

# Por una juventud sin tabaco

---

**Adquisición de  
habilidades para una  
vida saludable**



Organización Panamericana de la Salud  
Oficina Sanitaria Panamericana, Oficina Regional de la  
Organización Mundial de la Salud  
525 Twenty-third Street, N.W.  
Washington, D.C. 20037, E.U.A.

2001

Se publicó también en inglés (2000) con el título:  
*Tobacco-free youth: A "life skills" primer*  
ISBN 92 75 11579 6

*Catalogación por la Biblioteca de la OPS*

Organización Panamericana de la Salud

Por una juventud sin tabaco: adquisición de habilidades para una vida saludable.—  
Washington, D.C.: OPS, © 2001.

viii, 64 p.—(Publicación Científica y Técnica No. 579)

ISBN 92 75 31579 5

- I. Título            II. (Serie)
1. TABAQUISMO — en adolescentes
  2. TABAQUISMO — prevención
  3. TRASTORNO POR USO DE TABACO — epidemiología
  4. PROMOCIÓN DE LA SALUD
  5. AMÉRICA LATINA

NLM WM290 Es

La Organización Panamericana de la Salud dará consideración muy favorable a las solicitudes de autorización para reproducir o traducir, íntegramente o en parte, alguna de sus publicaciones. Las solicitudes y las peticiones de información deberán dirigirse al Programa de Publicaciones, Organización Panamericana de la Salud, Washington, D.C., Estados Unidos de América, que tendrá sumo gusto en proporcionar la información más reciente sobre cambios introducidos en la obra, planes de reedición, y reimpressiones y traducciones ya disponibles.

© Organización Panamericana de la Salud, 2001

Las publicaciones de la Organización Panamericana de la Salud están acogidas a la protección prevista por las disposiciones sobre reproducción de originales del Protocolo 2 de la Convención Universal sobre Derecho de Autor. Reservados todos los derechos.

Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, por parte de la Secretaría de la Organización Panamericana de la Salud, juicio alguno sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites.

La mención de determinadas sociedades mercantiles o de nombres comerciales de ciertos productos no implica que la Organización Panamericana de la Salud los apruebe o recomiende con preferencia a otros análogos. Salvo error u omisión, las denominaciones de productos patentados llevan en las publicaciones de la OPS letra inicial mayúscula.

La publicación de *Por una juventud sin tabaco: adquisición de habilidades para una vida saludable* se realizó mediante una generosa contribución del Gobierno de España.

Texto preparado por Karen Welch, ex consultora del Programa de Prevención y Control de la Farmacodependencia, con la asesoría técnica de los doctores Enrique Madrigal, ex Asesor Regional del Programa de Prevención y Control de la Farmacodependencia, Paola Morello, ex consultora del Programa de Prevención y Control de la Farmacodependencia, y María Teresa Cerqueira, Directora de la División de Promoción y Protección de la Salud, quien también revisó el documento.

# Contenido

---

<b>PREFACIO</b> .....	v
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	vii
<b>PARTE I</b>	
<b>Uso de sustancias y adicción</b> .....	3
La dependencia que mata .....	4
El uso de tabaco en América Latina .....	6
Actividades de control del uso de tabaco .....	9
Prácticas de la industria tabacalera en las Américas ..	11
<b>Los jóvenes: ¿una generación en peligro?</b> .....	15
¿Adicción por voluntad propia? .....	15
Factores psicosociales determinantes del tabaquismo .....	17
Poblaciones objetivo sin protección .....	19
La juventud latinoamericana expuesta a riesgo .....	20
<b>Adopción de medidas</b> .....	23
Vigilancia del uso de tabaco .....	23
Políticas integrales de control .....	24
Programación de actividades de prevención .....	25
Programas escolares .....	26
<b>PARTE II</b>	
<b>Adquisición de habilidades para una vida saludable</b> .....	35
Antecedentes de los programas de adquisición de habilidades .....	36
La iniciativa de la OMS de habilidades para una vida saludable .....	37
Programas de adquisición de habilidades para una vida saludable en América Latina y el Caribe .....	38
<b>Adopción del enfoque de adquisición de habilidades para una vida saludable</b> .....	39
Movilización de apoyo .....	39
Planificación de programas de adquisición de habilidades para una vida saludable .....	40

Evaluación de necesidades . . . . .	40
Establecimiento de metas y objetivos . . . . .	41
Formulación de las estrategias del programa . . . . .	42
Diseño de módulos de capacitación . . . . .	43
Elaboración de materiales . . . . .	44
Evaluación de programas de adquisición de habilidades para una vida saludable . . . . .	46
<b>“Trazando el camino”: la experiencia de Costa Rica . . . . .</b>	<b>49</b>
Antecedentes . . . . .	49
Proceso de planificación y ejecución . . . . .	50
Formación de maestros . . . . .	51
Evaluación del proyecto “Trazando el camino” . . . . .	51
Evaluación del proceso . . . . .	51
Evaluación de los resultados . . . . .	52
<b>BIBLIOGRAFÍA Y LECTURAS RECOMENDADAS . . . . .</b>	<b>57</b>
<b>APÉNDICE A . . . . .</b>	<b>61</b>
<b>APÉNDICE B . . . . .</b>	<b>62</b>

# Prefacio

---

De continuar las tendencias actuales, 10 millones de personas morirán por causas relacionadas con el uso de tabaco en todo el mundo en el año 2030; de ellas, la mitad vivirá en las naciones en desarrollo. Hoy en día, en la Región de las Américas el tabaco causa más defunciones que el sida, el abuso de alcohol y drogas, los accidentes de tránsito y la violencia, en conjunto. No obstante, las defunciones por el uso de tabaco son totalmente prevenibles.

Por desgracia, el consumo de tabaco aumenta en la Región y acarrea un gran número de muertes por cáncer de pulmón y enfermedades cardiovasculares y respiratorias crónicas. Más y más jóvenes —especialmente mujeres— comienzan a experimentar con el tabaco a edades cada vez más tempranas. En resumen, más y más jóvenes se convierten en adictos a la nicotina. Asimismo, a pesar de cualquier ganancia económica tangible que pueda derivarse del tabaco, los hechos nos dicen que su consumo tiene un efecto negativo neto en las economías de los países productores. Cualquier ingreso por la venta o las exportaciones de tabaco se neutraliza con creces por el mayor gasto en atención de salud para tratar a las personas con cáncer, enfisema y un sinnúmero de otros problemas de salud causados por el tabaco. De hecho, según estimaciones conservadoras del Banco Mundial, la pérdida neta que causa el tabaco a la economía mundial se aproxima a los US\$ 200.000 millones al año. Es posible que los verdaderos costos sean excesivamente más altos por la subestimación de los costos de atención de salud, el deterioro de la calidad de la vida, la pérdida de personas a cargo del cuidado de las familias y otros factores.

Alarmados por esta situación, los Cuerpos Directivos de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) exhortaron a proteger a los niños y adolescentes mediante la reglamentación de la propaganda del tabaco, la aplicación de leyes y reglamentos destinados a eliminar la venta de productos del tabaco a menores de edad y el establecimiento de programas de prevención eficaces. Desde entonces, la OPS participa activamente en la batalla contra el tabaco.

Ya sabemos por los especialistas y por experiencia, que el mejor método de control del uso de tabaco es disuadir a la gente de que comience a fumar, pero la competencia es reñida. Las compañías tabacaleras invierten grandes sumas de dinero en comercialización y propaganda para convencer a la gente de que debe fumar. Los programas de prevención basados en la

adquisición de habilidades para una vida saludable dan a los jóvenes los instrumentos necesarios para resistir las presiones impuestas por la sociedad y los medios de comunicación que fomentan el uso de tabaco; por eso, son una de las armas más eficaces de nuestro arsenal para la lucha contra el tabaquismo. Las pautas que presentamos en esta publicación constituyen una posibilidad más entre las diversas formas de equilibrar las fuerzas del campo de actuación en la lucha contra el tabaco.

**George A. O. Alleyne**  
**Director**

# Introducción

---

Con el fin de detener la creciente ola de consumo de tabaco en las Américas, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) patrocina varias actividades, entre ellas la investigación sobre la legislación y las políticas de control del tabaco en toda la Región, la coordinación y adopción de medidas de control del uso de tabaco en los países, y la aplicación de un instrumento de acopio de datos para estudiar el uso de tabaco y las actitudes y creencias al respecto. El apoyo de la Organización a la metodología de adquisición de habilidades para una vida saludable —un instrumento de prevención basado en pruebas—, da cabida a una particular promesa de reducir el uso de tabaco, alcohol y otras drogas entre los jóvenes de la Región. Además de promover programas escolares piloto en la Región, la OPS también editará una serie de publicaciones sobre esa metodología destinadas a una amplia gama de autoridades decisorias y proveedores de servicios sociales y de salud. Este libro es el primero de la serie.

En la primera parte se detalla el alcance del problema del tabaquismo y se toma como punto de enfoque a la juventud de los países en desarrollo de la Región de las Américas. Se examinan las cuestiones regionales de prevención de enfermedades causadas por el tabaco y se describen los elementos eficaces de varios métodos de prevención del uso de sustancias. En la segunda parte se presentan aspectos teóricos y prácticos sobre el método basado en el enfoque de adquisición de habilidades para la vida con el fin de prevenir el uso de tabaco y otras sustancias. Esta sección incluye pautas para la planificación y creación de programas escolares de prevención del uso de sustancias mediante la adquisición de habilidades para una vida saludable, adaptados a las necesidades de los países en desarrollo de la Región.

Los profesionales de salud, planificadores de programas, educadores y autoridades normativas del sector público encontrarán aquí un análisis de las tendencias del uso de sustancias en las Américas y la respuesta del sector de la salud pública, así como cifras sobre el creciente número de víctimas del uso de tabaco y de la exposición a esa sustancia, que actualmente es el asesino número uno en el mundo entre todas las enfermedades mortales relacionadas con los modos de vida.