

**VOLVER**  
**TABAQUISMO EN SUS PRIMERAS MANIFESTACIONES**  
**SEPARATA**

En el informe que se presenta a continuación de este resumen se incluyen 3 investigaciones con el objetivo general de aportar conocimientos sobre antecedentes y consecuencias del tabaquismo en sus primeras manifestaciones:

1. En la primera de las investigaciones, de título **FACTORES RELACIONADOS CON EL COMIENZO DEL FUMAR**, se analizan más de 30 factores que, hipotéticamente, pueden considerarse como **factores de riesgo o protectores del empezar a fumar**. Después de un largo y laborioso proceso de preparación, documentación y discusión, se elaboró **un cuestionario** con el que se obtuvo la información sobre los factores y que cumplimentaron **más de 700 alumnos de los 4 cursos de la E.S.O.** En la obtención de los datos colaboraron 34 profesores tutores de los distintos grupos de los 4 cursos, que garantizaron el rigor de los datos recogidos. Los datos se introdujeron en el ordenador y se analizaron **estadísticamente**.

Entre los factores, en los que se comprobó, que están más relacionados con el comienzo del tabaquismo y de los que extraemos algunas conclusiones, se encuentran:

- **El año de nacimiento:** en los años que dura la E.S.O. se pasa de un promedio semanal de 0,52 cigarrillos por alumno, los más jóvenes, a 55,17 cigarrillos por alumno, los mayores. Está claro que es en estos años en los que se empieza a fumar.
- **Lo que fuman los mejores amigos:** existe una relación muy importante entre lo que fuma un alumno y lo que fuman sus 2 mejores amigos.
- **Percepción de “follón” en casa:** aquellos que perciben que si los cogen fumando se “armará algo gordo” en casa, fuman significativamente menos.
- **Horas dedicadas a ir de “marcha” a bares, discotecas, botellón etc.:** ambas conductas se dan juntas con muy alta probabilidad. Como, además, se suele ir de “marcha” con amigos, la probabilidad todavía podría incrementarse más.
- **Opinión sobre castigar más el fumar, en casa y en la escuela:** los que fuman opinan que se debería castigar menos el fumar y los que no fuman opinan que se debería castigar más, tanto en casa como en el ámbito escolar.
- **Cigarrillos que fuma la madre:** el que la madre fume aumenta la probabilidad de que el hijo fume (la influencia es mayor que la del padre, que también influye, aunque en menor medida).
- **Horas de salir con amigos pero sin ir de “marcha”:** el salir con amigos, aunque sea sin ir de “marcha”, incrementa la probabilidad de fumar.
- **Percepción de la peligrosidad del fumar:** los que más fuman perciben el fumar como menos peligroso y viceversa.
- **Dinero disponible para gastos personales:** fuman más los que disponen de más dinero para gastar

Algún factor que, hipotéticamente, pudiera parecer relacionado, pero que **no se ha hallado una relación estadísticamente significativa** son, entre otros:

- **Horas dedicadas a realizar deberes escolares:** los que más horas dedican a las tareas escolares en casa fuman algo menos, pero la relación es muy pequeña.
- **Horas dedicadas al deporte:** los que más horas dedican al deporte fuera del horario escolar, fuman algo menos, pero la relación es mínima.

También se comprobó, en los compañeros fumadores, que existe una relación importante entre el número de cigarrillos fumados y el grado que manifiestan la necesidad de fumar, lo que puede ser indicativo de que el tabaco es una **droga que “engancha” ya en los primeros años**.

2. En la segunda de las investigaciones de título **EFECTOS DEL TABAQUISMO SOBRE EL SISTEMA CARDIO-VASCULAR EN LOS FUMADORES DE POCOS AÑOS** se exploran los efectos del tabaquismo sobre el aumento del pulso cardiaco después de una prueba de esfuerzo físico y sobre su posterior recuperación. La prueba de esfuerzo físico la realizaron **más de 150 alumnos de**

**1° de Bachillerato**, en clase de Educación Física (las profesoras garantizaron el rigor de los datos obtenidos) y consistió en el denominado **test de Harvard** en el que los que hacen la prueba deben subir y bajar un escalón de 30 centímetros de altura entre 50 y 60 veces en 2 minutos. Cada alumno se tomó el **pulso cardíaco** justo **antes de la prueba**, justo **después de la prueba** y **al minuto y a los 3 minutos de realizada la prueba** y lo anotaron en un pequeño cuestionario en el que, además, se registró el sexo, el peso y altura, el número de horas dedicadas al deporte fuera del horario escolar y, naturalmente, el número de cigarrillos fumados la última semana y los datos para calcular los cigarrillos fumados en toda la vida de fumador. Se analizó el aumento del pulso cardíaco y su recuperación en 1 y 3 minutos para todos los alumnos y para los distintos grupos (chicos-chicas, "delgados"- "gruesos" y sedentarios-deportistas) y su relación, en cada caso, con el consumo de tabaco.

Entre los resultados obtenidos podemos destacar:

- Respecto al **aumento del pulso cardíaco**: cuando se analizan todos los alumnos juntos, se aprecia relación positiva entre aumento del pulso y el número de cigarrillos fumados, pero no se puede considerar que es estadísticamente significativa. Cuando se analiza por grupos, en todos ellos se obtiene que el fumar influye en el mayor aumento de la tasa cardíaca, aunque sólo en los "deportistas", la relación que se obtiene es estadísticamente significativa. Resumiendo: el efecto del fumar sobre esta variable se aprecia poco en 1° de Bachillerato, aunque es especialmente importante en el grupo de los "deportistas".
- Respecto a la disminución del pulso cardíaco en 1 minuto: los 14 resultados hallados de relación entre tabaquismo y recuperación del pulso cardíaco en 1 minuto son muy pequeños. De los 14, 12 nos indican una relación negativa y 2 positiva. Resumiendo: los resultados nos indican que sólo podemos hablar de la existencia de indicios de que el fumar dificulta la recuperación del pulso cardíaco en un minuto.
- Respecto a la **disminución del pulso cardíaco en 3 minutos**: los resultados que se obtienen nos indican que el fumar (¡sorpresa!) facilita la recuperación del pulso cardíaco en 3 minutos, aunque en cantidad mínima. La interpretación que damos a esto es que puede ser porque los fumadores, en la prueba de esfuerzo, han aumentado en mayor medida la tasa cardíaca y parten de una tasa superior a los no fumadores, por lo que la recuperación en 3 minutos, que casi es total, tiende a ser mayor en los fumadores que en los no fumadores. (Este efecto de una mayor tasa cardíaca de partida, también haría aumentar la relación negativa en la recuperación en 1 minuto)

3. En la tercera investigación, de título **EFFECTOS DEL TABAQUISMO SOBRE EL SISTEMA RESPIRATORIO Y OLFATIVO EN LOS FUMADORES DE POCOS AÑOS**, se exploran el efecto del consumo de tabaco sobre la **eficacia en soplar**, la **eficacia en aspirar**, la **salud relacionada con el aparato respiratorio** y la **eficacia en el reconocimiento de olores**. Participaron **36 alumnos de 2° de Bachillerato** que pasaron, sucesivamente, por las distintas pruebas. La eficacia del soplar se midió contando el número de veces que se subía una pelotita soplando por una rampa en medio minuto. La eficacia de aspirar se midió con un aspirómetro, midiendo las veces que en medio minuto se sube la bolita del aparato aspirando. La salud relacionada con el aparato respiratorio se midió contando el número de días que, durante el curso, cada uno había tenido fiebre y había tomado medicamento por enfermedad relacionada con este aparato. La eficacia olfativa se midió con una prueba consistente en contabilizar los errores en el reconocimiento por el olor de distintos líquidos (y con 2 concentraciones diferentes) que estaban contenidos en latas en las que no se podía ver lo que contenían. Todos estos datos se relacionaron con los cigarrillos fumados la última semana y con los cigarrillos fumados, aproximadamente, en toda la vida de fumador.

Como resumen de resultados podemos decir que:

- **No se puede considerar que en 2° de Bachillerato se aprecien efectos significativos del fumar** ni en la eficacia de soplar, ni en la eficacia del aspirar, ni en la salud relacionada con el aparato respiratorio, ni en la eficacia en el reconocimiento de olores. Los 15 datos de relación calculados son mínimos.
- En todos caso, como de los 15 datos de relación calculados, 10 van a favor de un efecto negativo del fumar y 5 van en contra, podemos decir que **existen algunos indicios** de la existencia de estos efectos negativos, pero que a estas edades todavía son mínimos.

**VOLVER**