

Col·lectiu BRONCA (Bronquis Cabrejats)

Material didàctic per a la prevenció del tabaquisme a l'ESO

Octubre de 2000

Material per al professor/a

Realitzat per l'Equip de Prevenció de Drogodependències de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet.

DL: B-47.734-2000

Correcció lingüística: CNL L'Heura

Dibuixos i disseny: laNegra

Agraïments:

El resultat final del material ha estat possible gràcies al seguiment acurat del material i de la seva aplicació que, des del començament, ha fet l'equip de primer cicle de l'ESO de l'IES La Bastida. L'equip de tutories de 2n d'ESO de l'IES Can Peixauet també l'ha experimentat, i ens han fet suggeriments. S'ha comptat amb la supervisió i col·laboració de la Marta Calero (Departament de Sanitat de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet). La Mayka Casado i la M^a Carmen Bermúdez han participat en la realització.

INTRODUCCIÓ

Col·lectiu BRONCA (Bronquis Cabrejats) és un material didàctic per fer prevenció del tabaquisme a l'ESO. El curs més apropiat per aplicar-lo és 2n, ja que és l'edat més habitual d'inici a l'hàbit. Es pretén que l'alumne arribi a valorar de forma positiva l'abstinència al tabac, després de considerar tot l'entramat d'aspectes relacionats amb la producció, la difusió i l'ús.

Malgrat Col·lectiu BRONCA és una creació de l'Equip de Prevenció de Drogodependències, al material de l'alumnat apareix com un grup independent. Això s'ha fet per evitar les possibles reticències que pugui provocar en població jove un material de l'*administració*.

Diversos estudis indiquen que les intervencions en temes de drogues fonamentades en la por i l'alarmisme no només poden resultar ineficaces, sinó fins i tot contraproductes. Per aquest motiu, el material és informal, per intentar fer més atractius i propers els continguts i les actituds encaminades a la prevenció del tabaquisme.

S'ha fet tenint en compte les característiques més comunes de l'adolescència. Intenta emprar arguments joves –i no adults- per fomentar l'abstinència, mitjançant l'ús d'un llenguatge molt pròxim a l'alumnat. A més, inclou situacions quotidianes i familiars que permeten treballar des de la seva realitat.

El tema s'aborda per mitjà de diverses activitats breus i gràfiques, per fer de l'educació per a la salut una tasca interessant i dinàmica. S'empren metodologies didàctiques diverses i es fomenta sempre la implicació i participació activa de l'alumnat.

S'ha posat molta atenció en evitar un plantejament sexista. Tanmateix, algunes activitats s'adrecen especialment a un sol gènere. A diferència d'altres èpoques, les noies han de ser la població diana preferent ja que el consum del tabac entre elles continua en línia ascendent, mentre que entre els nois no hi ha hagut gaire variacions.

SENSE VOLER SER CATASTROFISTES, LA REALITAT ÉS AQUESTA

El consum de tabac és la principal causa de mort prematura a l'Estat espanyol i, alhora, la que millor es pot prevenir. Produeix el 14% de totes les morts del nostre país.

Provoca càncer de pulmó, de gola, d'esòfag, de pàncrees, de bufeta i de ronyó. Així mateix, el tabac és el responsable de la malaltia pulmonar obstructiva crònica i d'una gran part de les malalties cardiovasculars.

El tabac conté més de 3.000 substàncies químiques, però les més nocives per a la salut són:

- La nicotina: causa l'addicció.
- El monòxid de carboni: passa a la sang i redueix la capacitat per transportar oxigen als teixits.
- El quitrà: transforma en canceroses les cèl·lules dels òrgans directament exposats al fum del tabac.

El tabaquisme és la pitjor epidèmia que existeix actualment a escala mundial, però contràriament a altres malalties, es pot prevenir evitant-ne el consum o deixant l'hàbit.

“Pel que fa a la prevenció, el que encara es pot canviar no és la mortalitat actual dels fumadors anteriors, sinó la mortalitat futura provocada per les pautes actuals del tabaquisme. El 1990 a escala mundial hi va haver al voltant de 3 milions de morts per tabac, i cap al 2000 probablement seran 4 milions l'any, amb 2 milions en països desenvolupats i aproximadament 1 milió a la Xina. La mortalitat mundial per tabac encara està, tanmateix, augmentant ràpidament, en part pel creixement de la població, però principalment els grans augments anteriors en el consum del tabac de les dones joves en els països desenvolupats, i dels homes joves a tot arreu, causaran grans augments en la mortalitat quan els adults joves d'avui arribin a mitjana edat. Tornant de la escala mundial a la individual, aproximadament la meitat de tots els fumadors empedreïts morirà eventualment a causa del seu hàbit, però si ho deixessin, aquesta xifra es reduiria molt.”

Richard Peto (1998), Universitat d'Oxford.

CONTINGUTS

Fets i conceptes

- Efectes de fumar en la salut
- Components d'una cigarreta
- Economia a l'entorn de la venda de tabac
- Manipulació de les empreses tabacaleres
- Despeses relacionades amb fumar
- Pressió de grup

Procediments

- Lectura de textos
- Síntesi d'idees importants
- Redacció
- Experimentació amb el fum
- Resolució de situacions pràctiques
- Debat conduït
- Realització d'un sondeig
- Recull de materials
- Anàlisi de publicitat
- Càlcul de despeses
- Resolució d'un test
- Disseny d'accions preventives

Valors, normes i actituds

- Valoració positiva de no fumar
- Preocupació per la pròpia salut
- Esperit crític davant l'actitud de les multinacionals tabaqueres
- Defensa d'espais lliures de fum
- Presa de posició davant la pressió per fumar
- Respecte envers la decisió dels altres i la pròpia

OBJECTIUS

- Evitar o retardar l'edat d'inici del tabaquisme
- Adquirir informació sobre el tabac i les conseqüències del seu ús
- Prendre una decisió pel que fa al consum de tabac
- Adoptar una posició crítica davant les diferents pressions per fumar
- Resoldre situacions i/o conflictes relacionats amb el tabac

ÚS DEL MATERIAL

Les activitats estan agrupades en quatre blocs (pàgines 1-2, 3-4, 5-6 i 7-8). Tanmateix, cada activitat es pot treballar independentment; no és necessari haver fet les anteriors. No cal seguir cap ordre específic.

Està dissenyat de forma que el professor o la professora, fàcilment, pugui fer una selecció de les activitats que més responen als objectius que es marca a l'aula.

Es recomana donar prioritat a la resolució de situacions pràctiques en format còmic (*I vosaltres què faríeu?*). La informació i la predisposició que tinguin noies i nois davant el fet de fumar pot no ser efectiva si no disposen d'estratègies de confrontació enfront de situacions quotidianes de pressió per a ús del tabac.

Es poden seguir dos models per tractar els temes de manera preventiva:

- Transversal –treball simultani en diferents àrees.
- Longitudinal –treball extensiu a les tutories o a un crèdit d'educació per a la salut.

Distribució d'activitats per àrees

Si s'escull aquesta modalitat, hi ha una certa flexibilitat pel fet que algunes activitats es poden emprar en més d'una àrea. La distribució pot ser la següent:

ÀREES	PÀG	ACTIVITATS
Llengua catalana i Literatura	1	1. Per flipar: Colon, el detergent que neteja més blanc
	3	2. Per flipar: «Algunes autoritats adverteixen que el tabac millora seriosament la seva economia»
	4	2. I vosaltres què faríeu?
	6	3. I vosaltres què faríeu?
	7	4. Per flipar: Vivo sin vivir en mí y muero porque no muero
	7	4. Test: Pots acabar fumant?
Llengua castellana i Literatura	2	1. I vosaltres què faríeu?
	8	4. I vosaltres què faríeu?
Matemàtiques	5	3. Sondeig
	6	3. Gimnàstica <i>€</i> peïsta: Un <i>€</i> al dia...? Buf...
Ciències socials	1	1. Per flipar: Colon, el detergent que neteja més blanc
	3	2. Per flipar: «Algunes autoritats adverteixen que el tabac millora seriosament la seva economia»
	4	2. Gimnàstica polèmica: Silenci, comença la discussió
	5	3. Per flipar: No pensis... Deixa't portar... Compra...
	7	4. Per flipar: Vivo sin vivir en mí y muero porque no muero
Ciències experimentals	1	1. Dibuixet: L'striptease (tarara, tararaaa...)
	2	1. Gimnàstica culinària
	3	2. Anatomia d'una noia fumadora
Educació visual i plàstica	2	1. I vosaltres què faríeu?
	4	2. I vosaltres què faríeu?
	5	3. Per flipar: No pensis... Deixa't portar... Compra...
	6	3. I vosaltres què faríeu?
	8	4. Gimnàstica preventiva (i inventiva): S'obre la campanya electoral
	8	4. I vosaltres què faríeu?

Si s'ha fet la intervenció per àrees, és interessant fer una sessió final de conclusions per relacionar els diferents continguts i actituds que s'han tractat. Les tutories poden ser un bon espai.

ELS OBJECTIUS COL-LATERALS

A més dels objectius relacionats amb la prevenció o l'abandonament del tabaquisme, el material en treballa altres de manera col·lateral. Aquests són els seus continguts:

VALORS, NORMES I ACTITUDS	PÀG	ACTIVITATS
Preocupació per la realitat de les cultures indígenes	1	1. Per flipar: Colon, el detergent que neteja més blanc
Defensa del medi ambient	1	1. Dibuihet: L'striptease (tarara, tararaaa...)
Rebuig a la resolució dels conflictes mitjançant les armes	1	1. Per flipar: Colon, el detergent que neteja més blanc
Consciència de l'explotació del Nord als països del Sud	1	1. Dibuihet: L'striptease (tarara, tararaaa...)
Preocupació per la implicació de l'administració en la defensa de la salut	3	2. Per flipar: «Algunes autoritats adverteixen que el tabac millora seriosament la seva economia»
Actuació en contra de l'explotació infantil	3	2. Dibuihet: Anatomia d'una noia fumadora
Implicació en la salut dels altres	4	2. Gimnàstica polèmica: Silenci, comença la discussió
	7	4. Per flipar: Vivo sin vivir en mí y muero porque no muero
Postura crítica davant la manca d'ètica de l'economia de mercat	5	3. Per flipar: No pensis... Deixa't portar... Compra...
Actitud solidària davant els països del Sud i participació en ONG de solidaritat	5	3. Per flipar: No pensis... Deixa't portar... Compra...
	6	3. Gimnàstica €peïsta: Un € al dia...? Buf...
Posició crítica davant la publicitat	5	3. Per flipar: No pensis... Deixa't portar... Compra...
	8	4. Gimnàstica preventiva (i inventiva): S'obra la campanya electoral
Visió positiva de la gent gran	7	4. Per flipar: Vivo sin vivir en mí y muero porque no muero

AVALUACIÓ

El professorat disposa de dos qüestionaris individuals:

- L'inicial: útil per conèixer el punt de partença del tractament preventiu –la realitat del grup amb què es treballa– i per adaptar la intervenció a la població diana. A més, ha de servir com a pretest per comparar-lo amb el qüestionari final.
- El final: permet avaluar l'impacte de la intervenció que s'ha dut a terme – evolució i adquisició d'informació i habilitats–, i saber l'opinió de l'alumnat pel que fa al material i l'activitat.

Les preguntes pretest i postest són les numerades de la 1 a la 10.

Qüestionari inicial

Aquí tens unes quantes preguntes sobre el tabac, per què donis la teva opinió. Només has de marcar una resposta per enunciat.

-
1. Estàs d'acord amb què es faci publicitat del tabac?.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
2. És fàcil fumar 5 o 10 cigarros al dia?
1. No.
 2. Només al començament.
 3. Sí.
 4. No ho sé.
-
3. Fumant es fan col·legues.
1. Totalment en desacord.
 2. Una mica en desacord.
 3. Una mica d'acord.
 4. Totalment d'acord.
-
4. Fumar fa ser més atractiu/va o interessant.
1. Totalment en desacord.
 2. Una mica en desacord.
 3. Una mica d'acord.
 4. Totalment d'acord.
-
5. Si no vols fumar i algú que et mola t'ofereix un cigarro, l'agafaries?
1. Segur que no.
 2. Em sembla que no.
 3. Em sembla que sí.
 4. Segur que sí.
-
6. Creus que el tabac és tant perjudicial per a la salut com diuen?
1. Segur que no.
 2. Em sembla que no.
 3. Em sembla que sí.
 4. Segur que sí.
-
7. Les persones fumadores viuen els mateixos anys que les que no fumen.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
8. Penses que veritablement a les persones no fumadores li afecta el fum del tabac?
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
9. Les multinacionals tabaqueres intenten manipular els joves perquè comenceu a fumar?.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
10. El negoci del tabac afavoreix els països empobrits.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
- a) Has fumat alguna vegada a la teva vida?
1. No.
 2. Sí.
-
- b) Has fumat alguna vegada en els últims 30 dies?
1. No.
 2. Sí. Amb quina freqüència?
 - Menys d'una vegada a la setmana.
 - Una o més vegades a la setmana.
 - Cada dia.
-
- c) Et molesta el fum del tabac?
1. No.
 2. Sí.
-
- d) Fumar està de moda?
1. Penso que no.
 2. Penso que sí.
-

Qüestionari final

Recorda que només pots marcar una resposta per enunciat, llevat de les dues últimes preguntes que són obertes.

-
1. Estàs d'acord amb què es faci publicitat del tabac?.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
2. És fàcil fumar 5 o 10 cigarros al dia?
1. No.
 2. Només al començament.
 3. Sí.
 4. No ho sé.
-
3. Fumant es fan col·legues.
1. Totalment en desacord.
 2. Una mica en desacord.
 3. Una mica d'acord.
 4. Totalment d'acord.
-
4. Fumar fa ser més atractiu/va o interessant.
1. Totalment en desacord.
 2. Una mica en desacord.
 3. Una mica d'acord.
 4. Totalment d'acord.
-
5. Si no vols fumar i algú que et mola t'ofereix un cigarro, l'agafaries?
1. Segur que no.
 2. Em sembla que no.
 3. Em sembla que sí.
 4. Segur que sí.
-
6. Creus que el tabac és tant perjudicial per a la salut com diuen?
1. Segur que no.
 2. Em sembla que no.
 3. Em sembla que sí.
 4. Segur que sí.
-
7. Les persones fumadores viuen els mateixos anys que les que no fumen.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
8. Penses que veritablement a les persones no fumadores li afecta el fum del tabac?
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
9. Les multinacionals tabaqueres intenten manipular els joves perquè comenceu a fumar?.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
10. El negoci del tabac afavoreix els països empobrits.
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
- a) Trobes que els companys/es del curs vinent haurien de fer aquestes activitats?.
1. No.
 2. Sí..
 3. No ho sé.
-
- b) El Col·lectiu BRONCA t'ha ajudat a plantejar-te què vols fer davant el tabac?
1. No.
 2. Sí.
 3. No ho sé.
-
- c) Què t'ha aportat aquest material?
-
- d) Dóna'ns alguna idea interessant per recollir-la en properes edicions. Què canviaries?
-