los adolescentes obedecen a cabalidad, y si no cumple es retirado y paga una penitencia.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Al inicio del taller se realizó una retroalimentación de la intervención anterior, donde se habló sobre las causas del alcoholismo tambien las y los adolescentes colaboraron con sus respuestas satisfactoriamente.

Se realizó la lluvia de ideas con las siguientes preguntas: ¿Qué es la nicotina? ¿Qué es el amoniaco? Las respuestas fueron anotadas en el pizarrón para su posterior análisis. Las ideas del pizarrón se fueron acoplando durante la intervención educativo, los temas que se expusieron fueron sobre componentes del cigarrillo, nicotina, amoniaco, cigarrillo.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Para concluir con la capacitación se llevó a cabo las diferentes preguntas sobre el tema que se trató por parte del facilitador a todos los participantes mediante la pelotita fortaleciendo los conocimientos de las y los adolescentes hombres y mujeres adquiridos en la capacitación.

PLAN DE CLASE N° 7

TEMA : Efectos del tabaco

OBJETIVO: Identificar los efectos del tabaco

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<p>✓ Efectos del tabaquismo.</p> <p>✓ A nivel psicológico.</p> <p>✓ A nivel físico.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Retroalimentación del taller anterior. ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ❖ Evaluación mediante juegos de globos . 	<p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>30</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>Marcadores Globos</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p> <p>Lluvia de ideas activa - participativas</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la intervención mediante juego de globos.</p>

INFORME N° 7

TEMA: Efectos del tabaco

OBJETIVO: Identificar los efectos del tabaco

DESARROLLO

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

El taller educativo se dio inicio a partir del saludo de bienvenida, de allí se realizó la respectiva presentación del facilitador resaltando el objetivo principal por el cual se realizaba dichos talleres, posteriormente se realizó una dinámica de ambientación “La historia de nuestro nombre” que consiste en decir el nombre y el por qué le pusieron ese nombre, por ejemplo: Me llamo Gloria y la historia de mi nombre proviene de mi abuela que se llamaba Gloria y mis padres quisieron que se siga manteniendo en la familia ese nombre como una forma de recordarle.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Recordando el taller anterior y con una lluvia de ideas sobre el nuevo tema se trató el nuevo taller mediante un debate por parte de los y la adolescentes.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Mediante el juego de los globos se evaluó preguntas y respuestas y se determinó la comprensión de los participantes sobre el tema que se ejecutó de una manera lúdica para un mejor entendimiento.

PLAN DE CLASE N° 8

TEMA : Alteraciones en la piel inducidas por consumo de tabaco

OBJETIVO: Describir las Alteraciones en la piel inducidas por consumo de tabaco **Tiempo:** 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Arrugas prematuras. ✓ Piel deshidratada. ✓ Cabello reseco. ✓ Manchas amarillentas ✓ Olor corporal a tabaco ✓ Cáncer 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Saludo. ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ✓ Evaluación mediante una lectura de una persona que murio con Cáncer al pulmón . 	<p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>30</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud</p> <p>Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>Marcadores</p> <p>Gigantografía</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p> <p>Lluvia de ideas activa - participativas</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la lectura de una persona que murio con Cáncer al pulmón .</p>

INFORME N° 8

TEMA : Alteraciones en la piel inducidas por consumo de tabaco

OBJETIVO: Describir las Alteraciones en la piel inducidas por consumo de tabaco

DESARROLLO

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

Con el saludo de bienvenida y las temáticas se dio inició a un nuevo taller, la dinámica que se llevó a cabo se llama la batalla de los globos que consiste en que cada participante se sujeta un globo en el tobillo y mediante van caminado debían pisar el globo del compañero y salía eliminado quien ya se le reventaba el globo.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Se realizó la lluvia de ideas con las siguientes preguntas: ¿Por qué se dan las arrugas en la piel?, ¿Qué color de los dedos es de un fumador?, ¿Conoces los tipos de cáncer por el consumo de tabaco?, etc. Las respuestas fueron anotadas en el pizarrón para su posterior análisis. Las ideas del pizarrón se fueron acoplando durante la intervención educativo, los temas que se expusieron :arrugas prematuras,piel deshidratada,cabello reseco,manchas en los dedos,cáncer.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Para evaluar la intervención educativa se pudo leer la historia “Pedro murio”, luego de la lectura se escogió a las y los adolescentes aleatoriamente para que pasen al frente y anoten en el pizarrón nombre de los protagonistas de la historia y las situaciones de riesgo a la que se expuso, respondieron satisfactoriamente.

PLAN DE CLASE N° 9

TEMA : Complicaciones odontológicas

OBJETIVO: Describir las complicaciones odontológicas

Tiempo: 60 minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Manchas en los dientes. ✓ Caries. ✓ Halitosis. ✓ Enfermedad periodontal. ✓ Palatinitis. 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Retroalimentación . ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Lluvia de ideas ❖ Intervención educativa con los temas del contenido. ❖ Evaluación mediante trabajos individuales . 	<p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>5 min.</p> <p>30</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos</p> <p>Educador para la Salud</p> <p>Adolescentes</p> <p>hombres y mujeres</p> <p>Materiales</p> <p>Marcadores</p> <p>Papelotes</p> <p>Masquin</p>	<p>Explicativo</p> <p>Lúdica</p> <p>Lluvia de ideas</p> <p>activa - participativas</p>	<p>Se evaluó los temas expuestos en la intervención mediante trabajos individuales sobre que habian captado.</p>

INFORME N° 9

TEMA : Complicaciones odontológicas

OBJETIVO: Describir las complicaciones odontológicas

DESARROLLO

ACTIVIDADES DE PRESENTACIÓN Y DINÁMICA.

Al inicio del taller se realizó una retroalimentación de la intervención anterior, donde se habló sobre las arrugas en la piel, cabello reseco color corporal a tabaco, las y los adolescentes colaboraron con sus respuestas satisfactoriamente.

Se realizó una dinámica denominada: el presidente consistió en que dos compañeros con un saco en las manos vayan diciendo que harían cuando ellos lleguen a hacer presidente los motivos por llegarían a hacer.

ACTIVIDADES DE CONOCIMIENTOS.

Se realizó una lluvia de ideas con las siguientes preguntas: ¿Qué entiendes por halitosis?, ¿Cuál es la causa por que se da la enfermedad periodontal luego se inició con la charla educativo con los temas Manchas en los dientes, caries, halitosis.

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

Se evaluó mediante trabajos individuales en una hoja de papel bon sobre lo que habían captado de la charla las y los adolescentes colaboraron con sus satisfactoriamente.

PLAN DE CLASE N° 10

Tema: Recordando lo aprendido

Objetivo: Medir el nivel de conocimientos adquiridos **Tiempo:** 90minutos

CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO	RECURSOS	TÉCNICA	EVALUACIÓN
✓ Evaluación y retroalimentación final.	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Bienvenida. ❖ Dinámica de ambientación . ❖ Charla educativo. ❖ Evaluación final. ❖ Despedida y agradecimiento. 	<p>5 min.</p> <p>10 min.</p> <p>30</p> <p>10 min.</p>	<p>Humanos Educador para la Salud Adolescentes hombres y mujeres</p> <p>Materiales Encuestas. Materiales Educativos. Esferos.</p> <p>Logístico Alimentación</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Explicativo • Lúdica • Dialogo – reflexión • Activa – participativas • Encuesta para medir el nivel de conocimientos 	<p>Se evaluó el nivel de conocimientos sobre alcoholismo y tabaquismo mediante la aplicación de la encuesta y su posterior tabulación.</p>

INFORME N° 10

Tema: Recordando lo aprendido

Objetivo: Medir el nivel de conocimientos adquiridos

Desarrollo

Actividades de presentación y dinámicas

Antes de la aplicación de la encuesta final se realizó una dinámica denominada “choche se murió” todos los adolescentes colocábamos en círculo y consistía en cada uno tenía que ir diciendo con un gesto de cómo se sentían cuando un ser humano se muere hasta terminar todos y quien no lo hacía pagaba la penitencia.

Actividades de conocimientos

Luego de la dinámica se aplicó la encuesta final, las preguntas eran de conocimiento, las mismas se habían hablado durante los talleres educativos. Después de un tiempo determinado se procedió a recoger las encuestas.

Se entregó un material educativo tripticos, pulgitas por orden aleatorio de las y los adolescentes ayudaron a dar la lectura del triptico y se analizó los temas que ya se habían hablado durante las charlas educativas. Esto sirvió como una retroalimentación de todos los talleres, concluyendo de esta manera las intervenciones.

Actividades de evaluación

Se agradeció a la vicerrectora de la unidad educativa , además a los alumnos por brindar la oportunidad de aplicar los conocimientos adquiridos durante mis estudios para finalizar jugamos agua de limón.

E. EVALUACIÓN

TABLA N° 23

Resultados sobre conocimientos antes y después de las capacitaciones dirigidas a las y los adolescentes de la unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado ciudad de Riobamba Provincia de Chimborazo 2014.

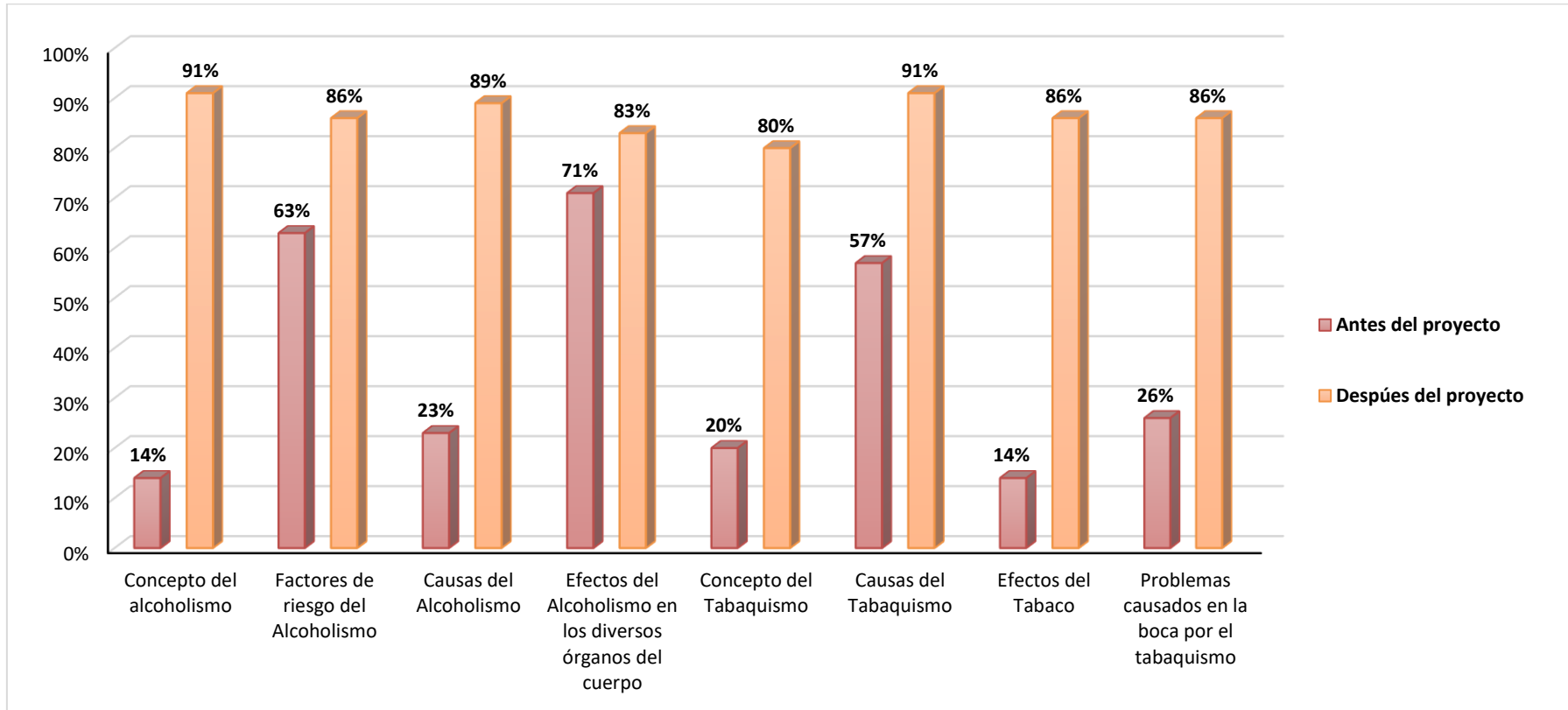
Conocimientos	Conocimientos antes de la capacitación				Conocimientos después de la capacitación			
	Correctos		Incorrectos		Correctos		Incorrectos	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Concepto de alcoholismo	5	14%	30	86%	32	91%	3	9%
Factores de riesgo de alcoholismo	22	63%	13	37%	30	86%	5	14%
Causas del alcoholismo	8	23%	27	77%	31	89%	4	11%
Efectos del alcoholismo en los diversos órganos del cuerpo	25	71%	10	29%	29	83%	6	17%
Concepto del tabaquismo	7	20%	28	80%	28	80%	7	20%
Causas del tabaquismo	20	57%	15	43%	32	91%	3	9%
Efectos del tabaco	5	14%	30	86%	30	86%	5	14%
Problemas causados en la boca por el tabaquismo	9	26%	26	74%	30	86%	5	14%

FUENTE: Encuesta aplicada a las y los adolescentes de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado

ELABORADO POR: Gloria Pucha

GRÁFICO N° 23

Resultados sobre conocimientos antes y después de las capacitaciones dirigidas a las y los adolescentes de la unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado ciudad de Riobamba Provincia de Chimborazo 2014.



FUENTE: Tabla N° 23
ELABORADO POR: Gloria Pucha

De acuerdo a los resultados se puede observar que hubo un aumento en el nivel de conocimientos de las y los adolescentes. Existe una gran diferencia en comparación a los conocimientos iniciales y los conocimientos al final de las intervenciones educativas.

Con respecto al conocimiento inicial sobre el concepto del alcoholismo hubo un aumento del 71%, con respecto al conocimiento inicial sobre factores de riesgo del alcoholismo aumentó en un 23%, el conocimiento inicial sobre causas del alcoholismo ascendió en un 66%, el conocimiento sobre los efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo partes aumentó en un 12%, el nivel de conocimiento sobre el concepto del tabaquismo aumentó en un 60%, el conocimiento sobre las causas del tabaquismo se elevó en un 24%, el conocimiento sobre los efectos del tabaco aumentó en un 72%, el conocimiento sobre los problemas causados en la boca por tabaco subió de nivel en un 60%.

El gráfico muestra resultados positivos de las intervenciones educativas, por lo tanto, se puede decir que el proyecto educativo tuvo éxito, ya que se puede notar la diferencia comparando los conocimientos iniciales y los conocimientos finales de las y los adolescentes.

Se impartió conocimientos sobre la importancia de hablar sobre alcoholismo y tabaquismo con las autoridades, Se promovió a prevenir el consumo de Alcoholismo y tabaquismo, por medio de trípticos, pulguitas en forma oral, etc., con el fin de empezar a hacer consciente a la población de la problemática.

VII. CONCLUSIONES

- ✓ La encuesta de conocimientos y prácticas sobre alcoholismo y tabaquismo fue un instrumento de recolección de datos muy valioso, ya que el mismo permitió identificar las características socio demográficas, los niveles de conocimientos de las y los adolescentes para poder realizar la propuesta de intervención educativa. En base a estos resultados se determinó que el nivel de conocimientos incorrectos sobre alcoholismo fue de 86% sobre el tabaquismo fue de 80%.
- ✓ Con los resultados obtenidos en la encuesta de conocimientos se diseñó la propuesta de intervención educativa en base a las necesidades de capacitación requeridos por las y los adolescentes de unidad educativa Pedro Vicente Maldonado.
- ✓ Después de diseñar la propuesta educativa se procedió a aplicarla, esta propuesta incluyó 10 planes de intervención educativa en la unidad educativa Pedro Vicente Maldonado con las y los adolescentes.
- ✓ En base a la encuesta que se aplicó al final de las intervenciones educativas se determinó que las y los adolescentes, mejoraron sus conocimientos por lo que se puede decir que el proyecto cumplió con el principal objetivo de incrementar los conocimientos sobre alcoholismo y tabaquismo.

VII. RECOMENDACIONES

- Educar a las y los adolescentes de otros paralelos temas de alcoholismo y tabaquismo para evitar complicaciones en su salud en este proyecto educativo se trabajó con las y los adolescentes del segundo año de bachillerato paralelo “A”, quienes voluntariamente asistieron a los talleres.
- Impartir talleres educativos con interacción lúdica para lograr un mayor impacto y una mejor comprensión, sabiendo que una correcta educación les ayudará a mejorar sus conocimientos, así las y los adolescentes podrán tomar mejores decisiones en su vida, sin poner en riesgo su salud y bienestar.
- Incluir en las intervenciones educativas a los padres de familia de las y los adolescentes para que estén en el mismo nivel de conocimiento en prevención de alcoholismo y tabaquismo.
- Motivar a las y los adolescentes que han recibido las charlas educativas a compartir los conocimientos en sus hogares, a otros adolescentes, y entre ellos mismos para que lo aprendido se replique.

IX.BIBLIOGRAFÍA

3. Revista Infodrogas Alcohol: Información y Prevención sobre Drogas.

España. 2014

<http://www.infodrogas>

2014/03/8

4. ALCOHOL (DATOS ESTADISTICOS)

<http://www.who>

2014/03/8

5. Organización Mundial de la Salud. Ecuador Ocupa el Segundo Puesto en Consumo de Alcohol Ecuavisa. Ginebra :OMS. 2013

<http://www.ecuavisa.com>

2014/03/8

4. López, A. Hoz Pérez, G . Ignacio García ,H. Previniendo el Alcoholismo

Revista Cubana de Salud Pública: 2008

<http://eds.b.ebscohost.com/eds/detail>

2014/03/8

5. Chimborazo la Prensa .El Problema de las Drogas en los colegios de

Riobamba: Diario la Prensa. 2013

<http://www.laprensa.com.ec>

2014/03/8

6. Ecuador el Telègrafo. El Consumo Temprano de Alcohol. Riobamba. Guayaquil:

Diario el telègrafo. 2013

<http://www.telegrafo.com.ec>

2014/03/8

7. Ecuador: Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. uso del tabaco datos estadísticos Quito: INEC. 2008

<http://www.latarde.com.ec>

2014/03/9

8. RIOBAMBA SALUDABLE (LIBRE DE HUMO DE TABACO)

<http://rrppunach.blogspot.com/>

2014/03/9

9. RIOBAMBA: UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO

<http://www.aqui3d.com>

2014/03/9

10. ALCOHOLISMO (DEFINICIÓN)

<http://psicoterapeutas.eu/alcoholismo>

2014/03/12

11. López, V.F. Factores de Riesgo en el Alcoholismo: Revista Wed Consultas
Madrid España. 2012

<http://www.webconsultas.com/alcoholismo/>

2014/03/12

12. Christopher J. Sonnenday, MD. Fisiopatología de Trastornos Seleccionados
Del Páncreas Exocrino .Mexicana: 2011

**13. Pérez Torres ,E. Abdo Francis ,J.M. Bernal Sahagún,F. Kershenobich
Stalnikowitz,D.** Gastroenterología .México: McGraw Hill. 2012

14. Navarro Cruz ,N. Trabajo de Andrología y Medicina Sexual . Buenos Aires:
Medica Panamericana. 2012

15. Fritel ,D. Hipertensión Arterial: un Medico Responde a sus preguntas. Paris:
Robert Laffont. 2012

16. wardlaw , G. Hampl, J. Disilvestro, R. Respectiva en Nutrición. México
McGraw-Hill Interamericano .20012

17. ALCOHOL (EFECTOS DE RIESGO)

<http://www.apocatastasis.com/alcoholismo/>

2014/03/14

18. Salín-Pascual Rafael Delgado-Parra Verónica. Cambios en el patrón de
Consumo de cigarrillos y la apetencia a la nicotina en pacientes
Esquizofrénicos con parches de nicotina transdérmica. Rev. Mis Neuroci:
20012

19. Vío Ulloa , J. Guía de Uso y Manejo de Amoniaco en la Refigreración de
Frutas y Hortalizas Frescas: Plan de Emergencia. Santiago de Chile:
Edmundo Araya A. 2012

<http://www.fdf.cl/biblioteca/publicaciones/>

2014/03/15

20. TABAQUISMO-SALUD

<http://www.um.es/documents>

2014/03/15

21. TABAQUISMO (CONCEPTO)

<http://www.drpintofloril.com/>

2014/03/15

22. Horacio ,G. Lastre, N. y Pazos ,M .Tabaquismo: sus efectos en el organismo
Argentina:Revista Captel Educacion Adistancia

<http://www.captel.com.ar/downloads>

2014/03/16

- 23. Rampoldi, R. Querejeta, M. Larreborges, A.** Efectos del tabaco sobre la piel
Montevideo: Revista Columna Rioplatense
http://www.atdermae.com/pdfs/atd_28_01_03.pdf
2014/03/16
- 24. Rivero Burón, R . Piqueras Rodríguez, J, A. Ramos Linares, V
García López, L,G. Martínez González, A,E. Oblitas Guadalupe, L,
A.** Psicología y cáncer. Bogotá: Revista Suma Psicológica.2008
<http://eds.b.ebscohost.com/eds/pdf>
2014/03/16
- 25. Portillo Machuca, G.** Relación de la salud bucodental con el tabaco y
Patologías respiratorias. Manchas en los dientes. Barcelona: Editorial
Glosa
<http://www.lacerodontologia.com>
2014/03/19
- 26. Mafla, A, C.** Adolescencia: cambios bio-psicosociales y salud oral
Caries dental. Bogotá: Revista Colombia Médica 2008 VOL. 39 Nº 1
<http://eds.a.ebscohost.com/eds/pdfviewer/>
2014/03/19
- 27. Izaguirre Marioneya, B. Soriano González, B, I.** Características
Histomorfométricas de la leucoplasia bucal Homogénea. Cuba: Revista
Medisan 2013;17(8)
<http://eds.b.ebscoho>
2014/03/19
- 28. Calleja, N .Pick, S . Reidi, L.González-Forteza, C .**Programas de prevención
de tabaquismo para mujeres adolescentes. México: Revista Salud
Mental 2010;33
<http://eds.b.ebscohost.com/eds/detail>
2014/03/20

X.ANEXOS

Anexo N° 1.Encuesta

ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO.

FACULTAD DE SALUD PÚBLICA.

ESCUELA DE PROMOCIÓN Y CUIDADOS DE LA SALUD.

Estimado adolescentes soy estudiante de la Escuela de Educación para la Salud de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo estoy desarrollando una encuesta de conocimientos actitudes y prácticas sobre alcoholismo y tabaquismo por lo que le pido de la manera más comedida colabore con el llenado de la encuesta.

COLOQUE CON UNA X .

A. CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS.

1.- Edad: _____

2.- Sexo: Hombre ()

Mujer ()

3.-Estado Civil

a) Soltero ()

b) Casado ()

c) Unión libre ()

SUBRAYE LO QUE USTED CONSIDERE CORRECTO:

B. CONOCIMIENTOS.

4.- ¿Qué es el alcoholismo?

a) El alcoholismo es un consumo excesivo de alcohol

b) El alcoholismo es cuando toma cerveza

c) El alcoholismo es cuando toma vino

5.-¿Cuáles son los factores de riesgos?

- a) Los problemas económicos
- b) Los factores psicológicos,**
- c) Las relaciones sociales**
- d) Todos los anteriores
- e) Ninguno

6.-¿Cuáles son las causas del Alcoholismo?

- a) Evasión
- b) Soledad
- c) Miedo
- d) Falta de control emocional:
- e) Todos los anteriores
- f) Ninguno

7.¿Cuáles son los efectos del alcohol en los diversos órganos del cuerpo?

- a) Cerebro, corazón, estómago, hígado, reproductor y embarazo
- b) Corazón
- c) Reproductor y embarazo.
- d) Todos los anteriores

8.- ¿Qué es el tabaquismo?

- a) El tabaquismo es una enfermedad crónica
- b) Es la nicotina
- c) Debilita la musculatura cardíaca

d) Ninguno

9.- ¿Cuáles son las causas del tabaquismo?

a) La identificación con los adultos

b) Campañas publicitarias

c) El precio, el lugar

d) Ninguno

e) Otros

10.-¿Cuáles son los efectos del tabaco?

a) Activa la memoria

b) A nivel psicológico y físico

c) Fumar en vez de comer

d) Ninguno

11.-¿Cuáles son los problemas causados en la boca por el tabaquismo?

a) Manchas en los dientes

b) Caries dentales

c) Halitosis

d) Periodontal

e) Todos los anteriores

D. PRÁCTICAS

ENCIERRE EN CÍRCULO LA RESPUESTA

12. ¿Consume bebidas alcohólicas?

a) SI.....

b) NO.....

13.- ¿A qué edad bebió alcohol por primera vez?

a) 12

b) 13

c) 14

d) 15

14.-¿Con quién bebes alcohol?

a) Amigos

b) Hermanos

d) Novia

e) Primos

15.- ¿Qué días son los que bebes?

a) Inicio de semana

b) Fiestas

c) Fines de semana

16.- ¿Por qué motivo bebes?

a) Alegría

b) Tristeza

c) Soledad

17.- Tipo de alcohol que bebe

a) Cervezas

b) Vinos

- c) Licores
- d) Tequila
- e) Otros

18.-¿Fuma cigarrillo?

- a) Si.....
- b) No.....

19.- ¿A qué edad fumó por primera vez ?

- a) 12
- b) 13
- c) 14
- d) 15

20.- ¿Lugares dónde fuma?

- a) Bus
- b) Clases
- c) Parque
- d) Otros -----

21.- Hora que fuma con frecuencia

- a) Mañana
- b) Tarde
- c) Noche

22.-¿Por qué fuma ?

- a) La curiosidad
- b) Ser aceptado en un grupo
- c) Disponibilidad de cigarrillos
- Gd)** Deseo de resaltar Feminidad o Masculinidad

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Anexo N° 2 validación de la encuesta

GUÍA DE VALIDACIÓN POR EXPERTOS DE LA ENCUESTA DE CONOCIMIENTOS ACTITUDES Y PRÁCTICAS, SOBRE ALCOHOLISMO Y TABAQUISMO DIRIGIDO A LAS/LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO CIUDAD DE RIOBAMBA. PROVINCIA DE CHIMBORAZO. 2014

Nombre del experto:

Ocupación:

Institución:

De mi consideración:

Como estudiante de la Escuela de Educación para la Salud, Facultad Salud Pública de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, pretendo realizar una investigación sobre conocimientos actitudes y prácticas de alcoholismo y tabaquismo en las/los adolescentes de la unidad educativa Pedro Vicente Maldonado Ciudad de Riobamba.

Por tal razón como primer paso a la aplicación del instrumento de recolección de datos, se ve la necesidad de someterlo a una validación de contenido. Conociendo su amplio conocimiento y trayectoria en el trabajo de la Educación para la Salud en temáticas de alcoholismo y tabaquismo. Solicito de la manera más comedida valide el instrumento según su criterio.

La consolidación general de sus opiniones permitirá hacer el análisis y llegar a la elaboración de un instrumento que permita alcanzar el objetivo propuesto. Por la acogida que se brinde a la presente. Anticipo mi sincero agradecimiento.

Atentamente.

Gloria Patricia Pucha Inga

Estudiante de Promoción y Cuidados de la Salud.

Adjunto instructivo, encuesta y formulario de validación.

Instructivo.

1. El documento que se le envía, es la primera versión de la encuesta, en la cual permitirá identificar variables como: características socio demográficas, conocimientos y actitudes y prácticas sobre alcoholismo y tabaquismo de la Unidad Educativa Pedro Vicente Maldonado de la Ciudad de Riobamba.
2. En la guía de evaluación para expertos, se toma en cuenta las cuatro propiedades básicas expuestas por Moriyama, que se son muy utilizadas para la valoración de test:
 - **Claridad en la estructura.** Si se justifica la inclusión de la pregunta para medir el campo o la variable en estudio.
 - **Justificación de la Información.** Si se justifica la inclusión de la pregunta para medir el campo o la variable en estudio.
 - **Razonable y comprensible.** Si se entiende la pregunta en relación a lo que se pretende medir.
 - **Importancia de la información.** Si a partir de las respuestas se puede obtener información que ayude a cumplir con los objetivos de la investigación.

La codificación a utilizar puede ser.

BIEN = (3)

REGULAR = (2)

MAL = (1)

NOTA: Si a su criterio se debe realizar algún cambio, por favor anotar en la columna de las observaciones.

Distribución de preguntas de la encuesta, para la validación según criterios de Moriyama

VARIABLES	CRITERIO DE MORIYAMA												OBSERVACIONES
	CLARIDAD DE LA ESTRUCTURA			JUSTIFICACIÓN DE LA INFORMACIÓN			RAZONABLE Y ENTENDIBLE			IMPORTANCIA DE LA INFORMACIÓN			
	Bien	Reg.	Mal	Bien	Reg.	Mal	Bien	Reg.	Mal	Bien	Reg.	Mal	
CARACTERÍSTICAS SOCIODEMOGRÁFICAS													
1													
2													
3													
4													
CONOCIMIENTOS													
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
PRÁCTICAS													
1													
2													
3													
4													

Anexo N° 3 Guía de observación

GUÍA DE OBSERVACIÓN

SE REALIZARÁ CON EL OBJETIVO DE OBTENER INFORMACIÓN DIRECTA SOBRE LAS PRÁCTICAS DE ALCOHOLISMO Y TABAQUISMO EN LAS/LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA PROVINCIA CHIMBORAZO.

La escala es de 5 a 1 en la cual: 5 es la mejor situación y 1 la peor. Situación: 1 pésimo (P), 2 malo (M), 3 regular (R), 4 bueno (B) y 5 excelente (E).

MARCAR CON UNA X LA RESPUESTA:

ASPECTOS	E	B	R	M	P	DESCRIPCIÓN
Las/los adolescentes consumen alcohol en la institución.						
Lugares de la institución donde beben.						
Tipo de alcohol que beben.						
Los días que beben.						
Beben alcohol en la mañana, recreo, al salir de clase.						

Fuman dentro de la institución educativa.						
Los días que fuman.						
Fuman entre compañeros						

Anexo N° 4 Clave de calificación

CLAVE DE CALIFICACIÓN

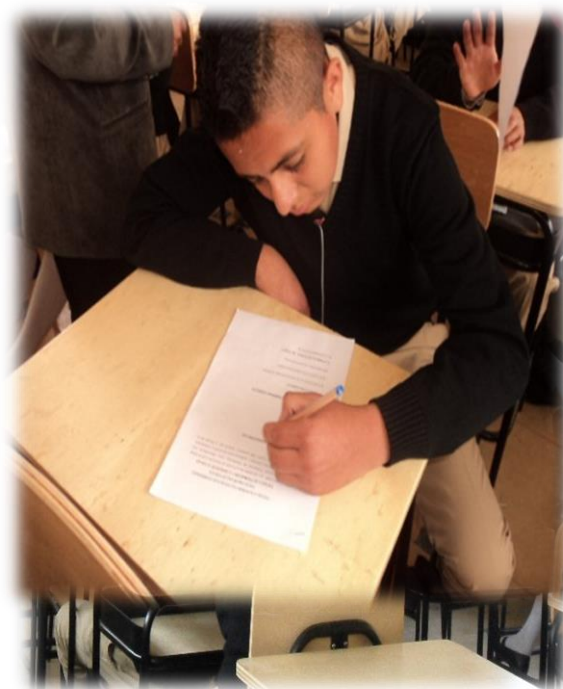
MEDIANTE LA CLAVE DE CALIFICACIÓN SE CONOCERÁ LA RESPUESTA CORRECTA DE CADA LITERAL PLANTEADO EN LA ENCUESTA. ALCOHOLISMO Y TABAQUISMO EN LAS/LOS ADOLESCENTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA PEDRO VICENTE MALDONADO DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA .PROVINCIA DE CHIMBORAZO 2014.

1. Para la pregunta número 4 la respuesta correcta es el literal a.
2. Para la pregunta número 5 la respuesta correcta son los literales d.
3. Para la pregunta número 6 la respuesta correcta son los literales e.
4. Para la pregunta número 7 la respuesta correcta son los literales a.
5. Para la pregunta número 8 la respuesta correcta es el literal a.
6. Para la pregunta número 9 la respuesta correcta es el literal a.
7. Para la pregunta número 10 la respuesta correcta es el literal b.
8. Para la pregunta número 11 la respuesta correcta es el literal b.

ANEXOS



los adolescentes



Encuestas realizando con

Dinámicas con los adolescentes



Educativa



Intervención



Reflexiones sobre Alcoholismo y Tabaquismo



Actividades de Evaluación

Material Educativo

Causas del alcoholismo

Evasión: la bebida se puede usar como un medio para excluir de los problemas desagradables.

Soledad: la bebida se puede usar para disminuir el dolor causado por tener pocas amistades, mudanzas frecuentes, no tener "raíces", separación de los seres queridos.

Miedo: la bebida puede darle a las personas tímidas, inseguras o amenazadas, un falso sentido de confianza en sí mismos.

4. Falta de control emocional:

puede parecer que la bebida alivia los problemas que uno sufre en sus relaciones con otras personas.



ES TIEMPO DE PENSAR
EN LA SALUD...

ESPOCH

ESCUELA DE EDUCACIÓN
PARA LA SALUD



ALCOHOLISMO



ALCOHOLISMO

El alcoholismo son los que beben en exceso y cuya dependencia del alcohol ha alcanzado un grado tal que determina la aparición de visibles perturbaciones mentales, o cierta interferencia en la salud física y mental, en las relaciones interpersonales, y en el adecuado funcionamiento social y económico; o los que muestran los signos prodromáticos de dichos fenómenos.



FACTORES DE RIESGO DEL ALCOHOLISMO

Herencia



Las personas que han vivido con un familiar alcohólico tienen más probabilidades de desarrollar ellos mismos esta adicción.

Los factores psicológicos.

Las emociones negativas como la ansiedad, la tristeza, la soledad, la baja autoestima o la ira muchas veces se encuentran en el origen y mantenimiento de esta enfermedad, ya que el paciente "usa" el alcohol para huir de ellas.

Las relaciones sociales y el consumo de alcohol.

Las malas relaciones con la pareja o la familia, los problemas económicos, la presión de los amigos para que beba.

Efectos del alcohol Diabetes

Es una enfermedad en la que los niveles de glucosa (azúcar) de la sangre están muy altos.

hígado

El hígado es el órgano más dañado debido a que su acción es metabolizar el alcohol, desdoblándolo a otras sustancias.

Desnutrición

Es un estado patológico provocado por la falta de ingesta o absorción de alimentos.



ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA
DE CHIMBORAZO



ESCUELA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

TABAQUISMO

NO



- Te dejes engañar
- El tabaquismo perjudica la salud de las personas.

La amistad de las personas en el mundo mueren por esta adicción .



**FUMAR AFECTA A TODOS LOS SERES VIVOS
DEJE DE FUMAR ES POR EL BIEN DE TODOS**