Organización Mundial de la Salud

CREACIÓN DE UN TALLER PARA EL DÍA MUNDIAL SIN TABACO

El Día Mundial Sin Tabaco (DMST) 2020 tiene como objetivo proteger a los niños y los adolescentes de la manipulación de la industria del tabaco y evitar que consuman productos de nicotina y tabaco. Este conjunto de herramientas para la campaña incluye varias actividades que pueden realizar tanto los maestros en el aula – ya sea de forma virtual o presencial – o los padres en casa. Estas actividades servirán para desvelar las tácticas que emplean la industria del tabaco y otras industrias conexas para que los jóvenes se enganchen a los productos de nicotina y tabaco, y para dotar de medios a los jóvenes para que no se dejen manipular por la industria del tabaco y se unan a la generación libre de tabaco.

Problemática

Es más probable que los adolescentes empiecen a consumir tabaco si desconocen las tácticas utilizadas deliberadamente por la industria del tabaco y otras industrias conexas para que se enganchen a los productos de nicotina y tabaco o no tienen la capacidad de decir «no» a la nicotina y el tabaco. Los adolescentes pueden probar algún tipo de producto de tabaco o nicotina cuando se les ofrece por la presión directa de sus compañeros, o verse influidos por la publicidad, las actividades de promoción o los patrocinadores, o simplemente por no contar con los conocimientos o capacidades para negarse a ello.

Objetivo

Dar a nuestro público destinatario (niños y niñas de edades comprendidas entre los 13 y los 17 años) la oportunidad de desvelar las tácticas de la industria del tabaco observadas en su comunidad, poner en práctica el acto de rechazar los productos de tabaco, las pipas de agua (narguiles) o los cigarrillos electrónicos en un entorno seguro utilizando un medio lúdico, y elaborar planes de sensibilización para rechazar la manipulación de la industria del tabaco y crear una generación libre de tabaco.

Enfoque

Se invita a los animadores de los talleres (maestros o padres, por ejemplo) a que lean las preguntas y respuestas elaboradas en el marco del DMST 2020 y la nota descriptiva de la OMS sobre el tabaco antes de diseñar su taller con motivo del DMST. También se les anima a «preparar el escenario» para el taller sirviéndose del vídeo realizado para el DMST y del juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos (MythBuster quiz), y a adaptar el taller seleccionando actividades a partir de «Desvelar las tácticas de la industria del tabaco» y «Dotar de medios a los jóvenes para que eviten la manipulación de la industria del tabaco», según sus preferencias. Una vez terminadas las actividades escogidas, aproveche la ocasión para animar al público destinatario a convertirse en portavoces juveniles del control del tabaco y dé ejemplos de grupos de su región que tratan de crear una generación libre de tabaco.

Página del índice

TEMA PÁGINA

1. **PREPARAR EL ESCENARIO**
   - Introducción al lema del Día Mundial Sin Tabaco 3
   - Juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos: Copia del profesor 4
   - Juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos: Copia del estudiante 6

2. **DESVELAR LAS TÁCTICAS DE LA INDUSTRIA DEL TABACO**
   - Las tácticas de la industria del tabaco en mi comunidad 7
   - Cómo vender la muerte 8

3. **DOTAR DE MEDIOS A LOS JÓVENES PARA QUE NO CAIGAN EN LA MANIPULACIÓN DE LA INDUSTRIA DEL TABACO**
   - Juego de rol 9
   - Decir «no» a los productos de nicotina y tabaco 10

4. **UNIRSE A LA GENERACIÓN LIBRE DE TABACO**
   - Actividad en grupo 11

PREPARAR EL ESCENARIO

Introducción al lema del Día Mundial Sin Tabaco

Visualización del vídeo del DMST
Puede hacer clic **aquí** o escanear este código QR para dirigirse al video:

Adaptación virtual:

El vídeo puede verse en grupo utilizando una aplicación de videoconferencia o antes de la clase virtual (tarea para hacer en casa).

PREPARAR EL ESCENARIO

Juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos

Para hacer participar a los estudiantes, utilice un sistema de votación. Lea la pregunta en voz alta y pida a los alumnos que se concentren. Lea las posibles respuestas en voz alta y pídales que voten a mano alzada. Cuente los votos y ¡desmonte los mitos!

Adaptación virtual:

Para realizar esta actividad, puede utilizarse una herramienta de votación en línea (como Slido).

Juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos: Copia del profesor (con clave de respuesta)

PREGUNTA 1

¿Qué sustancia es más adictiva, la nicotina o la cocaína?

a. La nicotina
b. La cocaína
c. Son igualmente adictivas

La respuesta correcta es: C
Si bien la cocaína presenta riesgos para la salud diferentes a los de la nicotina, ambas sustancias son igualmente adictivas.

PREGUNTA 2

¿Es perjudicial para la salud fumar shisha o hookah?
Sí o **No**

La respuesta correcta es: SÍ.
El consumo de tabaco es cualquier forma es perjudicial para la salud. Las pipas de agua (habitualmente conocidas como hookah o shisha) exponen al consumidor de tabaco a sustancias químicas muy tóxicas.

PREGUNTA 3

¿Son perjudiciales para la salud los cigarrillos electrónicos y otros productos de vapeo?
Sí o **No**

La respuesta correcta es: SÍ.
Los cigarrillos electrónicos son perjudiciales para la salud. No se deje engañar por los sabores dulces y afrutados. La mayoría de los cigarrillos electrónicos contienen nicotina, que es muy adictiva, y otros productos químicos tóxicos, muchos de ellos reconocidamente dañinos. Además, esos productos pueden incrementar el riesgo de cardiopatías y trastornos pulmonares, y pueden perjudicar el cerebro en desarrollo.
Más información (en inglés) en: https://www.who.int/news-room/q-a-detail/e-cigarettes-how-risky-are-they

PREPARAR EL ESCENARIO
Juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos

Juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos (continuación...)

PREGUNTA 4

¿Cuál de estas series tiene el número más alto de incidentes de tabaco en la pantalla?

a. The Walking Dead
b. Stranger Things
c. Making a Murderer

La respuesta correcta es: B
Stranger Things tiene casi el doble de incidentes de tabaco (182) que The Walking Dead. Con ello se pretende que el público vea el consumo de tabaco como «guay» y atraer a nuevos grupos de consumidores.

PREGUNTA 5

Los fumadores tienen más probabilidades de desarrollar síntomas graves en caso de padecer COVID-19, en comparación con los no fumadores.

¿**Verdadero** o **falso**?

La respuesta correcta es: VERDADERO
Investigaciones recientes apuntan a que los fumadores corren un mayor riesgo de padecer una forma más grave de COVID-19, ya que tienen la función pulmonar deteriorada a causa del hábito de fumar. Deje de fumar hoy mismo para reducir esos riesgos y empezar a vivir una vida más sana.

PREGUNTA 6

La industria tabacalera aporta beneficios financieros, ya que crea millones de puestos de trabajo y aporta impuestos de los que dependen los gobiernos y las personas.

¿**Verdadero** o **falso**?

La respuesta correcta es: FALSO
El consumo de tabaco causa problemas de salud que pueden ser muy costosos para los gobiernos y los particulares. Los costos de las facturas hospitalarias y para los sistemas de salud y el hecho de que la enfermedad resta valor a la productividad laboral son superiores con diferencia a los beneficios económicos derivados de la industria tabacalera.

Nombre: _____

Juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos:

PREGUNTA 1

¿Qué sustancia es más adictiva, la nicotina o la cocaína?
- ☐ La nicotina
- ☐ La cocaína
- ☐ Son igualmente adictivas

PREGUNTA 2

¿Es perjudicial para la salud fumar shisha o hookah?
- ☐ Sí
- ☐ No

PREGUNTA 3

¿Son perjudiciales para la salud los cigarrillos electrónicos y otros productos de vapeo?
- ☐ Sí
- ☐ No

PREGUNTA 4

¿Cuál de estas series tiene el número más alto de incidentes de tabaco en la pantalla?
- ☐ The Walking Dead
- ☐ Stranger Things
- ☐ Making a Murderer

PREGUNTA 5

Los fumadores tienen más probabilidades de desarrollar síntomas graves en caso de padecer COVID-19, en comparación con los no fumadores.
- ☐ Verdadero
- ☐ Falso

PREGUNTA 6

La industria tabacalera aporta beneficios financieros, ya que crea millones de puestos de trabajo y aporta impuestos de los que dependen los gobiernos y las personas.
- ☐ Verdadero
- ☐ Falso

DESVELAR LAS TÁCTICAS DE LA INDUSTRIA DEL TABACO
Las tácticas de la industria del tabaco en mi comunidad

Tarea para hacer en casa antes de la lección: Familiarice a los estudiantes con las tácticas de la industria del tabaco transmitiéndoles ejemplares de las preguntas y respuestas elaboradas en el marco del DMST o remitiéndolos a los materiales para la campaña disponibles en línea. Seguidamente invítelos a tomar fotos de las diferentes tácticas de la industria del tabaco que observan en su comunidad. Estas tácticas pueden observarse en la comunidad (vallas publicitarias, publicidad en los puntos de venta, etc.) o en casa (en películas y en la televisión, en Internet, etc.).

Las tácticas también se pueden dividir en tácticas locales (vallas publicitarias, publicidad en el punto de venta, productos gratuitos, etc.) y tácticas a nivel de población (publicidad en redes sociales, colocación de productos en películas y televisión, promoción a través de personas influyentes, etc.)

Puede hacer clic **aquí** o escanear este código QR para acceder a los materiales de la campaña:

Pida a los estudiantes que expongan las diferentes tácticas de la industria del tabaco que han observado en su comunidad y que las clasifiquen en las categorías de «publicidad», «promoción», «patrocinio» y «otras tácticas de marketing». Las preguntas y respuestas elaboradas en el marco del DMST pueden ser de ayuda para diferenciar los distintos tipos de tácticas.

Termine la actividad pidiendo a los estudiantes que trabajen en grupos y creen materiales de sensibilización (eslóganes, folletos, etc.) para desvelar estas tácticas. Estos materiales podrán exponerse en el aula o en los pasillos del centro escolar.

Adaptación virtual:

La actividad puede realizarse por videoconferencia o en un foro de debate de un aula digital.

DESVELAR LAS TÁCTICAS DE LA INDUSTRIA DEL TABACO

Cómo vender la muerte

1. Divida la clase en dos grupos – pida a cada grupo que actúe como lo haría la industria del tabaco.

2. Pida a ambos grupos que piensen en diferentes «tácticas» para vender sus productos de tabaco, teniendo presente que el producto que tratan de vender matará inevitablemente a la mitad de sus consumidores.

3. Los estudiantes pueden inspirarse en el juego de preguntas y respuestas para desmontar los mitos realizado en el marco del DMST.

4. Los dos grupos expondrán sucesivamente sus retorcidos planes para que los niños y los adolescentes se enganchen al tabaco.

5. Cuando ambos grupos hayan terminado sus exposiciones, pida a los estudiantes que reflexionen sobre cómo se sintieron al comercializar productos que se sabe que matan.

6. Pida a los estudiantes que vuelvan a formar dos grupos y que completen la frase «La industria del tabaco es... #AtréveteAHablar #TodaLaVerdadSobreElTabaco» e invítelos a compartir estos mensajes en las redes sociales con la etiqueta de la OMS (@WHO).

DOTAR DE MEDIOS A LOS JÓVENES PARA QUE NO CAIGAN EN LA MANIPULACIÓN DE LA INDUSTRIA DEL TABACO

Jeu de rôle

1. Pida a los estudiantes que dibujen una rueda en un folio en blanco y la dividan en 8 partes iguales.

2. Dé a los estudiantes entre 3 y 5 minutos para que rellenen la mitad de la rueda con diferentes maneras de «decir no» o de rechazar los productos de tabaco, las pipas de agua o los cigarrillos electrónicos.

3. Concédales entre 5 y 10 minutos más para que recorran el aula y pidan a otros estudiantes estrategias adicionales para completar su rueda.

4. Reúna de nuevo a la clase. Invite a los alumnos a que hagan el papel de una persona que anima a consumir el producto y de otra que lo rechaza. Los demás alumnos pueden formular sugerencias para ayudar a la persona a rechazar los productos de tabaco, las pipas de agua o los cigarrillos electrónicos. El objetivo es que la clase anime al compañero que debe rechazar de manera enérgica un producto de tabaco, pipa de agua o cigarrillo electrónico.

Adaptación virtual:

La rueda puede asignarse como tarea para hacer en casa – puede animarse a los alumnos a que se comuniquen con sus compañeros de clase por correo electrónico o por teléfono para rellenar la rueda antes del curso. El juego de rol puede realizarse por videoconferencia.

Fuente: GoodBusiness

Fuente: https://med.stanford.edu/tobaccopreventiontoolkit/Smokeless.html

DOTAR DE MEDIOS A LOS JÓVENES PARA QUE NO CAIGAN EN LA MANIPULACIÓN DE LA INDUSTRIA DEL TABACO

Decir «no» a los productos de nicotina y tabaco

Clasificar en distintas categorías las estrategias para rechazar las presiones para consumir tabaco o usar pipas de agua o cigarrillos electrónicos y hacer que la clase piense en algunas frases para decir no. De este modo, los estudiantes contarán con una serie de frases que podrán utilizar en el futuro en caso de que se vean sometidos a presiones para consumir tabaco o usar pipas de agua o cigarrillos electrónicos.

Decir «No»

«No, gracias».
«No me interesa».
«Mantenerme en forma es muy importante para mí».

Cambiar de tema

Decir la verdad

«El tabaco apesta, y también hace que uno huela mal».
«El tabaco mancha los dientes».
«El tabaco crea adicción, quiero ser libre e independiente».

Usar el sentido del humor

«No puedo consumir tabaco ¡No escaparía al detector de humo de la nariz de mi madre!».

Dar una razón

«No quiero consumir tabaco. Además, hace que uno huela mal».
«No voy a fumar/vapear. Es nocivo para la salud».
«Le prometí a mi hermana que nunca consumiría tabaco de ningún tipo ni vapearía».
«Juego en el equipo de baloncesto. Necesito todo el oxígeno posible».

Dar otras opciones

«¡Prefiero ganarte al baloncesto!»
«¿Y si viéramos una película, en lugar de fumar?»

Marcharse

Contar una historia

«No, gracias. A mi hermano le sentó muy mal una vez. Fue horrible».
«Mi abuela murió por culpa del tabaco. No quiero que me suceda lo mismo, ¡ni a ti!»

Adaptación virtual:

Podría hacerse por videoconferencia o en un foro de debate de un aula digital.

Fuente: https://www.peelregion.ca/health/tobacco/toolkit/lessons/sayingno-instruc.htm

UNIRSE A LA GENERACIÓN LIBRE DE TABACO
Actividad en grupo

Grupos de jóvenes de todo el mundo trabajan arduamente para desvelar las tácticas de la industria del tabaco y promover medidas efectivas de control del tabaco a fin de proteger a sus comunidades. Invite a los alumnos a trabajar en grupo para estudiar la labor de sensibilización que están realizando los grupos locales y pídales que conciban un plan para ayudar a estos grupos o para crear su propio grupo.

Cada grupo puede exponer su plan de sensibilización a la clase y escuchar las opiniones de sus compañeros y profesores. La clase puede votar ¡y puede otorgarse un certificado al mejor plan de sensibilización! (Observación: esto también puede realizarse de manera creativa en el contexto de clases de teatro o música, en las que se invite a los estudiantes a escribir e interpretar obras o canciones para desvelar las tácticas de la industria del tabaco y promover una generación libre de tabaco.)

Los estudiantes pueden inspirarse en la siguiente lista de grupos juveniles:

REGIÓN DE ÁFRICA

African Alliance of YMCA (AAYMCA)
https://africaymca.org/

Young African Leaders Initiative (YALI)
https://yali.state.gov/

REGIÓN DE LAS AMÉRICAS

Florida Students Working Against Tobacco (SWAT) Youth Advisory Board, Los Estados Unidos de América
Ganador del Día Mundial Sin Tabaco 2019
http://seminole.floridahealth.gov/programs-and-services/wellness-programs/tobacco-prevention/swat.html

REGIÓN DEL MEDITERRÁNEO ORIENTAL

Rotaract District 2450, Christine Gabriel Arzoumanian, Líbano
Ganador del Día Mundial Sin Tabaco 2010

REGIÓN DE EUROPA

Limerick Comhairle (country-wide youth council), Irlanda
Ganador del Día Mundial Sin Tabaco 2020
https://www.comhairlenanog.ie/local-comhairle/limerick/

No Excuse Slovenia – Youth Network, Eslovenia
Ganador del Día Mundial Sin Tabaco 2019
https://www.noexcuse.si/

REGIÓN DE ASIA SUDORIENTAL

Gen Z Gen Strong, Tailandia
https://www.facebook.com/Gen-Z-Gen-Strong-%E0%B8%A5%E0%B8%99-968234439968734/

Salaam Bombay Foundation, India
https://www.salaambombay.org/

REGIÓN DEL PACÍFICO OCCIDENTAL

Balanga City Tobacco Free Generation, Filipinas
https://www.facebook.com/BalangaTFG/