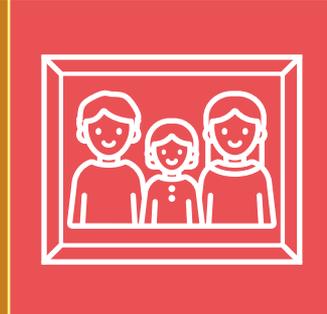
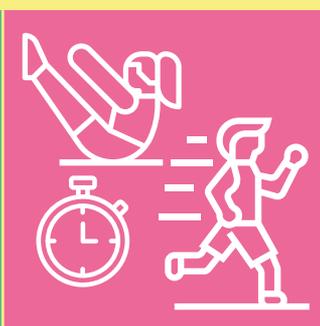




Prevención del Consumo de Tabaco

en las comunidades educativas



¿Qué es el tabaco?

El tabaco se produce a partir de la desecación de las hojas de una planta originaria de América. Esta planta posee un alto contenido de nicotina, sustancia tóxica de alto poder adictivo, con capacidad de generar dependencia. Esto conlleva a que el inicio y mantención del consumo de tabaco no sean actos libres y el tabaquismo se transforme en una enfermedad crónica y en un importante factor de riesgo (evitable) para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, respiratorias, cáncer y bucodentarias, entre muchas otras.

En Chile, los adolescentes inician el consumo de tabaco a los 13 años y 30% de las personas entre 15 y 24 años son fumadoras. Estas preocupantes cifras deben ser abordadas desde múltiples áreas, siendo una de ellas la educación.

**Edad de inicio del
consumo de tabaco
en Chile**



**13
años**

30% de las personas entre 15 y 24 años son fumadoras



Presencia en el Currículum

Entregar a los estudiantes conocimientos sobre los efectos nocivos del tabaco en la salud es un objetivo de aprendizaje presente en los niveles de quinto básico a cuarto medio en las asignaturas de Orientación, Ciencias Naturales y Educación Física y Salud. Complementariamente, los Objetivos de Aprendizaje Transversales apuntan al desarrollo personal, intelectual, moral y social de los estudiantes, favoreciendo no solo el aprendizaje transversal de estas competencias a través de las asignaturas, sino que también en todos los espacios escolares.

A continuación, encontrará algunas oportunidades curriculares donde puede apreciar objetivos de logro relacionados con factores protectores y de riesgo asociados al consumo de tabaco.

Se espera, de esta forma, que la enseñanza y el aprendizaje progresivo sobre este riesgo y el cuidado mutuo no solo favorezca a la comunidad educativa, sino que a todas las personas.



Objetivos de Aprendizaje Transversales OAT

Los Objetivos de Aprendizaje Transversales establecen metas de carácter comprensivo y general para la educación escolar, referidas al desarrollo personal, intelectual, moral y social de los estudiantes. Se trata de objetivos cuyo logro depende de la totalidad de elementos que conforman la experiencia escolar.

Esto significa que deben ser promovidos a través de un conjunto de actividades durante el proceso educativo, sin que estén asociados de manera exclusiva con una asignatura en particular.

Los OAT se encuentran desarrollados a través de dimensiones, cada una de las cuales establece objetivos transversales. La Dimensión Física se relaciona directamente con el autocuidado.

Dimensión física:

Integra el autocuidado y el cuidado mutuo, y la valoración y el respeto por el cuerpo, promoviendo la actividad física y hábitos de vida saludable. Los objetivos de aprendizaje en esta dimensión son:

- 1.** Favorecer el desarrollo físico personal y el autocuidado, en el contexto de la valoración de la vida y el propio cuerpo, mediante hábitos de higiene, prevención de riesgos y hábitos de vida saludable.
- 2.** Practicar actividad física adecuada a sus intereses y aptitudes.



Objetivos de Aprendizaje OA

Conocimientos, habilidades y actitudes en autocuidado y prevención de riesgos asociados al consumo de tabaco son abordados en el Currículo Nacional. Puede trabajar –por ejemplo– interdisciplinariamente objetivos de aprendizaje integradores de las asignaturas de Orientación, Ciencias Naturales y Educación Física y Salud.

Orientación

5° básico

Crecimiento Personal OA 5: Reconocer y describir causas y consecuencias del consumo de drogas (por ejemplo, tabaco, alcohol, marihuana), identificar factores que lo previenen y proponer estrategias para enfrentarlo, como mantener hábitos de vida saludable y aprender a manejar el stress.

Ciencias Naturales

5° básico

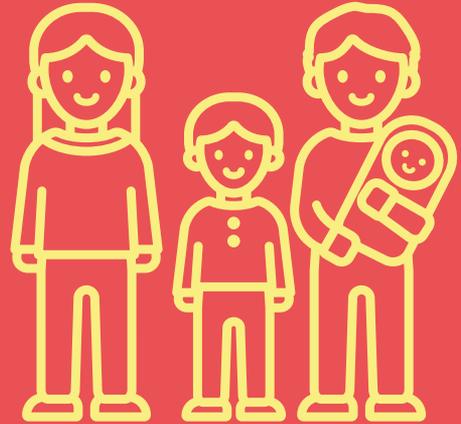
Ciencias de la Vida OA 6: Investigar en diversas fuentes y comunicar los efectos nocivos que produce el cigarrillo (humo del tabaco) en los sistemas respiratorio y circulatorio.

Educación Física y Salud

5° básico

Vida Activa y Saludable OA 9: Practicar actividades físicas en forma segura, demostrando la adquisición de hábitos de higiene, posturales y de vida saludable, como utilizar una ropa distinta para la clase, mantener una correcta postura, utilizar protectores solares e hidratarse con agua antes, durante y después de la clase.

Participación de la Familia



Los objetivos de aprendizaje de las asignaturas están llamados a ser compartidos y apoyados por padres, madres y apoderados para que, escuela y familia, contribuyan a la construcción de un país más saludable y preocupado por la protección y cuidado de sus niños, niñas y adolescentes.

La experiencia ha demostrado que la mejor manera que posee la familia y la escuela para prevenir el consumo de drogas es informar, educar y desarrollar habilidades protectoras para la vida de niños, niñas y jóvenes, de modo que:

Aprendan a enfrentar de manera crítica las posibilidades de consumo que se les puedan presentar en la vida cotidiana. Es decir, que tengan una opinión con respecto al uso de drogas, sean capaces de defender esta opinión y sean críticos ante los mensajes e información que reciben.

Se conozcan a sí mismos y acepten sus debilidades y sus fortalezas. Se reconozcan y valoren como seres únicos, pero que también aprecien esas características en otros. Logren desarrollar, a lo largo de su vida, relaciones satisfactorias y positivas con otras personas que mejoren su calidad de vida, los hagan sentir queridos y valiosos y sean un apoyo frente a los momentos de crisis que se les presenten.

Disfrutar del tiempo compartido en familia, hacer sentir queridos y valiosos a los niños, niñas y adolescentes, establecer reglas claras, promover la educación y el aprendizaje, enseñarles a solucionar por sí mismos sus dificultades; así como, resistir la presión social frente a situaciones que contravengan el autocuidado, son elementos centrales en la prevención del consumo de tabaco.

Factores protectores y de riesgo

La enseñanza para la prevención del consumo de tabaco tiene una doble función: una, promover y potenciar los factores protectores; otra, que los estudiantes identifiquen posibles situaciones de riesgo y aprendan a evitarlas.

Factores que protegen del consumo de tabaco:

Fomentar la autonomía y tolerancia a los cambios, con una buena autoestima y confianza en sí mismo/a.

Autodisciplina, con expectativas realistas.

Comunicación cercana con los padres y adultos significativos.

Lograr vínculos y relaciones profundas y estables con otras personas.

Promover la enseñanza y el aprendizaje de los beneficios de mantener una vida saludable.

Promover en la familia la educación y el aprendizaje, las actitudes hacia el cuidado de sí mismo y los otros/as, la autonomía y toma de decisiones responsables.

Participación en deportes.

Tener amigos que no fumen.

Tener padres o familiares que compartan el mismo techo, que no fuman.

Alto nivel de conocimiento del daño que el tabaquismo provoca a la salud.

Prohibición explícita de fumar por parte de los padres.

Familias que comparten tiempo libre con sus hijos.

Familias que conversan temas de salud con sus hijos.

Buen rendimiento académico.

Factores de riesgo asociados al consumo de tabaco:

Baja autoestima y autoconfianza, baja asertividad, alta ansiedad, necesidad de aprobación social, rebeldía y bajo control personal.

Actitudes y creencias positivas ante el consumo de tabaco.

Bajo compromiso de la familia con la educación y asistencia a la escuela de su hijo.

El rechazo del grupo de pares.

Escuelas que no promueven la participación de los y las estudiantes.

Falta de actividad física y deportiva.

La disciplina familiar rígida, donde no se negocian las reglas con los hijos/as y hay descalificaciones entre los miembros de la familia.

El consumo de drogas entre los amigos, en la familia o el entorno cercano. Fácil acceso a las drogas.

Publicidad sobre alcohol y tabaco.

Aceptación y permisividad frente al consumo en su entorno.

Familias que no comparten un tiempo para la conversación.

Bajo rendimiento académico.

Normativas

Ley de Tabaco N°19.419

Ministerio de Salud.

Res. Ex. N°2515 de 2018

Ministerio de Educación, Aprueba el Plan Integral de Seguridad Escolar.

CMCT OMS

Convenio Marco para el Control del Tabaco de la Organización Mundial de la Salud.

Referencias bibliográficas

www.eligenofumar.cl

www.convivenciaescolar.cl
www.eligenofumar.cl

