

**CAMPAÑA DE CONCIENCIACIÓN SOBRE EL USO DE CIGARRILLOS
ELECTRÓNICOS EN LAS ESCUELAS**

**AWARENESS CAMPAIGN ON THE USE OF ELECTRONIC CIGARETTES IN
SCHOOLS**

Autores:

Lic. Ana Centeno: anae.centenoj@gmail.com

Lic. Quesiah González: quesiahtgf@gmail.com

Universidad Latina de Panamá

Resumen

El uso de los cigarrillos electrónicos por parte de los adolescentes ha incrementado de manera alarmante durante los últimos años. Su uso en los planteles educativos se está convirtiendo en una práctica habitual desde los niveles de pre-media a media. Al no contar con un olor característico, como el del tabaco, se hace más difícil distinguir su uso en lugares públicos o espacios cerrados. Sus olores y sabores frutales es lo que atrae a los estudiantes y su tamaño práctico hace que sea fácil de esconder entre sus útiles, ropa y demás pertenencias. A través de este artículo se busca plantear una campaña de concientización para brindar información a los padres, estudiantes y comunidad educativa en general, sobre las consecuencias del uso de cigarrillos electrónicos en adolescentes y la importancia de establecer alianzas con las figuras parentales a favor de la concienciación del no uso del cigarrillo electrónico. En conclusión, una comunidad informada puede trabajar de la mano para evitar que los adolescentes inicien o continúen utilizando los cigarrillos electrónicos, los cuales los pueden llevar a sufrir consecuencias de salud serias, tales como enfermedades cardiorrespiratorias e inclusive la muerte.

Palabras clave: cigarrillos electrónicos, adolescentes, concientización, padres, maestros, uso.

Abstract

The use of electronic cigarettes by teenagers has increased alarmingly in recent years. Its use in educational campuses is becoming a common practice beginning in middle school all the way to high school. By not having a characteristic smell, such as tobacco, it becomes more difficult to

distinguish its use in public or enclosed spaces. Its smells and fruity flavors is what attracts students, and its practical size makes it easy to hide among their school supplies, clothes and other belongings. This article seeks to raise an awareness campaign to provide information to parents, students and the educational community in general, about the consequences of using electronic cigarettes in adolescents and the importance of establishing alliances with parental figures in order to create awareness about the use of electronic cigarettes. In conclusion, an informed community can work hand in hand to prevent teenagers from starting or continuing to use electronic cigarettes, which can lead to serious health consequences, such as cardiorespiratory diseases and even death.

Key words: electronic cigarettes, adolescents, awareness, parents, teachers, use.

Introducción

Para los profesionales de la salud mental, los estudios de ansiedad están en vanguardia por el estilo de vida que los seres humanos tienen hoy en día. Por esta razón, se estudian personas que canalizan su ansiedad por medio de diferentes tipos de vicios: alcohol, apuestas, compras, limpieza, cigarrillos, entre otras. Así, llegamos a los cigarrillos electrónicos, que se han convertido en una alternativa para vicios, ya que, de acuerdo a falsas creencias, las personas dicen calmar la ansiedad y piensan que no son tan nocivos para ellos como lo es un cigarrillo.

Los cigarrillos electrónicos existen en diferentes formas: con nicotina y sin nicotina. Cuentan con olores frutales que facilita su convivencia con no fumadores, permitiéndoles así permanecer dentro de espacios públicos e inclusive cerrados sin causar molestias a terceros. Aunque está

prohibido dentro del aula, muchos adolescentes lo utilizan en los planteles, y se crea el vicio, ya no por ansiedad, sino por moda y conducta social. Por lo que es importante concientizar a todos los miembros del área educativa con las ventajas y desventajas de este.

El objetivo general de este artículo es crear conciencia sobre el uso de cigarrillos electrónicos en las escuelas. Este artículo espera brindar información a los padres, estudiantes y comunidad educativa en general sobre las consecuencias del uso de cigarrillos electrónicos en adolescentes y la importancia de establecer alianzas con las figuras parentales a favor de la concienciación del no uso del cigarrillo electrónico, educando a través de programas de concienciación sobre el riesgo de su uso.

En conclusión, por medio de este escrito, se busca que los padres de adolescentes y los

centros educativos conozcan el impacto del uso de cigarrillos electrónicos para que en conjunto trabajen para erradicar su uso dentro de los planteles, fiestas y lugares recreativos. Es importante mantener comunicación constante con el adolescente, conocer los lugares que frecuenta, las personas con que se comunica y estar alertas a los cambios de comportamiento que sean indicativos del consumo o uso de sustancias.

Metodología

Esta campaña es de tipo cualitativa pues está fundamentada en la observación profesional de adolescentes y el consumo de cigarrillos, así como entrevistas aleatorias para analizar las razones de su uso. No se estudiaron datos cuantitativos como frecuencia o la cantidad de personas que sigues estos vicios. De la misma forma, se espera que la campaña brinde información comprensiva que llegue tanto a padres como maestros, así como estudiantado. También, se espera que, con el proceso de la campaña, se puedan realizar estudios cualitativos más adelante, observando el impacto social y el punto de vista de los adolescentes.

El diseño de la campaña es de tipo fenomenológico pues representa las experiencias comunes y distintas, de los padres y docentes, respecto al el uso de

cigarrillos electrónicos de los adolescentes. También, se analiza la experiencia del adolescente con este aparato, ya que, aunque no es legal para menores de edad, su uso es muy común. Por esto, la experiencia es conjunta y de la misma forma debe ser la campaña de concientización.

Evidencias

De acuerdo al NIDA (2018), los cigarrillos electrónicos, también conocidos como vaporizadores electrónicos, son dispositivos con los que se inhala vapor que comúnmente, aunque no siempre, contiene nicotina, saborizantes y otras sustancias químicas. Muchos de estos dispositivos tienen aspectos de plumas, USB o pipas, logrando confundir a los padres de familia y a los administradores y profesores de los planteles educativos. La mayoría se encuentra compuesto por un cartucho que contiene el líquido, el calentador y una boquilla que permite su fácil inhalación.

¿Cómo afecta el cerebro? Cuando una persona utiliza los cigarrillos electrónicos, la nicotina es absorbida de manera más rápida por la corriente sanguínea. Esto conlleva el aumento de la presión arterial, el ritmo respiratorio al igual que la frecuencia cardiaca. Recientemente en Estados Unidos, La Administración de Medicinas y Alimentos

de EE.UU. (FDA, por sus siglas en inglés), ha reportado 127 convulsiones u otros síntomas neurológicos posiblemente relacionados con el uso de los cigarrillos electrónicos desde el 2010 al 2019 (Azad, 2019). En agosto de 2019 se reportó la primera muerte asociada con el uso de cigarrillos electrónicos en Illinois, EE.UU. Esto nos lleva a tomar consideraciones más serias para prevenir su uso en jóvenes.

De acuerdo a la Gaceta Oficial Digital, mediante resolución No. 0415, de 2 de marzo de 2016, se prohíbe el uso de los sistemas electrónicos de administración o no de nicotina, en la República de Panamá. Pero, ¿Cómo, estando prohibido a nivel nacional, muchos de nuestros jóvenes a nivel de pre-media y media están utilizando los cigarrillos electrónicos? Pues, la respuesta es sencilla, existen maneras de ordenarlos en línea sin que nadie se percate de si eres o no estudiante, sin pedir mayor información sobre tu identidad. Al entrevistar a algunos estudiantes de un Colegio privado de la localidad, nos comentaron que tienen un distribuidor que una vez al mes les lleva los dispositivos a los estacionamientos del plantel y que, por ser de un tamaño tan pequeño y parecido a un dispositivo de almacenamiento, se les hace fácil hacer los intercambios dentro de los baños del colegio.

Esto nos lleva a nuestra siguiente pregunta: ¿Dónde consiguen el dinero para realizar la compra del dispositivo? Pues para nuestra sorpresa, los jóvenes de hoy en día son tan ingeniosos que han encontrado la manera de adquirir los dispositivos sin la necesidad de contar con efectivo. ¿Cómo es esto? Bueno, resulta fácil hacer intercambios de artefactos tales como juegos de PlayStation, relojes, y en algunos casos como lo mencionan los entrevistados, haciéndole las tareas a sus compañeros, por un par de días. ¡Pues vaya sorpresa con la que nos encontramos!

Campaña de concientización

Por lo antes mencionado, creemos que es importante crear conciencia por medio de una campaña, para que tanto padres, escuela y entorno en general, luchemos esta batalla contra estos artefactos que cada día más crean adicciones entre los jóvenes de nuestra sociedad.

Pero, ¿Cómo haremos esto? Pues primero debemos informar a la comunidad en general sobre qué es el cigarrillo electrónico, sus componentes y sus diferentes formas y aspectos. Mientras más información compartamos, mejor manejaremos las adicciones por uso de estos dispositivos.

Debemos compartir información sobre las ventajas y desventajas. Entre algunas

ventajas tenemos, un sabor más agradable, capacidad de permanecer en lugares públicos y espacios privados, ya que el olor de los cigarrillos electrónicos no es tan fuerte como el del tabaco y su fácil transporte ya que su tamaño permite cargarlo en todo momento sin ocupar mayor espacio.

Entre las desventajas se encuentran, el aumento de la presión sanguínea, el ritmo respiratorio y frecuencia cardíaca e inclusive la muerte. En primera instancia parece no ser nocivo, pero estudios indican que jóvenes que decían no fumar, se convierten más fácilmente en fumadores constantes luego de utilizar el cigarrillo electrónico por más de 6 meses.

Debemos como sociedad velar por que la ley que actualmente rige el no uso de estos artefactos sea respetada y acatada. Debemos ser más proactivos y, como padres, empezar a revisar los útiles escolares de nuestros hijos, sus mochilas al igual que sus pertenencias. Debemos conocer los lugares que frecuentan nuestros hijos y con quienes lo frecuentan. Una comunicación constante y abierta con nuestros hijos nos permite elevar la confianza de nuestros hijos y nos permite como padres transmitir la información requerida para mantenerlos lejos de los vicios.

A nivel escolar debemos crear programas y políticas claras referente al uso del cigarrillo

electrónico. La prevención temprana es nuestra mejor arma. El iniciar a fumar desde media, simplemente nos hace más propensos a enfermedades cardiorrespiratorias y al cáncer. El colapso de nuestro sistema respiratorio es más visible.

El hacer volantes, charlas, y continuar la vigilancia para proteger a nuestros jóvenes es imperante. Los profesores deben estar más presentes en los espacios abiertos y pocos vigilados del Colegio y a su vez hacer sentir su presencia. No debemos permanecer callados ante estas situaciones y la mejor manera de prevenir es empezar por uno mismo.

Conclusiones

El mercado de los cigarrillos electrónicos se ha ido expandiendo durante los últimos años. Estos artefactos de diferentes sabores y tamaños, con componentes de nicotina entre otros, son cada vez más aceptados entre los jóvenes de pre-media y media. Su negociación llega hasta el punto de intercambiar objetos personales para su fácil y rápida obtención.

Actualmente en Panamá, a pesar de ser prohibido por ley, su uso continúa y va en aumento. Un tema poco mencionado con anterioridad, se está viendo retomado con mucha más frecuencia debido a su

distribución entre los jóvenes y las consecuencias de salud que en otros países hemos empezado a ver. Su uso continuo y la idea errónea de que es menos nocivo que el tabaco, ha llevado a muchos jóvenes a padecer enfermedades respiratorias. La exposición a la nicotina durante la adolescencia puede ser perjudicial para el desarrollo cerebral, entre otros.

Como sociedad, debemos empezar a crear campañas de prevención masivas y trabajar tanto a nivel de escuelas, centros de salud y entorno en general, como también dentro de los núcleos familiares. La prevención empieza en casa y la comunicación constante con nuestros adolescentes nos lleva a crear conciencia y prevenir el uso de sustancias ilícitas, tales como los cigarrillos electrónicos.

Dentro de los planteles, debemos considerar tener profesores y maestros más proactivos y conectados con los estudiantes. Su presencia debe ser sentida y con tan solo mantenerse en constante monitoreo y visible en lugares donde se sabe que están ocurriendo los incidentes, disminuyen en gran cantidad la posibilidad del uso de los artefactos.

Bibliografía

Azad, A. (2019). La FDA investiga 127 informes de convulsiones relacionadas con vapeo. Recuperado de

<https://cnnespanol.cnn.com/2019/08/08/la-fda-investiga-127-informes-de-convulsiones-relacionadas-con-vapeo/>

Britt, R. (2019). The Emerging Dangers of Vaping. Recuperado de

<https://elemental.medium.com/the-emerging-dangers-of-vaping-c66676f5253a>

Córdoba, R. (2014). El desafío de los cigarrillos electrónicos. Recuperado de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656714000602>

Gaceta Oficial Digital. (18 de Marzo de 2016). Recuperado de

http://www.minsa.gob.pa/sites/default/files/publicacion-general/resolucion_0415_de_2_de_marzo_de_2016_gaceta_oficial_27992_de_18032016.pdf

NIDA. (2018). Cigarrillos electrónicos (e-cigs). Recuperado de

<https://www.drugabuse.gov/es/publicaciones/drugfacts/cigarrillos-electronicos-e-cigs>

Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Lucio, P. B. (2014). *Metodología de la investigación*. Mexico D.F, Mexico: McGraw-Hill Education.

U.S. Department of Health, and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease, Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health. (2016). E-Cigarette Use Among Youth And Young Adults: A Report of the Surgeon General — Executive Summary. Recuperado de https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/documents/2016_SGR_Exec_Summ_508.pdf.