

TEXTO.

# Juventud libre de tabaco

Cada año 190.000 jóvenes se inician en el tabaco en nuestro país, algo que, recuerda el autor, tendrá una importancia trascendental, por negativa, en su vida

Plácido Gascó García



**E**n España, cada año cerca de 190.000 de nuestros hijos y nietos empiezan a fumar. Curiosamente, casi todos tienen menos de 18 años y según la ley no pueden comprar tabaco, pero es un hecho bien conocido que lo obtienen sin grandes dificultades, donde quieran y cuando quieran.

La mayor parte de los consumos se inician entre los 12 y los 17 años. La edad media de inicio de los primeros contactos de los jóvenes españoles con los cigarrillos es de 13,2 años. Cuanto antes empiecen a fumar, más probabilidades tendrán de seguir fumando, y cuando de adultos lo quieran abandonar, más les va a costar el dejarlo.

Los fabricantes de cigarrillos son conscientes de ello, por eso continúan dirigiéndose a los más jóvenes con distintas estrategias. Una forma encubierta de promoción es el cine y la televisión, donde muchas veces actores y actrices aparecen fumando; la distribución de materiales promocionales (camisetas, gorras); o la introducción en el mercado de cigarrillos con sabores a coco, pija, naranja, etc.

Hay estudios que demuestran que los adolescentes que residen en países en los que está prohibido fumar en lugares públicos se inician menos en el consumo y además se retrasa el paso de experimentación a hábito. Este sería un motivo más para la aprobación de una nueva ley de ambientes libres de humo en todo local cerrado y contribuir a una progresiva desnormalización del acto de fumar.

El hecho de que 190.000 jóvenes comiencen a fumar tendrá una importancia trascendental en su vida, ya que si siguen fumando, 95.000 (la mitad) morirá a causa del cigarrillo.

Otra repercusión es el tabaco como "droga de acceso" o "portal de entrada". Si un niño decide consumir una droga, lo más probable es que comience con la que tiene más a mano, habitualmente el tabaco y el alcohol. Luego pasan a la marihuana, cocaína y así sucesivamente. Este es uno de los meca-



nismos de actuación de las sustancias adictivas, ya que ejercen una sensibilización en una zona del cerebro que se conoce como circuito de recompensa. Una vez que estos sistemas se exponen a una droga, el cerebro se vuelve más receptivo a los efectos de otras. El consumo inicial, a menudo, tiene un efecto de bola de nieve y pudiendo desencadenar una adicción cada vez mayor y con drogas más potentes.

Los adolescentes son más vulnerables a sufrir trastornos relacionados con las adicciones por el propio proceso madurativo cerebral y al mismo tiempo, como el sistema neurológico de inhibición está menos equilibrado a estas edades, los adolescentes se ven inclinados a acciones impulsivas y comportamientos arriesgados, incluyendo la experimentación y abuso de drogas adictivas.

El tema es complejo, ya que están implicados factores internos (genes, género, problemas psiquiátricos, bajo rendimiento académico, habilidades sociales deficientes) y externos, es decir, los que están fuera del individuo, como el grupo de amigos, la familia,

los medios de comunicación.

En la adolescencia, en la que reina la inseguridad propia de los cambios, el joven deja la niñez y el paraguas protector de los padres y pasa a asumir ciertas tareas y responsabilidades a las que nunca se había enfrentado. La mayoría de problemas de salud y morbilidad en esta etapa son achacables a su estilo de vida, conducta y forma de interpretar la realidad.

La primera causa de muerte son los accidentes de tráfico. Entre 6-7 de cada 10 jóvenes mueren por esta causa, le siguen las muertes por consumo de drogas, suicidios y sida. Estas cuatro causas se van a interrelacionar y potenciar entre sí. El consumo de alcohol y otras drogas van a favorecer y provocar un aumento considerable de los accidentes de tráfico, conductas de riesgo sexual y alteraciones psiquiátricas.

Existe una paradójica discrepancia que hace referencia a las drogas adictivas. Por un lado, estaría el riesgo real para el individuo y la sociedad, y el riesgo percibido, tal como se reflejan en las distintas normativas. La ley trata con mucha más benevolencia el consumo de nicotina y alcohol, que el consumo de cannabis o cocaína. La primera reflexión es la arbitrariedad en la denominación entre drogas "legales" (alcohol y nicotina), de las ilegales. Precisamente por ser legales, son las más consumidas y esta condición le dispensa una etiqueta de menor peligrosidad.

Los países con leyes más permisivas respecto al tabaco son precisamente en los que existe mayor consumo por parte de los jóvenes y en los que empiezan antes. Esto es fácil de entender si se piensa que una conducta o un comportamiento determinado se moldea en un contexto social, por tanto, modificar el comportamiento de un niño implica también el cambiar la conducta de padres y del resto de la sociedad. ¿Qué va a pensar una niña de 9 años, que ve cómo el día de su primera comunión el alcohol y los puros son consumidos por sus familiares y amigos con esa alegría y abundancia?

Si esto es así, sorprende que no se tomen medidas adecuadas. Los datos invitan a la reflexión desde nuestros distintos espacios de responsabilidad. No olvidemos que los jóvenes de hoy son los adultos del mañana.

Plácido Gascó García es médico y miembro del Comité Nacional de Prevención del Tabaquismo

ASIGNATURA	Biología y Geología
CURSO	3º de ESO
CENTRO	Santo Tomás
DEPARTAMENTO	Ciencias Naturales
PROFESOR / A	Mª José Iriarte
<b>FUENTE</b>	
AUTOR	Plácido Gascó García
TÍTULO	"Juventud libre de tabaco"
EDITORIAL	Diario de Navarra
AÑO	2008
PÁGINA	14
ISBN	
<b>TIPOLOGÍA</b>	
SOPORTE	Texto impreso
FORMATO	Continuo
TIPO	Expositivo-Argumentativo
USO	Público
<b>ESTRATEGIAS DE LECTURA</b>	
ANTES DE LA LECTURA	<p>El texto elegido es un artículo adecuado para iniciar el tema de las "Drogodependencias" dentro de la Función de Relación de Biología de 3º de ESO.</p> <p><b>Objetivo de la lectura.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Para aprender.</li> <li>- Para obtener información.</li> <li>- Para desarrollar la capacidad crítica.</li> </ul> <p><b>Activar el conocimiento previo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Recordar lo que sabemos del tema (en cursos anteriores se supone que han trabajado el tema del tabaco) mediante una "lluvia de preguntas" por ejemplo.</li> </ul> <p><b>Formular hipótesis y hacer predicciones sobre el texto.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Observar el tipo de publicación, artículo de opinión de un periódico, autor, fecha... (el 31 de mayo es el "Día Mundial contra el tabaco").</li> <li>- Observar el título, subtítulo, autor, imágenes...</li> <li>- Imaginar cuál puede ser el contenido del texto.</li> <li>- Predecir la intención del autor.</li> <li>- Hacer predicciones que se irán revisando y comprobando durante y después de la lectura.</li> </ul>
DURANTE LA LECTURA	<p>Es preciso estar atento a los datos y cifras que ofrece el autor para apoyar su argumentación: edad de inicio en el consumo, influencia de la legalización, características de la adolescencia...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leer el título, subtítulo...</li> <li>- Leer por párrafos.</li> <li>- Fijarse en la edad de inicio y sus consecuencias...</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formular preguntas sobre lo leído.</li> <li>- Releer las partes confusas.</li> <li>- Escribir anotaciones al margen.</li> <li>- Deducir el significado de algunas palabras por el contexto.</li> <li>- Utilizar distintos códigos en el subrayado.</li> <li>- Escribir al margen de cada párrafo la pregunta cuya respuesta está en el texto.</li> <li>- Subrayar la idea principal de cada párrafo, palabras o expresiones necesarias para su comprensión, dejando todo aquello que es irrelevante o secundario.</li> </ul>
DESPUÉS DE LA LECTURA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observar si se han cumplido los objetivos pretendidos al iniciar la lectura.</li> <li>- Reflexionar si el título resume la idea principal del texto.</li> <li>- Escribir un nuevo texto a partir de las ideas destacadas en el punto anterior.</li> <li>- Hacer un resumen, expresando con las propias palabras las ideas principales del texto (omitiendo la información poco relevante, innecesaria...) para la comprensión global.</li> </ul>
<b>PROCESOS LECTORES</b>	
RECUPERAR - OBTENER INFORMACIÓN	<p>1.</p> <p>Los adolescentes son más vulnerables a sufrir trastornos relacionados con las adicciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Por el propio proceso madurativo cerebral.</li> <li>b) Porque el sistema neurológico de inhibición está menos equilibrado a estas edades.</li> <li>c) Porque se ven inclinados a acciones impulsivas y comportamientos arriesgados, incluyendo la experimentación y abuso de drogas adictivas.</li> <li>d) Todas son verdaderas...</li> </ul>
	<p>Respuesta</p> <p>d)</p>
	<p>2.</p> <p>Indica el motivo que señala el autor para la aprobación de una ley de ambientes libres de humo en todos los locales cerrados.</p>
	<p>Respuesta</p> <p><i>Hay estudios que demuestran que los adolescentes que residen en países en los que está prohibido fumar en lugares públicos se inician menos en el consumo y, además, se retrasa el paso de la experimentación al hábito.</i></p>

	3.	Respecto a las drogas se puede decir que: a) Las legales son más consumidas y menos peligrosas. b) A las legales, por ser legales, se les dispensa una etiqueta de menor peligrosidad. c) Las más peligrosas son las ilegales. d) Todas son falsas.
	Respuesta	b)
COMPRESIÓN GLOBAL	1.	¿Cuál es la tesis que defiende el autor?
	Respuesta	<i>El médico Plácido Gascó García defiende la importancia de evitar el inicio del consumo de tabaco entre los más jóvenes. Para dar más peso a su explicación ofrece numerosos datos de estudios, estadísticas y médicos.</i>
	2.	¿Por qué los especialistas interesados en la prevención del tabaquismo insisten en retrasar la edad de inicio en el consumo del tabaco? a) Porque los fabricantes de cigarrillos se dirigen a los más jóvenes con distintas estrategias. b) Porque los adolescentes son más vulnerables a sufrir trastornos relacionados con las adicciones. c) Cuanto antes empiecen a fumar más probabilidad tendrán de seguir fumando. d) Todas son verdaderas.
	Respuesta	d)
INTERPRETACIÓN INFERENCIAS	1.	El tabaco como “droga de acceso” o “portal de entrada” significa ...
	Respuesta	<i>Si un niño decide consumir una droga, lo más probable es que comience con la que tiene más a mano, normalmente el alcohol o el tabaco. Luego puede pasar a la marihuana, cocaína, y así sucesivamente.</i>

	2.	<p>Uno de los mecanismos de actuación de las sustancias adictivas es que una vez que el cerebro se expone a una droga, éste se vuelve más receptivo a los efectos de otras. El autor se refiere a que:</p> <p>a) La tolerancia a las drogas es un estado de menor sensibilidad a la droga, que se produce como resultado de la exposición a la misma. La exposición a una droga puede producir tolerancia a otras drogas que actúan a través del mismo mecanismo; esto se conoce como tolerancia cruzada.</p> <p>b) Después de que hayan estado en el organismo cantidades significativas de una droga durante un cierto tiempo, su eliminación repentina puede desencadenar el síndrome de abstinencia.</p> <p>c) Los efectos de la tolerancia alcanzan su máxima expresión sólo cuando una droga se administra en la misma situación en que se ha administrado previamente.</p> <p>d) Todas son verdaderas.</p>
	Respuesta	a)
VALORACIÓN - REFLEXIÓN FORMA	1.	En la segunda columna detecta un uso incorrecto del gerundio.
	Respuesta	“... y pudiendo <i>desencadenar una adicción...</i> ”
	2.	<p>La expresión “portal de entrada” es un ejemplo de:</p> <p>a) Metáfora.</p> <p>b) Hipérbole.</p> <p>c) Comparación.</p> <p>d) ninguna de las anteriores.</p>
	Respuesta	a)
VALORACIÓN - REFLEXIÓN CONTENIDO	1.	Los fumadores crónicos son vulnerables a una serie de trastornos pulmonares que incluyen neumonía, bronquitis, enfisema y cáncer de pulmón, entre otros. ¿Crees que son elementos relevantes que se deberían considerar en el texto? Explicalo.

	Respuesta	<i>No. El objetivo del autor es la prevención, para lo cual ofrece numerosos datos de estudios, estadísticas y datos médicos. Además, todo el mundo conoce los riesgos del tabaco; basta coger una cajetilla y leer "el tabaco puede matar".</i>
	2.	Si fuera el director de una empresa de tabaco el que, disponiendo de los mismos datos con los que cuenta el Dr. Gascó, se dirige a los jóvenes, ¿crees que utilizaría los mismos argumentos? Explícalo.
	Respuesta	<i>No. Habría cambiado, ya que lo que pretende el Dr. Gascó es que los jóvenes no se inicien en el consumo de drogas, como el tabaco, y el director de la empresa tabacalera buscaría lo contrario, con distintas estrategias atractivas para los jóvenes, utilizando distintos recursos publicitarios.</i>
	3.	La APYMA de un prestigioso centro escolar debe organizar una charla sobre "Drogodependencias" dirigida a padres, profesores y alumnos del primer ciclo de ESO. Según el texto lo adecuado sería tratar: a) Tabaco y Cannabis. b) Cocaína y heroína. c) Alcohol y tabaco. d) Hachís y alcohol.
	Respuesta	c)
	4	El autor finaliza con una pregunta: "¿Qué va a pensar una niña de 9 años, que ve cómo el día de su primera comunión el alcohol y los puros son consumidos por sus familiares y amigos con esa alegría y abundancia?" ¿Crees que el ejemplo es adecuado para reforzar la argumentación del resto del texto? Explícalo.
	Respuesta	<i>No. 1º Porque, como señala el autor, la edad media de inicio con los cigarrillos es hacia los 13 años, no a los 9. 2º Ese día el niño tiene otros intereses y motivaciones, de forma que es fácil que esas conductas de los adultos pasen desapercibidas.</i>

<b>PUESTA EN PRÁCTICA - OBSERVACIONES</b>