
HABITOS TOXICOS EN INGRESANTES A LA CARRERA DE MEDICINA

Dr. Leandro José Alberto Galarza, Dr. Nadir Emanuel Esteche Candia,
Dra. Miriam Beatriz Aragües Aguirre, Wanda Rebeca Galarza

RESUMEN

El tabaquismo es uno de los problemas más importante de la salud pública a tal punto que la OMS la define como una "pandemia silenciosa" que afecta a más de 1,1 billón de personas a nivel mundial. Con respecto al consumo de alcohol es bien conocida la relación de este con el aumento de la morbilidad, no obstante es una conducta ya establecida en nuestros jóvenes y con una tendencia creciente.

OBJETIVOS: determinar la prevalencia y frecuencia del hábito tabáquico y la ingesta de alcohol en la población estudiada; establecer los motivos de inicio y las circunstancias por las que fuman; inquirir sobre el tipo de bebida y las circunstancias por las que ingieren alcohol.

MATERIALES Y METODOS: Se evaluó al azar una muestra de 420 estudiantes que cursan la materia introducción a las ciencias medicas, que corresponden al 20% del total, a los que se le aplicó una encuesta referida al consumo de tabaco y la ingesta de alcohol.

RESULTADOS: Se encontró que 156 (37,19%) estudiantes fuman, donde 67 (42,86%) son varones y 89 (57,14%) son mujeres; mientras que 235 (55,94%) individuos ingieren alcohol. Se encontró que 61,53% de los fumadores consume menos de 10 cigarrillos por día y las principales circunstancias por las que fuman son: situaciones de tensión en 89 individuos (56,97%); cualquier circunstancia del día 87 (56,13%) sujetos; reuniones sociales 61 (39,32%) sujetos. Existe una relación elevada entre la ingesta de alcohol y la idea de diversión en 164 (70,53%) sujetos. De estos 117 (71,05%) individuos son mujeres.

Palabras claves: Tabaquismo, Consumo de alcohol; Situaciones de tensión, idea de diversión.

SUMMARY:

The smoking is one of the most important problems of the health publishes to such extent that the WHO defines it as a "pandemia silent" that affects to but of 1,1 billion of persons to world level. With respect to the alcohol consumption the relation is well

well-known of this with the increase of the morbimortalidad, despite it is a conduct already established in our young people and with an increasing tendency.

OBJECTIVES: to determine the prevalence and frequency of inhabit tabaquico and the alcohol ingestion in the studied population; to establish the reasons for beginning and the circumstance by which they smoke; to inquire on the type of drink and the circumstances by which they ingest alcohol.

I at random evaluate a sample of 420 students who attend the matter introduction to medicas sciences, that they correspond to 20% of the total, to that I am applied to a survey referred to the tobacco consumption and the alcohol ingestion to him.

RESULTS: was found that 156(37,19%) students smoke, where 67 (42,86%)son males and 89 (57,14%) are women; while 235(55,94%) individuals we consume alcohol. It was found that 61,53% of the smokers consumes less than 10 cigarettes for day and the main circumstances by the ones that smoke are: situations of tension in 89 individuals (56,97%); any circumstance of the day 87(56,13%) subjects; social meetings 61(39,32%) subjects. A high relation exists among the ingesta of alcohol and the idea of diversion in 164(70,53%) subjects. Of these 117(71,05%) individuals are women.

Key words: Smoking, Consumption of alcohol; Situations of tension, idea of diversion.

INTRODUCCION

Se puede considerar un riesgo para la salud cualquier factor que aumente la probabilidad de que se produzca un resultado sanitario adverso. Dentro de los riesgos de salud que causan la mayor morbilidad a nivel mundial se encuentran sin lugar a dudas el tabaquismo y el alcoholismo ^(1, 2).

Actualmente el abuso del tabaco es uno de los problemas más importantes de la salud mundial, siendo para la OMS la causa más importante de muerte anticipada evitable del

mundo occidental En Argentina el 40,4% de la población tiene este hábito ocupando el segundo lugar en Sudamérica después de Venezuela. Diversos estudios muestran que uno de cada tres médicos fuma en nuestro país (3); mientras que en países como el Reino Unido solo el 12% de los médicos tiene este hábito, en Suecia el 6% y en EE.UU el hábito descendió del 18,8% al 3,3% ^(4 - 6).

Se calcula que aproximadamente 62 millones de personas han fallecido, entre 1950 y 2000, por alguna enfermedad derivada del

consumo de tabaco y un 25% de estas muertes ocurrieron en países mal preparados para soportar dicha carga sanitaria y económica tan adversa^(7, 8). El 25% de los fumadores muere o tiene alguna discapacidad a causa del tabaco en los años de máxima productividad. Por todo lo dicho anteriormente, sumado a que mundialmente aumento el consumo de cigarrillo per capita, pero a expensas de países en desarrollo (como el nuestro), mientras que en los países desarrollados disminuyó la prevalencia, nos debe poner en alerta más que nunca sobre la magnitud del problema ya que las tabacaleras multinacionales centran todos sus esfuerzos en este nuevo mercado que va creciendo día a día, siendo su objetivo principal nuestros jóvenes^(9,10).

En cuanto al consumo de alcohol se observo que es una conducta ya establecida en nuestros jóvenes y con una tendencia creciente. En Argentina hay aproximadamente 2,5 millones de alcohólicos abusadores, de éstos 175.000 son tomadores compulsivos y 125.000 son alcohólicos dependientes. A nivel nacional, las estadísticas indican que alrededor de un millón de chicos entre 12 y 15 años, probaron alcohol ó lo consumen regularmente.

En nuestro país la bebida preferida de los adolescentes es la cerveza, con un consumo per capita estimado de 32 litros por año. Aunque el consumo a crecido mucho en estos últimos años, todavía está lejos del de la República Checa (158 litros) ó Alemania (123 litros).

Los objetivos de nuestro trabajo son:

- Determinar la prevalencia y frecuencia del hábito tabáquico y la ingesta de alcohol en la población estudiada;
- Evaluar si el hábito tabáquico empezó antes del ingreso a la facultad (EGB y Polimodal), fue adquirido durante el ingreso o se incremento durante el mismo;
- Establecer los motivos de inicio y las circunstancia por las que fuman los individuos encuestados;
- Determinar una relación entre el tabaco y el alcohol;
- Inquirir sobre el tipo de bebida y las circunstancias por las que ingiere alcohol.

MATERIALES Y METODOS:

Diseño: Se trata de un estudio de corte transversal, del tipo observacional. Descriptivo.

Muestra: Durante los meses de Marzo, Abril, Mayo del 2004 se realizó a los alumnos que cursaron la materia Introducción a las Ciencias Medicas de la carrera de medicina de la facultad de medicina de la UNNE, con sede en la ciudad de Corrientes Capital, una encuesta

sobre el hábito tabáquico y el consumo de alcohol. De un total de 2100 alumnos ingresantes que cursaban la materia, se tomo al azar una muestra de 420 (20%) individuos, a los que se les aplicó una encuesta con un contenido de preguntas muy variables sobre el consumo de tabaco y alcohol, la frecuencia fue dada en respuestas de tipo cerrada. Dicho cuestionario fue diseñado para tal fin por los autores.

La encuesta estaba dividida en los siguientes puntos principales:

1. Datos personales: sexo, edad, personas con las que convive (grupo familiar, solo, amigos, otros).
2. Hábitos tóxicos:

A) fuma (nunca, menos de 10 cig x día, de 10 a 20 cig x día, más de 20 cig x día); Antecedente familiar del hábito (sí / no); Comienzo del hábito (antes del ingreso a la facultad, desde el ingreso, incrementó del hábito desde el ingreso); Motivo de inicio (curiosidad y/o moda, por estrés, sensación de mayor independencia, otros: imitación y/o presión de amigos, le agrado el primer cigarrillo, etc); Circunstancias por las que fuma (situaciones de tensión, en cualquier circunstancia del día, reuniones sociales, diversión, otros); Abandono del hábito (nunca, por razones de salud, por razones económicas, otros: por consejo, para dar un buen ejemplo como médico, etc); Motivo por el cual no dejó el hábito (sensación de bienestar y placer, sedación ante situaciones de tensión, teme engordar si lo deja, otros); Desearía abandonar el hábito (si / no); B) Ingiere algún tipo de bebida alcohólica (nunca, 1 vez x semana, 2 a 4 veces x semana, más de 4 veces x semana); Tipo de bebida alcohólica ingerida (cerveza, vino, ferment, otros: destiladas, gancia, vermut, etc); Circunstancia por la que ingiere alcohol (deshinibirse y/o divertirse, para olvidar problemas, su entorno lo exige, en reuniones sociales y salidas con amigos, para celebrar algún acontecimiento, otros)

RESULTADOS:

Del total de 420 individuos entre 17 y 22 años, eran varones 198 (47,14%) y mujeres 222 (52,86%).

Del total de individuos encuestados, 156 (37,19%) fuman (gráfico1), de los cuales 67 (42,86%) son varones y 89 (57,14%) son mujeres (gráfico 2). De estos 156 individuos que fuman 78 (49,76%) sujetos viven con la familia; 35 (22,61%) viven solos; 27 (17,62%) viven con amigos y 16 (10,01%) viven con otros.

El antecedente familiar del hábito esta presente en 107 (68,9%) sujetos que fuman; y en los que no fuman en 206 (78,15%) sujetos.

De los que tienen el hábito, 96 (61,53%) sujetos de la muestra fuman menos de 10 cigarrillos por día y solo 15 (9,61%) fuman más de 20 cigarrillos por día.

De un total de 122 (78,13%) sujetos que ya presentaban el hábito tabáquico antes de ingresar a la facultad; 42 (26,87%) sujetos incrementaron el hábito al ingreso. Empezaron a fumar desde el ingreso a la facultad 34 sujetos (21,87%) (gráfico 3).

El motivo de inicio del hábito fue por estrés en 63 sujetos (40,33%); curiosidad y/o moda en 37 sujetos (23,55%); sensación de mayor independencia en 30 sujetos (19,32%) (tabla 1). De estos 63 sujetos que marcaron como motivo de inicio estrés, 38 (65,9%) son mujeres y 25 (34,1%) son varones; mientras que de los 30 individuos que marcaron sensación de mayor independencia como motivo de inicio 25 (82,61%) son mujeres y 5 (17,39%) son varones.

La circunstancia por la que fuma es en situaciones de tensión en 89 individuos (56,97%); cualquier circunstancia del día 87 (56,13%) sujetos; reuniones sociales 61 (39,32%) sujetos y para divertirse 43 sujetos (27,58%). La circunstancia más frecuente por la que fuman los varones es en cualquier circunstancia del día en 40 sujetos (45,83%) y en mujeres es situaciones de tensión en 38 sujetos (42,86%).

De los sujetos encuestados: 54 (34,46%) refirió nunca abandonar el hábito y 102 (65,54%) sujetos lo abandonó alguna vez. De los que alguna vez abandonó el hábito 48 sujetos (47,05%) lo hizo por razones de salud; 33 (32,35%) sujetos lo hizo por razones económicas.

El motivo de no dejar el hábito es sensación de bienestar y placer en 62 sujetos (39,49%); sedación ante situaciones de tensión en 58 sujetos (37,82%); teme engordar en 24 individuos (15,13%), donde 19 (79,16%) individuos son mujeres. En varones el motivo más frecuente por no dejar el hábito es la sensación de bienestar y placer en 36 sujetos (53,73%); y en mujeres sedación ante situaciones de tensión en 41 sujetos (46,06%), seguido de temor a engordar en 19 sujetos (21,34%).

Desearían abandonar el hábito 94 individuos (60,5%), donde 60 (64,29%) son mujeres y 34 individuos (35,71%) son varones.

Se encontró una relación entre consumo de tabaco y alcohol en 106 sujetos (68,06%), asociado sobre todo a la idea de diversión en 55 sujetos (51,88%).

Se observó que 235 sujetos (55,94%) consumen algún tipo de bebida alcohólica al menos una vez a la semana (gráficos 4); repartidos según sexo en 127 varones (54,20%) y

108 mujeres (45,80%) (gráficos 5). Según la frecuencia del hábito 185 sujetos (78,72%) consume alcohol una vez por semana; 34 (14,46%) sujetos 2 a 4 veces por semana; y 16 (6,82%) sujetos más de 4 veces por semana (tabla 2).

El tipo de bebida preferida es la cerveza en 156 (68,42%) sujetos; fernet en 104 (42,10%); vinos en 72 (28,95%) sujetos.

El motivo por el cual ingiere alcohol es para deshinibirse y divertirse en 164 (70,53%) sujetos; su entorno lo exige 73 (31,57%) sujetos; para olvidar problemas 55 (23,78%) sujetos; para festejar algún acontecimiento 47 (19,31%) sujetos. El 71,05% de las mujeres ingiere alcohol para divertirse y deshinibirse; mientras que el 50,52% de los varones lo hace con el mismo motivo.

DISCUSION

Mediante este estudio pudimos observar conductas de riesgos relacionadas con el hábito tabáquico y el consumo de alcohol en un grupo etario particular.

Actualmente el tabaquismo es uno de los problemas más importantes de la salud pública a tal punto que la OMS la define como una "pandemia silenciosa" que se cobra anualmente 1,2 millones de vidas solamente en Europa y que afecta a más de 1,1 billón de personas a nivel mundial⁽¹¹⁾.

Se calcula que aproximadamente 500 millones de personas morirán a causa del tabaco en las décadas venideras, de las cuales el 50% de estas muertes corresponderán a personas que hoy día son niños o adolescentes. Esta cifra tan alarmante se debería a la creciente aceptación del hábito en jóvenes y mujeres a edades cada vez más tempranas. En nuestro estudio se encontró un número importante de 156 (37,19%) individuos que fuman, de los cuales 67 (42,86%) son hombres y 89 (57,14%) son mujeres. Se ha visto que se ha disparado el consumo en adolescentes femeninas, posiblemente relacionado con ideas de autonomía, emancipación y liberación respecto del varón^(12,13); en nuestro estudio 1 de cada 3 mujeres asoció el inicio del hábito tabáquico con sensación de mayor independencia.

El 61,53% de los fumadores consume menos de 10 cigarrillos por día. Los hombres son los que acaparan el mayor número de los denominados grandes fumadores (más de 20 cigarrillos por día) con un 66,6% de la muestra. Estos resultados son similares a los hallados en otros estudios realizados en Europa y EEUU^(14,15).

En cuanto al comienzo del hábito vimos que 76 individuos (47,87%) empezó a fumar o incremento su hábito desde el ingreso a la facultad. Un posible factor que influye sobre es-

te hábito es el vivir solo ya que 7 de cada 10 estudiantes que viven solo comenzó o incremento su hábito desde el ingreso a la facultad. Otro posible factor que influiría en el inicio del hábito en estos individuos sería el estrés ya que 1 de cada 3 estudiantes se inicia en el hábito por esta causa, posiblemente relacionado con la adaptación a un nuevo estilo de vida provisto de mayores responsabilidades y obligaciones como: el responder a los padres con buenos resultados en los exámenes, adaptarse a nuevos horarios, relacionarse con nuevas amistades, etc. Otro motivo de inicio del hábito en mujeres podría deberse a la asociación errónea del hábito con ideas de mayor independencia ya que de 30 individuos que marco esta opción 25 (83,33%) son mujeres.

La circunstancia más frecuente por la que fuman los varones es en cualquier circunstancia del día en 40 individuos (45,83%); y en mujeres es situaciones de tensión en 38 individuos (42,86%). Se encontró que 1 de cada 3 individuos asocia el hábito a la idea de diversión.

Se observó que 54 (34,46%) individuos nunca abandono el hábito; mientras que 102 sujetos (65,54%) lo hizo alguna vez. De estos, 48 (47,05%) individuos lo hicieron por razones de salud y 33 (32,35%) individuos por razones económicas. Se observo que 24 individuos (15,13%) no dejo el hábito nunca porque teme engordar, donde 19 (79,16%) son mujeres.

Desearían abandonar el hábito 94 individuos (60,5%), donde 60 (64,29%) son mujeres y 34 individuos (35,71%) son varones.

Con respecto al patrón de consumo de alcohol es bien conocida la relación de este con el aumento de la morbimortalidad, no obstante existe un consumo elevado, tanto en cantidad como en frecuencia (16,17). Se observó en nuestro estudio que de cada 10 estudiantes encuestados 6 ingieren algún tipo de bebida alcohólica al menos una vez por semana, siendo más frecuente este hábito en varones. El tipo de bebida preferida es la cerveza en 156 (68,42%) sujetos, donde 103 (66,02%) sujetos son varones.

Se encontró una relación elevada entre la ingesta de alcohol y la idea de diversión en 164 (70,53%) sujetos. De estos, 117 (71,05%) individuos son mujeres.

Podemos decir que la población estudiada presenta una elevada frecuencia de hábitos tóxicos, sobre todo si tenemos en cuenta que este estudio se realizó en futuros profesionales de la salud, los cuales desempeñaran en algún momento de su carrera una labor clave en la prevención y asistencia de la dependencia tabáquica y/o alcohólica mediante medidas

basadas en sensibilización, información y educación; medidas que en si son muy importantes, pero que van a estar muy condicionadas por la imagen y el papel modélico que tenga el medico, es decir si es o no fumador, o si ingiere o no alcohol. Esta sencilla idea de comprender y asumir, no lo parece tanto si comparamos los resultados obtenidos donde 156 (37,19%) de los futuros profesionales fuman y 235 (55,94%) ingiere alcohol.

CONCLUSION

La presencia de hábitos tóxicos en este grupo etario particular como el consumo de tabaco y alcohol se halló en un número considerable de individuos, donde 1 de cada 2 consume al menos una vez por semana bebidas alcohólicas y 1 de cada 4 fuma una media de 10 cigarrillos por día. Se encuentra muy bien documentado que la presencia de estos hábitos tóxicos son factores de riesgos para los eventos isquémicos cardiovasculares y cerebrovasculares⁽¹⁸⁾; dado que la población estudiada tiene una media de 18-19 años, nos encontramos en una situación donde mediante la implementación de medidas intervencionistas se podría disminuir el porcentaje de individuos que consolidarían estos hábitos en la edad adulta.

Se deberían diseñar programas de educación en las escuelas primarias y secundarias, incluir estos temas en los planes de estudio de las facultades de medicina al comienzo de la carrera y reforzarlos posteriormente, impedir su venta en los hospitales y sus cercanías, prohibir las campañas publicitarias que inducen al consumo de tabaco y alcohol al mismo tiempo que relaciona ambas situaciones con el éxito, rebeldía, moda, virilidad, independencia y mayor rendimiento deportivo.

Por todas las razones enumeradas anteriormente consideramos que la población estudiada presenta numerosos factores de riesgos para la salud, con la particularidad de que éstos forman parte de un grupo de factores menos estudiados, lo que debería ser revertido con el fin de prevenir la aparición de estados mórbido, esto significaría que estaríamos consiguiendo que las generaciones futuras dispusieran de un excelente instrumento para prevenir la enfermedad y promover la salud.

AGRADECIMIENTOS:

A los alumnos ingresantes a la carrera de medicina de la UNNE por su tiempo brindado; y a los profesores que permitieron ocupar minutos de sus clases para realizar las encuestas.

Al Doctor Jorge Ramón Lojo, profesor titular de la cátedra de psicología médica de la

UNNE por motivación brindada y bibliografía sugerida.

BIBLIOGRAFIA:

1. Ferry LH, Grissino LM, Runfola PS. Tobacco dependence curricula in US undergraduate medical education. JAMA 1999; 282:825-829.
2. OMS. Riesgos para la salud. 55 asamblea mundial de la salud. OMS. España 22 de abril del 2002.
3. Cuneo C, Saavedra S, Lorenzetti A. Tabaco y médicos 1998. Rev Fed Arg Card 2000; 29: 115-122.
4. Sánchez Agudo L, Calatrava Requena JM, Escudero Bueno C. Prevalencia del tabaquismo en la profesión médica. Med Clin (Barc) 1988; 90:404-407.
5. Herrera Abián M, Pérez Santar J, Suárez Rueda C. Evaluación de conocimientos y actitudes ante el tabaquismo en estudiantes de medicina. Prev Tab 2002;4(2):76-81.
6. Fowler G, Bolliger CT, Fagerstrom K. The tobacco epidemic. Prog Respir Res 1997; 28:169-172.
7. Hurt R. Tratar el tabaquismo e invertir la tendencia. OMS 1999; 1: 8-10.
8. Nerín I. Fumando espero. Arch Bronconeumol 2000;36:115-117.
9. Chelala C. Tobacco Corporations step up invasion of developing countries. Lancet 1998; 551: 889-892.
10. Richmond R. Teaching medical students about tobacco. Thorax 1999; 54:70-78.
11. World Health Organisation. Smoking Prevalence Data Sources and Quality. WHO. Ginebra 1996.
12. Marín Tuja D. Tabaco y Adolescentes: mas vale prevenir. Med Clin (Barc) 1993;100 497-500.
13. Fiore MC. A missed opportunity. JAMA 1994; 271:624-626.
14. Cummings K . Comparison of recent trends in adolescent and adult cigarette smoking behavior and brand preferences. Tobacco control 1997; 6 (suppl): 531-37.
15. Nerín I, Guillén D, Más A, Sánchez Agudo L. Estudio de tabaquismo en una facultad de medicina: prevalencia y actitudes en estudiantes y profesores. Prev Tab 2000; 2 (3): 166-172.
16. Prentice A. Alcohol and obesity. Int J Obesity 1995; 19:544-550.
17. Colditz G. Alcohol intake in relation to diet and obesity in women and men. Am J Clin Nutr 1991; 54:49-55.
18. Peto R, López A. Mortality from tobacco in developed countries: indirect estimation from national vital statistics. Lancet 1992; 339: 1268-1278.

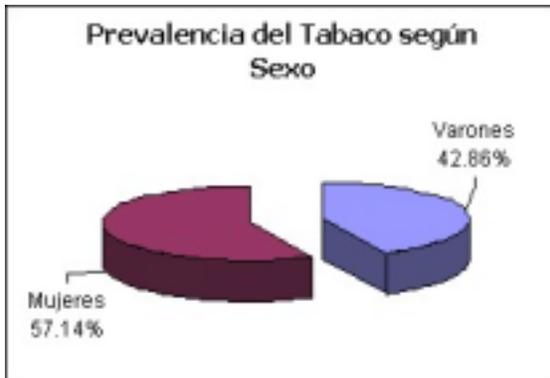


Gráfico 1



Gráfico 2



Gráfico 3

Motivo de Inicio del Hábito Tabáquico

Motivo de Inicio	Total de Individuos	Porcentaje
Estrés	63	40,33%
Curiosidad y/o Moda	37	23,55%
Sensación de Mayor Independencia	30	19,32%
Otros	26	16,80%

Tabla 1

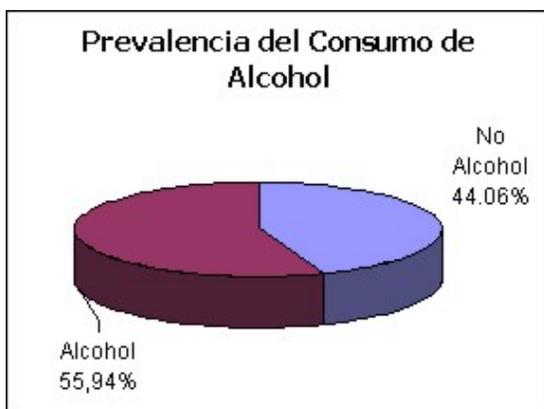


Gráfico 4

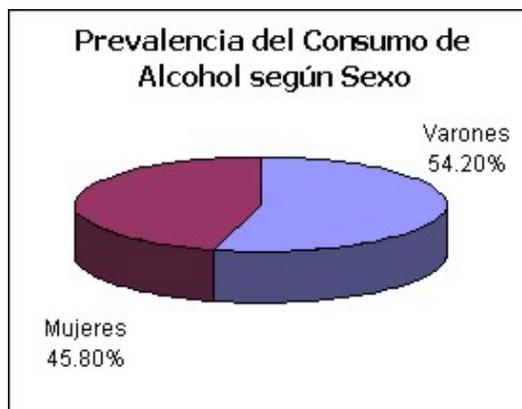


Gráfico 5

Frecuencia de la Ingesta alcohólica.

Frecuencia	Individuos	Porcentaje
Una vez por semana.	185	78,72%
De 2 a 4 veces por semana	34	14,46%
Mas de 4 veces por semana	16	6,82%

Tabla 2