

Análisis de las razones de los estudiantes universitarios de la FES Iztacala, UNAM, para fumar



Por Gabriela Sánchez Fabila
Roberto Moreno Colín
Cecilia Islas Vargas
Marcela López de la Cruz
José Luis López Gasco

Resumen

Fueron analizadas las razones o motivos que expresaron 584 universitarios de carreras estrechamente vinculadas al área de ciencias biológicas y de la salud, como fumadores todos ellos. Se aplicó una encuesta de 19 preguntas abiertas y cerradas. Entre los resultados destacables es que el número de fumadoras (56.7%), rebasó al de fumadores (41.2%). Las carreras a las que pertenecen los encuestados son Biología, Médico cirujano, Enfermería, Optometría con un 93.8% del total. Un 79.4% fuman de 1 a 2 cigarrillos al día, el efecto que tiene el fumar fue de relajación, disminuir el estrés, concentración, activar y evitar el sueño durante las clases. Un 44.8% señaló que fumar les quita el apetito o al menos algunas veces lo hace.

Palabras clave. Nicotina, tabaquismo, dependencia, emociones

Introducción

Existen diferentes hábitos compartidos en los jóvenes desde bachillerato hasta la universidad, entre los que se destacan el consumo de alcohol y de cigarros ambos estrechamente relacionados con su salud. Su estancia en la Universidad oscila entre 4 y 5 años dependiendo de la carrera, por lo que es un período de tiempo en el cual la interacción o socialización es inmanente. Las edades de 19 a los 24 años de edad se corresponden con los estudios de licenciatura lo que se estima en un 9% de la población nacional (Álvarez D.R.C. et al., 2019), en el 2020 el INEGI reportó un 12.2% de tal intervalo de edad. Es un porcentaje significativo, sobre todo cuando se han hecho algunas estimaciones donde se marca que en

nuestro país existen más de 16 millones de fumadores, que con un 45% de probabilidad padecerán alguna enfermedad respiratoria en los próximos diez años (Urdapilleta-Herrera E. del C et al (2010). Esto lleva a escenificar que los estudiantes fumadores que comiencen a ejercer profesionalmente empezarán a manifestar problemas entre los 31 y 34 años, lo cual mermará muchos aspectos de desarrollo personal integral.

El tabaquismo o hábito de fumar, es considerado tóxico e indudablemente tiene efectos negativos en la salud humana. Entre las enfermedades estrechamente relacionadas está el cáncer de pulmón, enfermedades cardiovasculares, bronquitis crónica, hipertensión arterial, accidentes cerebrovasculares, ulcera gastrointestinal, gastritis crónica, cáncer de laringe, cáncer bucofaríngeo, entre otras. El consumo de tabaco aumenta el riesgo de morir prematuramente en un 70% (Plan Nacional sobre drogas, España). Al tabaquismo se le atribuyen el 8.4% del total de muertes que se producen en México (IECS-Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria); esto nos lleva a que el tabaquismo es un problema de salud pública no solo de nuestro país sino mundial (Kuri-Morales et al, 2006; Gallardo et al, 2023; Bravo-Hernández N., Terry-Jordan, 2020).

Los cigarrillos hechos de tabaco (*Nicotiana tabacum*) una vez analizado la fase gaseosa, sólida y las partículas del humo, muestra cerca de 5000 componentes químicos empezando por la nicotina se reportan en la fase gaseosa: "CO, CO₂, acetona, acetonitrilo, acetileno, NH₃, dimetilnitrosamina, HCN, metano, propano, piridina, metil clorhidrato, metil furano, NOX, nitrospirrolidina, propionaldehído, 2-butano, 3-picolina, 3-binilpiridina, etc. De la fase de partículas se han aislado: nicotina, anilina,

benzopireno, catecola, hidracina, naftalina, metil naftalina, metil quinolinas, NNK, fenol, pireno, quinolona, stigmaterol, tolueno, "brea", 2-naftilamina, 4-aminopifenil, etc." Ruiz A. et al (2004), y donde, aunque parezca reiterativo los carcinógenos aislados como el pireno y la N´Nitrosornicotina, cancerígenos como la Dimetilnitrosamina, Etilmetilnitrosamina, Nitrosopirrolidina, entre otros

El tabaco contiene nicotina, un alcaloide muy adictivo y es un veneno poderoso de origen vegetal, su efecto es estimulante del sistema nervioso y aumenta la producción de adrenalina a su vez bloquea la transmisión de señales nerviosas, siendo de esta forma que las sensaciones de hambre, calor, dolor, frío quedan disminuidas. Cuando un fumador inhala el humo del tabaco, entre las variadas sustancias que recibe el cuerpo se encuentra la nicotina que viaja directamente de los pulmones a la sangre y en 7 segundos llega al cerebro, es una droga psicoactiva y un potente reforzador conductual capaz de producir severa dependencia química en el fumador tanto activo como fumador pasivo, actuando a bajas dosis como estimulante mejorando la capacidad mental y a altas dosis como sedante por el efecto depresor. En el cerebro de los fumadores, el número de receptores a la nicotina se incrementa de un 100 a un 300% en comparación con no fumadores. La nicotina se une a los receptores para la nicotina en el cerebro y estimula la liberación de dopamina elevando los niveles de ésta, ambos hechos relacionados con mayor abuso de drogas.

Hoy en día los factores se ven involucrados en el consumo del tabaco: edad, genética, tipo de familia, coetáneos, situaciones sociales, depresión, etc.

El tabaco hoy en día es usado como un cohesivo social, y el ser humano es un ente social, con necesidad imperiosa de pertenecer a un grupo social. Sentir aceptación, evitar la frustración, sentir la protección y pertenencia, aprender del ejemplo; tenemos a nuestra juventud consumiendo tabaco desde temprana edad. A esto le sumamos las necesidades personales o la falta de satisfactores y el tabaco es la puerta de entrada a diversas drogas, que son usadas para disminuir la soledad, el hambre, dolor, frío, la cantidad de nuevos consumidores se incrementa. Hace años los medios de comunicación anuncios publicitarios, eventos deportivos, y sitios de reunión (discotecas, cafés, restaurantes, antros) marcaban las pautas de género con consumo de tabaco, el famoso vaquero muy masculino en el campo arreando ganado, ropa específica y siempre fumando marcaba pautas de masculinidad. Y otros comerciales usaban el tabaco y la moda los escotes y vestidos, la forma de sentarse y sostener con delicadeza el cigarrillo marcando una feminidad llamativa. Las reuniones donde la manera de conseguir charla o ligar era pidiendo o regalando cigarrillos, canciones alabando el consumo de cigarrillos se introyecto en la mente de muchas personas, y tenemos aun el ejemplo de padres, madres, tíos, tías, abuelos que repiten estos patrones de conducta.

Los estudiantes universitarios son unidades bipsicosociales que se están formando como futuros profesionistas, con un amplio potencial de desarrollo personal y profesional, desempeñando acciones que repercutirán en diferentes ámbitos sociales y con diversa magnitud de impacto. Por ello, la intención es generar conciencia para que nuestros estudiantes se desenvuelvan en un contexto de salud, que, de acuerdo a la OMS, «La salud

es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». En ese entendido el propósito del este trabajo es complementar información respecto al tabaquismo en una dependencia de nuestra universidad y con ello generar al menos en parte conciencia de todo lo que implica involucrarse con una droga permitida como el tabaco.

Objetivo

Analizar las razones que inciden en el tabaquismo en universitarios de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM.

Metodología

El presente trabajo es un estudio transversal descriptivo con una muestra dirigida de 584 universitarios de las carreras de biología, enfermería, cirujano dentista, médico cirujano, optometría, y psicología aplicando una encuesta de 19 preguntas abiertas y de respuesta alternativa.

Las variables consideradas fueron: género, edad, carrera, y situaciones y actitudes hacia el estatus de fumar. El análisis de los datos es utilizando referentes como Dieterich (2005);Hernández et al (2007); Zapata (2005); Pick y Velasco (2007)

Resultados

Es mostrada una descripción de los principales resultados obtenidos a través de gráficas y la descripción correspondiente.

De la muestra considerada el 56.7% fueron mujeres y el 41.2% hombres, en una proporción de 1.4 veces las mujeres con respecto a los hombres. Las carreras con mayor porcentaje de encuestados fueron: Biología (71.1%), Enfermería (13.4%), Optometría (9.3%), quienes representaron el 93.8% de la muestra.(Fig. 1).

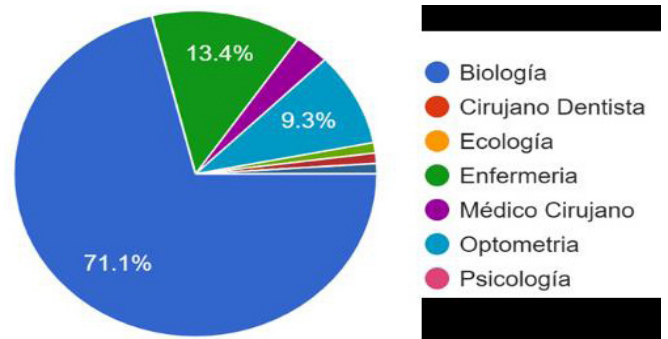


Fig. 1. Carreras principales a las que pertenecen los encuestados

La cantidad de cigarrillos que fuman oscilan de 1 a 2 (79.4%), 11.3% fuman de 3 a 5 y el 6.2% de 6 a 10 cigarrillos diarios. Si consideramos los porcentajes que integran de 1 a 5 cigarrillos, se alcanza el 90.7%. (Fig. 2).

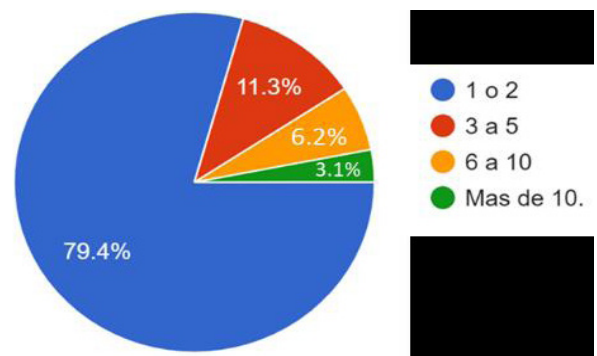


Fig. 2. Número de cigarrillos que fumas al día

El 59.8 de los encuestados mencionan que el fumar les ayuda a relajarse y un 5.2% para concentrarse, un 12.4% señala que los activa (Fig. 3).

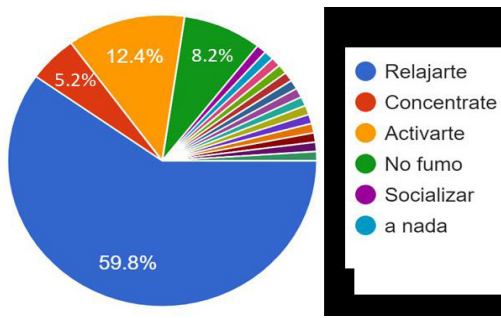


Fig. 3. Efecto que tiene el fumar en los universitarios.

El 74.2% manifestó que no tiene la necesidad de fumar a la mitad de una clase, mientras que el 17.5% manifestó que sí. El resto osciló en respuestas como a veces, cuando se está muy estresada o si da sueño. (Fig. 4).

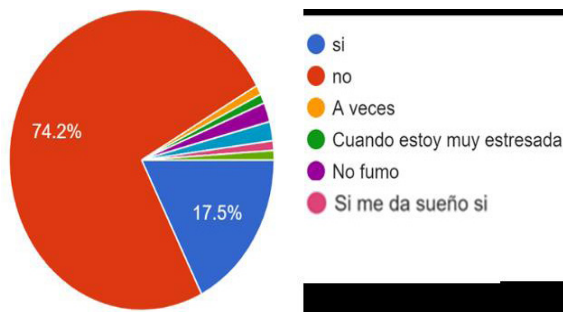


Fig. 4. Necesidad de fumar a la mitad de una clase.

El 84.5% de los estudiantes señalaron que el fumar no favorece el aprendizaje, mientras que el 15.5% indican que si les favorece. (Fig. 5).

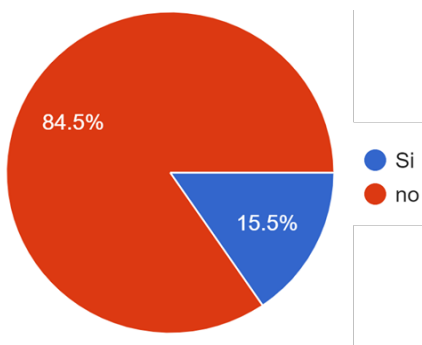


Fig. 5. Fumar favorece tu aprendizaje.

El 54.6% de los encuestados señala que fuma más cuando esta presionado, 15.5% cuando esta triste, y 10.3%, cuando está cansado. (Fig. 6).

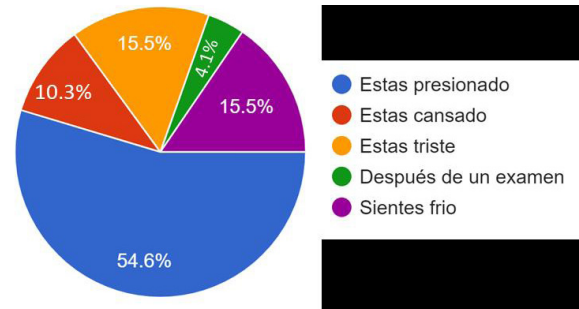


Fig. 6. Fumas más cuando...

El horario donde se fuma más es en la tarde noche, con el 89.7% (Fig. 7).

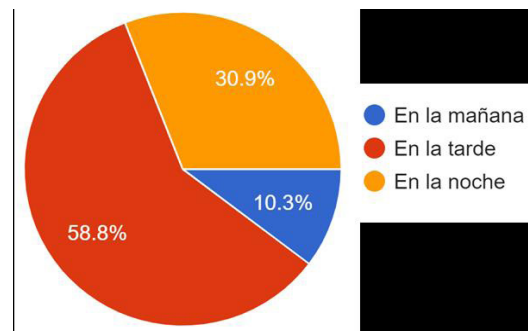


Fig. 7. Horario en el que más se fuma.

Un 55.2% indicó que el fumar no le quita el apetito y un 26% señaló que a veces si lo hace, mientras que un 18.8% mencionó que si le quita el apetito. (Fig.8).

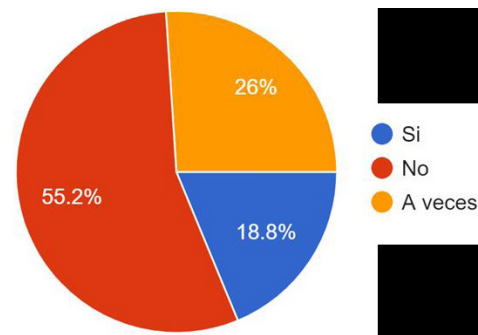


Fig. 8. El fumar quita el apetito.

Los encuestados indicaron que no han intentado dejar de fumar, mientras que un 64.5% si lo han hecho. (fig. 9)

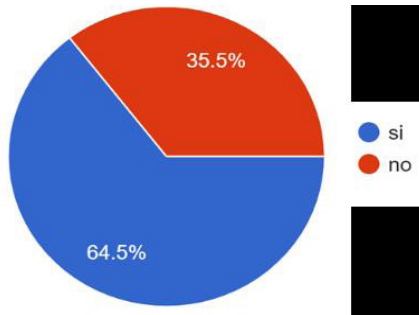


Fig. 9. ¿Has intentado dejar de fumar?

Tabla 1. Aspectos relevantes respuesta en diferentes rubros. (Se consideran respuestas que no necesariamente corresponden con porcentajes altos de respuesta⁹).

Efecto que tiene fumar en los universitarios	Relajarse, concentrarse, activarse, socializar, distraer.
Necesidad de fumar a la mitad de la clase	Cuando hay mucho estrés, si da sueño
Fumas más cuando...	Está presionado, cansado, triste, después de un examen.
Sensación que causa el fumar.	Relajación, disminuye ansiedad, seguridad y tranquilidad, da energía, alivio, seguridad social, culpa, concentración y enfoque.

Puede observarse la gama de aspectos que entran en juego para los fumadores, entre lo que se menciona el estrés, relajamiento y emociones y sentimientos.

Análisis y discusión

Los datos muestran aspectos similares respecto a otros estudios sobre el tema, hechos

en otros lugares y otros tiempos, por ejemplo Choque y Arias(2017) reportaron en su estudio sobre la relación del consumo de cigarrillos con el rendimiento académico en estudiantes universitarios, todos fumadores, que el 40.52% fueron varones y el 59.48% mujeres, lo cual es aproximado a lo encontrado en este estudio, donde el 56.7% fueron mujeres y el 41.2% hombres, en una proporción de 1.4 veces las mujeres con respecto a los hombres. En cuanto a quien fuma más, si hombres o mujeres, hay diferencia en cifras en los diferentes reportes, por ejemplo, en 2015 se señalaba que el 13.6% de las mujeres adultas y el 16.7% de los hombres, fumaban cigarrillos (NIDA,2023). El INMujeres (2023) reporta la prevalencia de fumadores por sexo es de 27.1% en hombres y 8.7% en mujeres, mostrando de nuevo, la discrepancia entre los reportes donde las mujeres fuman más que los varones.

Aparentemente los porcentajes reflejan parte de las características de las instituciones, lo que se ve en lo que reportaron Castañeda y Romero (2014) alrededor de un 16% fumaban de manera habitual, remarcando que las chicas fumaban más de manera ocasional y los fines de semana.

Las carreras a las que pertenecen los encuestados, están ubicadas en ciencias biológicas y de la salud, como biología, cirujano dentista, enfermería, optometría, psicología, predominando en este estudio los estudiantes de Biología (71.1%). Es factible suponer que como estudiantes de estas áreas, la tendencia al tabaquismo sería hacia cero, no obstante parece que hay una relación con el habito de fumar adquirido antes incluso de llegar a la universidad y que los fumadores universitarios fuman por otros aspectos, sin estar conscientes de su implicación con la salud, en algunos

casos por imitación, o para tener un sentido de pertenencia al grupo en el que están inmersos o por curiosidad; también por influencia de sus amigos o parejas e incluso la familia, aunado a las emociones que el tabaco les genera, sin estar conscientes de las implicaciones que tiene el tabaquismo en su salud, lo cual es paradójico. (Hernández, et al, 2012).

La cantidad de cigarrillos fumados diariamente es de 5.8, como promedio en adolescentes, en las mujeres 6.3 cigarros y en los varones 5.4 (INMujeres,2023), lo cual varía en el tiempo, en 2011 eran 6.6 cigarros al día, en 2016, 7.4 cigarros diariamente. En este estudio el 79.4% fuma de 1 a 2 cigarros diariamente, lo cual los ubica como fumadores leves (consumen menos de 5 cigarros diarios), de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2003), citado en Londoño et al (2011). Hernández et al (2006) reportó que los fumadores y exfumadores fumaban de 1 a 5 cigarros al día en un 48.5%.

Podemos señalar que dado que un 74.2% de los encuestados manifestó que no tuvo necesidad de fumar a la mitad de una clase, esto se puede asociar a una baja dependencia al tabaco, como lo señala León et al (2020).

El fumar no favorece el aprendizaje según los encuestados (84.5%) versus el 15.5% que señala que si le favorece. Este es un tema de polémica, pues algunos fumadores perciben que aprenden más si fuman, esto se explica en parte porque los efectos de la nicotina como estimulante conllevan a un aumento de la atención, mejora de la memoria y decrementa la irritabilidad, no obstante si hay alta dependencia hacia la nicotina, esta puede accionar como un bloqueante de la transmisión nerviosa ganglionar, lo que puede llevar a irritabilidad, nerviosismo y falta de concentración, aspectos

no favorecedores del aprendizaje. (Aguilar, J.2023). Otros investigadores como Redolat, et al (1994), señalan que en las evaluaciones sobre el efecto del tabaco en varias tareas cognitivas han conducido a resultados contradictorios, pareciera que la nicotina produce una mejoría en la ejecución de varias tareas cognitivas de procesamiento de información, aunque se han reportado resultados opuestos. Lewis et al (2021), encontraron que fumar se asocia más con el rendimiento del aprendizaje verbal en las mujeres, acompañado de enfermedades cardiovasculares, lo cual en la edad adulta puede afectar el aprendizaje verbal en esta etapa de la vida del ser humano.

Porcentajes de respuesta significativos, hacen alusión a que se fuma más cuando hay presión, estar triste, cansado o después de un examen (lo cual, dependiendo de su desempeño, puede generar varias emociones). Tocar estos aspectos implica también abrir el abanico donde se le considere al ser humano como unidad biopsicosocial, donde el componente psíquico y el social son determinantes en su desenvolvimiento e interacción con los demás seres humanos, aquí entra en juego la pertenencia a diversos grupos sociales, en contextos culturales diferentes. En el intervalo de edades de los fumadores encuestados se está conformando su carácter y personalidad y dada la versatilidad de los seres humanos, la adolescencia puede verse un poco desfasada. Para una gran cantidad de adolescentes lo más importante es que percepción de ellos tienen sus compañeros o iguales y se torna relevante pertenecer al grupo, si es excluido se manifestarán estrés, frustración, tristeza, ira, etc. (Santrock,2003). Los universitarios fumadores comparten un período de tiempo que puede considerarse desde los 15 a los 25 años, período en el que los jóvenes

son susceptibles y vulnerables a diversas influencias tanto de los seres humanos como de los cambios del entorno donde se desenvuelven. Por ejemplo Salazar y Arrivillaga (2004) mostraron como el estilo de vida de los universitarios, está estrechamente relacionado con la tendencia al tabaquismo. Encontraron los ambientes no saludables o poco saludables favorecen la tendencia hacia el tabaquismo o a la ingestión de otras drogas, se desenvuelven en prácticas no saludables o poco saludables, con el consiguiente impacto en su desarrollo personal. Algunas de las practicas no saludables son una alimentación inadecuada, ingesta de alcohol, drogas y tabaco, sus creencias no aluden a los aspectos positivos de la salud.

En cuanto a la disminución del apetito al fumar, se reporta que la nicotina activa el área cerebral que controla el hambre, la nicotina es de las drogas más adictivas reportadas junto con la cocaína y la heroína. (Corvalan, 2017), en este caso el 44.8% mencionó que les quita el apetito o al menos algunas veces lo hacen. Hay jóvenes universitarios cuya condición económica los lleva a optar por fumar pues no tienen los recursos para obtener alimentos.

Dejar de fumar no es un proceso sencillo, sobre todo cuando hay alta dependencia a la nicotina. Esta sustancia tiene acciones directas e indirectas sobre la acetilcolina, noradrenalina, dopamina, serotonina y algunos opiáceos endógenos, que como neurotransmisores inciden en una amplia gama de funciones en el cuerpo humano y también con una diversidad de alteraciones en la salud humana.

Fumar es un habito que irremediablemente esta cargado de problemas de diferente índole, de gravedad en diferentes niveles, pero que sin excepción se manifestarán alteraciones en

la salud de los jóvenes y mucho más agresivos si se comenzó a fumar desde muy joven. Son muchos los factores que influyen en la incidencia y continuidad del tabaquismo, como los factores sociales, personales, académicos que de una manera u otra influirán en los jóvenes para optar o no por fumar. No obstante, el trabajo de concientización sobre este problema donde se involucren varias instancias contribuirá al menos a disminuir las prevalencias de fumar registradas.

Conclusión

Fueron analizadas las razones o argumentos asociados al tabaquismo o hábito de fumar en universitarios de la FES Iztacala, resaltando aspectos como los siguientes: el efecto que tiene el fumar en los estudiantes manifestó diferentes aspectos asociados a las emociones, estrés, socialización y relajación, que aunque algunos de ellos se manifestaron en porcentajes muy bajos, nos llevan a suponer que están ahí, potencialmente manifiestos. Se menciona el vínculo entre el apetito y el fumar cigarros, dejando tentativa una investigación con más detalle sobre ello, por la implicación que tiene la desnutrición y el consumo de tabaco, con sus consecuencias respectivas.

Referencias Bibliográficas

- Álvarez D.R.C. et al. Acceso a educación superior como derecho humano fundamental: México 2010-2016. Revista Venezolana de Gerencia, 2019, vol. 2, pp 1-11)
- Choque V. R. y Arias G.W. La relación del consumo de cigarrillos con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. PsiqueMag Vol.6, No. 1, 2017.

- Gallardo Carrasco José, Sánchez Hernández Ignacio, Almonacid Sánchez Carlos. Planta del tabaco. composición fisicoquímica del humo del tabaco. patología asociada a su consumo. https://www.neumomadrid.org/wp-content/uploads/monogvii_2_planta_del_tabaco_composicion.pdf
 - Consultado el 12 de marzo de 2023:
 - Bravo-Hernández N., Terry-Jordan Y., ¿Es el hábito de fumar un factor de riesgo o una enfermedad?. Revista Información Científica, vol. 99, núm. 6, pp. 512-514, 2020, Universidad de Ciencias Médicas Guantánamo
 - NIDA. 2020, Junio 2. ¿Hay diferencias entre hombres y mujeres a la hora de fumar?
 - Recuperado de <https://nida.nih.gov/es/publicaciones/serie-de-reportes/adiccion-al-tabaco/hay-diferencias-entre-los-sexos-al-fumar-tabaco> en 2023, Marzo 2023
 - Hernández Hernández, N., Yáñez Lozano, Ángeles, Mirón Téllez, N., Antonio González, G., Carreón Reyes, A. K., Munguía Reyes, J. J., & Landeros Olvera, E. (2012). Análisis cualitativo del hábito de fumar en estudiantes del área de la salud. Horizonte De Enfermería, 23(1), 41-50. https://doi.org/10.7764/Horiz_Enferm.23.1.41
 - Inmujeres (Instituto Nacional de las Mujeres)(2023) .Consumo de tabaco. Sistema de indicadores de género. Recuperado de <http://estadistica.inmujeres.gob.mx/formas/tarjetas/Tabaco.pdf>, 22 marzo 2023.
 - Londoño P.C.; Rodríguez R.I.; Gantiva D. C. A. (2011). Cuestionario para la clasificación de consumidores de cigarrillo (C4) para jóvenes. Revista Diversitas. Perspectivas en Psicología. Vol. 7, No. 2, pp. 281-291
 - Hernández J.; 1, Guevara C.L.; García M. F.; Tascón E. J. (2003). Hábito de fumar en los estudiantes de primeros semestres de la Facultad de Salud: Características y percepciones. Colombia Médica Vol. 37 N° 1, pp. 31-38
 - León F.-J. et al (2020). Consumo de tabaco en estudiantes universitarios: motivación a la cesación y dependencia. REVISTA LASALLISTA DE INVESTIGACIÓN-Vol. 17 No 1-2020, pp. 128-142
 - Redolat I. R.; Carrasco P.M.C.; Simón P. V. M. (1994). Efectos cognitivos de la nicotina y el tabaco en sujetos humanos. Psicothema, vol. 6, No. 1, pp. 5-20
 - Aguilar J. (2023). Efectos de la nicotina. Recuperado 22 marzo 2023. <https://www.uv.es/~jaguilar/curioso/nicotina.html#:~:text=Como%20estimulante%20produce%20un%20aumento,siente%20la%20necesidad%20de%20fumar.>
 - Lewis C.R. et al (2021) Smoking is associated with impaired verbal learning and memory performance in women more than men. Scientific Reports. 11 pp.:1-13
 - Santrock J. W. (2003). Psicología del desarrollo en la adolescencia. 9ª edición McGraw Hill, México
 - Corvalán B. M. P. (2017) El tabaquismo: una adicción. Rev Chil Enferm Respir ; 33: 186-189
 - Campo A. A. (2002) Dependencia de nicotina aproximación a su manejo farmacológico. revista colombiana de psiquiatría / vol. xxxi / nº 1, pp. 67-72
-
- Sánchez Fabila Gabriela; Moreno Colín Roberto, Cecilia Islas Vargas; Marcela López de la Cruz; José Luis López Casco
FES Iztacala, UNAM