



## CLÍNICA

### ¿ES NECESARIA Y EFECTIVA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA ESCUELA? A PROPÓSITO DE UNA INTERVENCIÓN SOBRE HáBITOS TÓXICOS.

IS IT NECESSARY AND EFFECTIVE HEALTH PROMOTION IN THE SCHOOL? AN INTERVENTION ON TOXIC HABITS.

\*Navarro Moya, F.J., \*Vigueras Lorente, M.D., \*\*Rodríguez González, M.C.,  
\*\*\*Nicolás Vigueras, M.D., \*\*\*\*Nicolás Vigueras, A.B.

\*Enfermero/a. Centro de Salud Murcia-San Andrés. Profesor/a Asociado/a Departamento de Enfermería. Universidad de Murcia. \*\*Enfermera. Centro de Salud de Calasparra. \*\*\*Matrona. Hospital Universitario Nuestra Señora del Rosell. Cartagena. \*\*\*\*Estudiante de Enfermería. Universidad de Murcia.

Palabras clave: educación para la salud en la escuela, educación para la salud en la comunidad, promoción de la salud, hábitos tóxicos.

Key words: Health education in schools, Community Health Education, Health promotion, unhealthy living.

### RESUMEN

**Introducción:** La educación sanitaria en la comunidad es una de las actividades menos desarrolladas en A.P. Esta actividad es responsabilidad de la enfermería comunitaria y su objetivo es la prevención primaria de hábitos de vida poco saludables.

**Material y Método:** Durante los años 2002-2003 desarrollamos un proyecto educativo con un colegio de la ZBS. Se impartieron sesiones de educación sanitaria a 251 alumnos de entre 10-12 años sobre el tema "Drogas, tabaco, alcohol". Se utilizó una metodología expositiva-participativa con realización de una encuesta de conocimientos pre y post-sesión y otra sobre ambiente familiar y actitudes. Simultáneamente se realizó un experimento demostrativo de los efectos del tabaco.

### Resultados:

**Conocimientos:** Los dos contenidos que menos conocen los escolares son las diferencias y semejanzas entre drogas legales e ilegales y el concepto de síndrome de abstinencia.

*Ambiente y actitudes:* el 7% de los niños reconoce haber fumado. El 24 % tiene amigos que fuman. Han bebido alcohol el 54%. Todos conocen a algún fumador y el 87% conoce a alguien que beba alcohol. El 54% de los padres y el 9% de los hermanos fuman.

**Conclusiones:** A pesar de que el colegio pertenece a una zona urbana de nivel adquisitivo medio-alto, preocupa el porcentaje de niños que han fumado o han bebido alcohol y el ambiente familiar poco saludable. Los conocimientos, satisfacción y motivación de los alumnos creció notablemente tras las sesiones, lo que debe animarnos a fomentar estas actividades educativas y a hacer un seguimiento prospectivo de la efectividad de las intervenciones.

## ABSTRACT

**Introduction:** Health Education in the community is one of the least developed activities in Primary Care. This activity is the responsibility of Community Nursing, and its aim is the primary prevention of a healthy lifestyle.

**Methodology and Materials:** During 2002 and 2003, we developed an educational project together with a school. Lessons in Health Education were given to two hundred and fifty one 10 to 12 year olds on the subject of "Drugs, tobacco and alcohol". They were based on a showing-and-participating methodology, which included a pre- and post-lesson questionnaire, researching family environment and attitudes. Simultaneously, an experiment was carried out, showing the effects of tobacco.

**Results:** *Awareness:* The subjects the students knew least about were the differences and similarities between legal and illegal drugs, and the concept of the abstinence syndrome.

*Family environment and attitudes:* Seven percent of the respondents admitted they have smoked once at least. Twenty four percent had friends who smoke. Fifty-five percent had drunk alcohol at least once. Everyone knew someone who smokes, and eighty-seven percent knew someone who drinks alcohol. Fifty-four percent of parents and nine percent of brothers or sisters smoke.

**Conclusions:** Although the school is placed in a middle-high level zone of the city, the percentage of children that have smoked or drunk at least once and unhealthy family environments are a cause for concern. The awareness, satisfaction and motivation of the pupils increased notably after the sessions. This fact should encourage us to continue with these educational activities and monitor their effectiveness.

## INTRODUCCIÓN

En la bibliografía relacionada con la educación para la salud o la promoción de la salud en la escuela existen múltiples estudios que describen la situación de los escolares españoles con respecto al uso y abuso de hábitos tóxicos. Parece quedar claro que el primer contacto con el tabaco y el alcohol suele producirse hacia los 10-11 años de edad<sup>1,2</sup>. También se puede afirmar que si estos hábitos se inician en la infancia, después se arraigan y

consolidan en la adolescencia<sup>3</sup> y el inicio precoz podría estar relacionado con el abuso o la dependencia posterior, siendo raro que la persona que llega a adulto sin haber fumado o bebido se convierta en fumador o bebedor<sup>4</sup>. Con frecuencia se ha asociado el inicio en hábitos tóxicos con el desconocimiento o la falta de formación específica sobre el tema y se ha enfatizado por ello la necesidad de educación para la salud en los escolares<sup>3,5-7</sup>. También la OMS en su documento “Iniciativa Mundial de Salud Escolar”<sup>8</sup> afirma que “a través del fomento de la salud y del aprendizaje con todos los medios a su alcance, toda escuela promotora de salud constituye la base para construir un mundo mejor”.

La educación sanitaria en la comunidad y específicamente la promoción de la salud en la escuela es sobre todo responsabilidad de la enfermería comunitaria y supone un avance cualitativo en las funciones asistenciales tradicionales<sup>9-11</sup>. Sin embargo la sobrecarga de demanda asistencial y la insuficiente dotación de las plantillas de enfermería han provocado que esta actividad sea una de las menos desarrolladas en el seno de los equipos de Atención Primaria.

Con este estudio nos proponemos los siguientes objetivos:

1. Conocer la prevalencia de fumadores y bebedores en la población escolar de nuestro entorno.
2. Conocer el ambiente familiar y escolar y las actitudes de los escolares hacia los hábitos tóxicos.
3. Desarrollar e impartir un programa de educación para la salud en la escuela dirigido específicamente a la prevención del inicio precoz en el hábito tabáquico y alcohólico.

## **MATERIAL Y MÉTODO**

Durante los años 2002 y 2003 los profesionales de enfermería del Centro de Salud Murcia - San Andrés llevamos a cabo conjuntamente con un colegio de la Zona Básica de Salud (Colegio Público Maestro José Castaño, con 251 alumnos) un proyecto de educación para la salud sobre tabaco y alcohol dirigido a los escolares de 10 a 12 años. Para poder cumplir con los objetivos propuestos buscamos una metodología que cumpliera con los siguientes requisitos:

- Transversal: los contenidos de educación para la salud debían integrarse en las enseñanzas transversales del colegio y en su proyecto curricular.
- Activa: no limitarse a clases magistrales sino a buscar la interacción con los alumnos.
- Participativa: que busque la colaboración e implicación de padres, alumnos y profesores.
- Flexible: adaptada a las distintas edades de los alumnos.

Sobre estas bases se realizaron varias sesiones interactivas con los alumnos impartidas por enfermeras/os en las que se revisaban distintos conceptos relacionados con el tema tratado. Para evaluar los conocimientos y la comprensión de lo expuesto por parte de los escolares se realizaron encuestas pre y post-exposición. Los conceptos desarrollados e interrogados en las encuestas fueron los siguientes: concepto de droga, diferencias y semejanzas entre drogas legales e ilegales, qué es el tabaco, qué es el alcohol, concepto de síndrome de abstinencia, efectos del tabaco y efectos del alcohol. También se realizaron

talleres de trabajo en los que los escolares realizaban carteles y paneles sobre los temas desarrollados en las sesiones interactivas y se buscaban alternativas lúdicas y de ocio al uso del tabaco y el alcohol<sup>6</sup>. En estos talleres se realizaron encuestas para investigar el ambiente familiar y escolar relacionado con los hábitos tóxicos en que se desenvuelven los niños y para conocer sus propias actitudes sobre el tabaco y el alcohol.

Por último se realizó un sencillo experimento demostrativo de los efectos del tabaco con el que se obtiene un algodón impregnado de humo de tabaco con un olor muy desagradable. Este experimento complementa la exposición teórica y tiene un claro efecto motivador en los alumnos.

## RESULTADOS

Los resultados de la encuesta de conocimientos realizada antes y después de las sesiones interactivas son los que se exponen en la tabla 1. Contestaron la encuesta 239 alumnos. Los dos contenidos que menos conocen los escolares son los relativos a las diferencias y semejanzas entre drogas legales e ilegales y el concepto de síndrome de abstinencia. Este último es el menos comprensible para los alumnos después de las sesiones, por lo que habrá que replantear su exposición para futuros programas de intervención. El resto de conceptos son entendidos por prácticamente el 100% de alumnos tras las sesiones interactivas.

**TABLA 1**

### **ENCUESTA SOBRE CONOCIMIENTOS INICIAL Y FINAL**

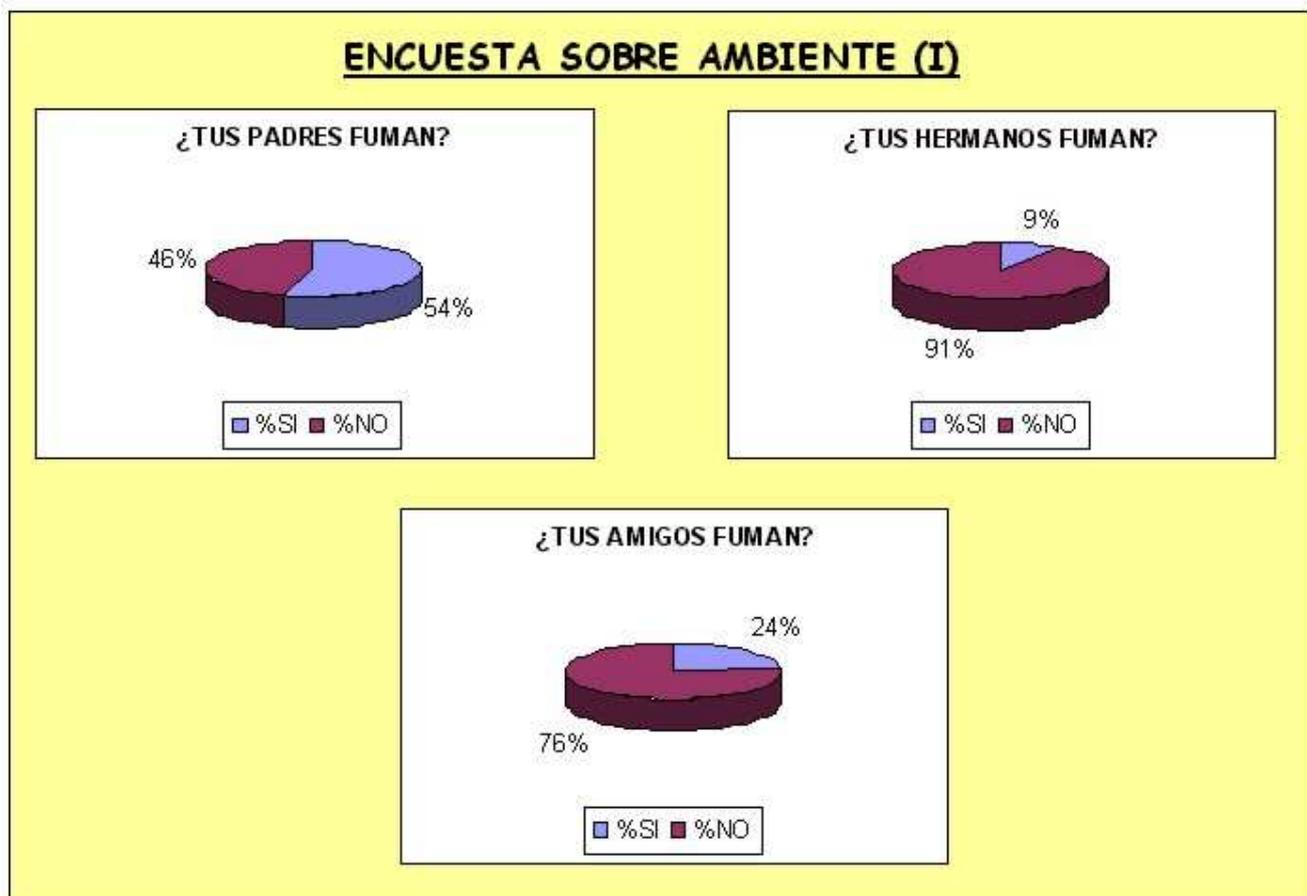
<b>PREGUNTA</b>	<b>INICIAL * SÍ SABEN</b>	<b>FINAL * SÍ SABEN</b>	<b>SIGNIFIC.</b>
<i>Qué es una droga</i>	89 (±4)	100	< 0.001
<i>Drogas legales e ilegales</i>	52 (±6)	98 (±2)	< 0.001
<i>Conoces drogas legales</i>	26 (±6)	98 (±2)	< 0.001
<i>Qué es el tabaco</i>	93 (±3)	100	< 0.001
<i>Qué es el alcohol</i>	93 (±3)	100	< 0.001
<i>Qué es el síndrome abstinencia</i>	48 (±6)	67 (±6)	< 0.001
<i>Conoces efectos del alcohol</i>	76 (±5)	98 (±2)	< 0.001
<i>Conoces efectos del tabaco</i>	87 (±4)	100	< 0.001

\* Porcentaje (± intervalo de confianza)

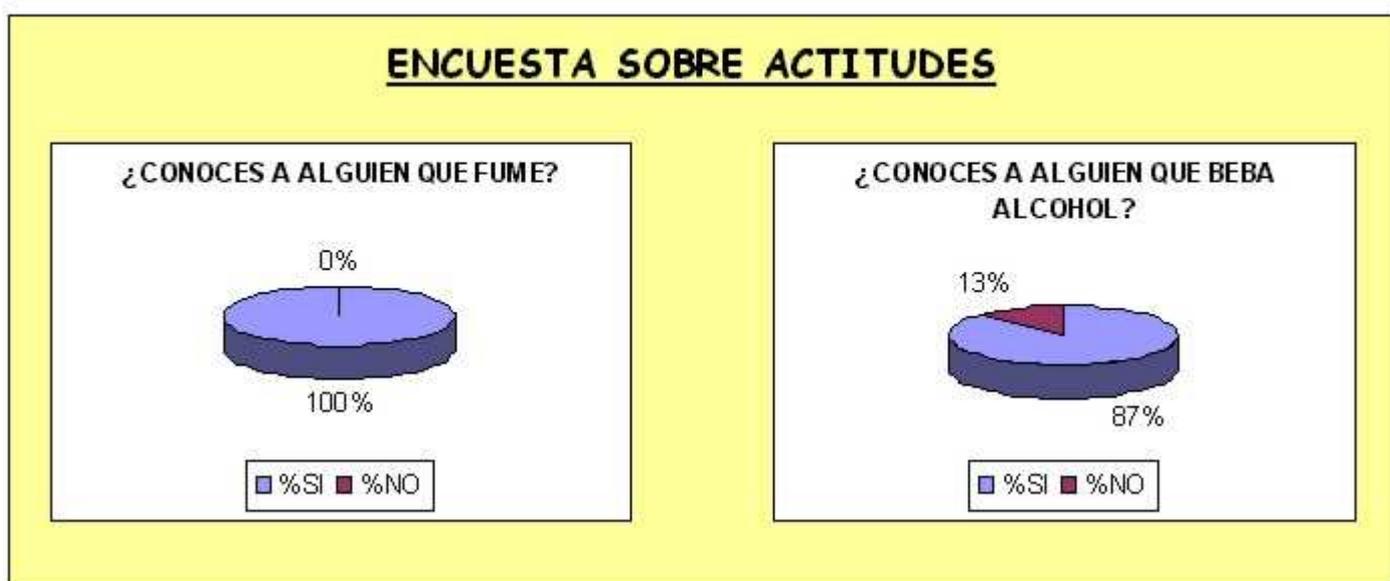
En cuanto a la encuesta sobre el ambiente en que se desenvuelven los niños, el 54% de los padres fuman y el 9% de los hermanos. Hay que destacar que el 24% de los escolares afirma tener amigos que fuman (gráfico 1). La distinta percepción de los escolares acerca del

problema que supone el hábito tabáquico o la ingesta alcohólica hace que el 100% de ellos afirme conocer a alguien que fume pero sólo el 87% dice conocer a alguien que beba alcohol ya que la ingesta “social” de alcohol no es identificada como problema (gráfico 2).

**GRÁFICO 1**



**GRÁFICO 2**



En lo que respecta a las actitudes, es preocupante el porcentaje de niños que afirman haber fumado alguna vez (7%) y sobre todo el de los que han probado el alcohol alguna vez (54%) -gráfico 3-. Este último dato está relacionado igual que antes con el uso "social" del alcohol y su consumo habitual en fiestas y reuniones familiares.

### **GRÁFICO 3**



En los talleres también se realizaron carteles y paneles que se colgaron por todo el colegio.

El experimento demostrativo de los efectos del tabaco se realizó en todas las aulas y todos los alumnos pudieron ver y oler el algodón impregnado de humo de tabaco.

### **DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES**

A pesar de que el colegio pertenece a una zona urbana de nivel adquisitivo medio-alto, preocupa el porcentaje de niños que han fumado alguna vez o han bebido alcohol, aunque estos datos son coincidentes con los de otros estudios publicados<sup>1-3,5,12</sup>.

El ambiente familiar poco saludable y sobre todo la permisividad de los padres con hábitos directamente relacionados con la morbilidad prematura en España<sup>13</sup> como la ingesta de alcohol hacen necesaria la ampliación de la intervención a las familias de los escolares ya que las figuras del padre<sup>1</sup> y de los hermanos mayores<sup>14,15</sup> son fundamentales a la hora de la prevención del inicio precoz en hábitos tóxicos.

Queda demostrado que los conocimientos de los alumnos sobre el tema crecieron notablemente pero también aspectos como la satisfacción y la motivación, más difíciles de cuantificar.

Aunque la efectividad de las intervenciones y del proyecto educativo en general parece evidente, la demostración empírica habrá que realizarla con un seguimiento prospectivo de los escolares, proyecto este que estamos ya diseñando.

Coincidimos con otros estudios en la urgente necesidad de desarrollar programas concretos de prevención en este sector<sup>3,5,12,16</sup> y proponemos la creación de plazas de

enfermería en los centros docentes<sup>17,18</sup> dedicadas entre otras cosas a estos programas de promoción y educación para la salud.

## FINANCIACIÓN

Este proyecto ha sido parcialmente financiado por la Consejería de Sanidad de la Región de Murcia, proyecto nº 30724

## BIBLIOGRAFÍA

1. Aramendi Jaúregui, Pello. La primera calada. Una experiencia en sexto de primaria. *A tu Salud*. 1998 mar; VI(21):13-17. Artículo de revisión.
2. Cabañuz Benedicto, Álvaro Embid, Pilar Guiseris, Mercedes Pérez Serrano, Pilar Zazo Agón, Alfredo y Zorrilla, Pilar. Programa de prevención del consumo de alcohol y tabaco en alumnos/as de 6º curso de primaria. *Trab Soc y Salud*. 2000 mar; 35:369-380.
3. Mendoza Berjano, R Batista Foguet, JM Sánchez García, M y Carrasco González, AM. El consumo de tabaco, alcohol y otras drogas en los adolescentes escolarizados españoles. *Gac Sanitaria*. 1998 nov-dic; 12(6):263-271. Artículo original.
4. Carrero Martínez, A Sánchez Belda, M Fuentes Rodríguez, JM Vázquez Ibarra, Remedios y Barca Durán, Javier. Estudio del consumo de tabaco en una muestra representativa de la población escolar de enseñanza primaria y secundaria de Cáceres. *Enferm Científ*. 1997 nov-dic; 188-189:20-23. Artículo original.
5. Cruzado Quevedo, J Bravo Vicente, F Marín Rives, LV Gea Navarro, M Martínez García, FA y Lázaro Gómez, MJ. Consumo de alcohol entre escolares de séptimo de EGB. *Aten Primaria*. 1994 may; 13(9):495-497. Artículo original.
6. Nebot, M Tomás, Z Ariza, C Valmayor, S y Mudde, A. Factores asociados con la intención de fumar y el inicio del hábito tabáquico en escolares: resultados del estudio ESFA en Barcelona. *Gac Sanitaria*. 2002 mar-abr; 16(2):131-138. Artículo original.
7. Prieto Albino, L Escobar Bravo, Miguel Ángel Palomo Cobos, Luis Galindo Casero, Antonio Iglesias González, R y Estévez Calderero, A. Consumo de alcohol en escolares de la Comunidad Autónoma de Extremadura. *Aten Primaria*. 2000 may; 25(9):608-612. Artículo original.
8. Ministerio de Sanidad y Consumo: *Enfermería en acción*. Madrid, 1993.
9. Ministerio de Sanidad y Consumo: *Organización del equipo de Atención Primaria*. Madrid, 1990.
10. Ministerio de Sanidad y Consumo: *Teoría y práctica de la Atención Primaria de Salud en España*. Madrid, 1990.
11. OPS-OMS: *Promoción de la salud mediante escuelas: iniciativa mundial de salud escolar*. Ginebra, 1996

12. Abaroa Garamendi, Jasone Barrenetxea Ania, Nere Cubillo Fernández, Estíbaliz Ortega Beneitez, Aránzazu Rengel Iglesias, Amaia Salcedo Txarterina, Alaitz y Souto Pazos, Mertxe. Hábito tabáquico en adolescentes vascos. *Enferm Científ.* 1997 may-jun; 182-183:9-13. Artículo original.
13. Casado Górriz, I Vázquez Fernández, LA Palmeiro Fernández, G y Díaz Grávalos, Gabriel J. Necesidades de educación sanitaria sobre hábitos tóxicos en escolares del medio rural de Ourense. *Cad Aten Primaria.* 1997 may; 4(2):60-61. Artículo original.
14. Pérula de Torres, Luis Ángel Ruiz Moral, R Fernández García, JA Herrera Morcillo, Evaristo Miguel Vázquez, M Dolores de y Bueno Cobo, José María. Consumo de alcohol entre los escolares de una zona básica de salud de Córdoba. *Rev Esp Salud Pública.* 1998 jul-ago; 72(4):331-341. Artículo original.
15. Pérula de Torres, Luis Ángel Ruiz Moral, R Lora Cerezo, N Mengual Luque, Pedro Rodríguez López, F de C y Espejo Espejo, J. Consumo de tabaco entre la población escolar. Factores relacionados. *Gac Sanitaria.* 1998 nov-dic; 12(6):249-253. Artículo original.
16. Ballestín, O Jáuregui, S y Villalbí Hereter, Joan R. El tabaco en las escuelas primarias. *Aten Primaria.* 1992 oct; 10(5):834-836. Artículo.
17. Muñoz Mateos, Javier. Enfermería en los centros escolares: ¿Un futuro por venir? *Enferm News.* 2000 may; 3(30) Artículo.
18. Díez Fernández, Teresa Gómez Carrasco, JA Casas Martínez, M Francisca y Francisco del Rey, Cristina. ¿En qué medida es la enfermería escolar una necesidad sentida por los padres de los niños escolarizados en enseñanza primaria? *Enferm Clínica.* 2001 mar-abr; 11(2):72-79. Artículo original.

ISSN 1695-6141

© [COPYRIGHT](#) Servicio de Publicaciones - Universidad de Murcia