

**Año Académico
2002 – 2003**

Tar Wars[®]

(Guerra contra el Tabaco)

Plan del Programa

Llegamos a 400,000 niños por año...

...presentaciones rápidas, divertidas y fáciles

**“...los niños son más poderosos que el
dinero, y la gente los escucha.”**

“Este programa está muy bien realizado y dirigido a mis hijos...”

“Todos recibieron premios. Fueron todos ganadores.”

Es lo que se debe hacer

*Tar Wars recibe financiamiento parcial de una
subvención educativa ilimitada de
Schering Laboratories/Key Pharmaceuticals.*



**American Academy
of Family Physicians**

TODAY'S FAMILY PHYSICIAN - SPECIALIZING IN ALL OF YOU.

Índice de Contenidos

Tar Wars — Síntesis

Información para las escuelas	i
Información para los presentadores.....	ii

Tar Wars — El Programa

Bienvenido a Tar Wars.....	1
Participación e intervención en el programa	1
Misión y objetivos de Tar Wars	1
Información para comunicarse con nosotros.....	2

Tar Wars — El Plan

Sección para escuelas

Pautas para las escuelas.....	2
Ejercicio preliminar — Sinopsis, objetivos e instrucciones	2
Evaluación nacional Tar Wars — Pautas para el cuestionario preliminar y final	3
Otras actividades para el salón de clases.....	3

Sección para presentadores

Lista de verificación para presentadores	4
--	---

Texto para el presentador

Debate del ejercicio preliminar en el salón de clases	4
Actividad 1 — Efectos a corto plazo del consumo de tabaco	6
Actividad 2 — Ejercicio del sorbete y respiración.....	7
Actividad 3 — Consecuencias monetarias del consumo de tabaco.....	7
Actividad 4 — Motivos por los cuales las personas consumen tabaco	7
Actividad 5 — El tabaco y la publicidad	11
Actividad 6 — Concurso de pósters.....	13
Síntesis de la presentación.....	13

Tar Wars — Concurso de pósters

Normas para participar en el concurso de pósters	14
Calificación de los pósters.....	15
Seguimiento del concurso de pósters	15

Tar Wars — Materiales de recursos

Hoja de trabajo preliminar.....	16
Hoja de respuestas preliminares.....	17
Hoja de trabajo: tabaco y publicidad.....	18
Formulario para presentadores y maestros	19
Cuestionario preliminar de Tar Wars	20
Cuestionario final de Tar Wars	21
Formulario de inscripción para el concurso de pósters	22
Formulario de autorización de publicación	23
Material informativo para padres	24

El programa Tar Wars fue originalmente desarrollado por Hall of Life, una división del Museo de Historia Natural de Denver, y Doctors Ought to Care (DOC).

El programa Tar Wars de AAFP otorga autorización plena para reproducir este plan a fin de utilizarlo en el salón de clases. Sin embargo, debe identificar a Tar Wars como un programa de American Academy of Family Physicians en todos los comunicados de noticias y materiales impresos. Pueden realizarse varias copias de los formularios según sea necesario. Las páginas que requieren duplicación para el alumno y para el maestro se incluyen en la sección de Materiales de Recursos del plan.

Tar Wars es...

- Un programa educativo premiado, creado para prevenir el consumo de tabaco en la juventud y destinado a alumnos de cuarto y quinto grado.
- Coincidente con las *Pautas para Programas Sanitarios Escolares para Prevenir el Consumo de Tabaco* del Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC).
- Uno de los componentes de un programa educativo integral para no consumir tabaco.
- Una presentación unitaria de una hora de duración que requiere una preparación y seguimiento mínimos y que puede ponerse en práctica en cualquier momento durante el año lectivo.
- Una oportunidad para invitar a presentadores a su salón de clases.
- El plan de lecciones redactado puede incorporarse con facilidad al programa diario del salón de clases.
- El plan del programa es **gratuito**, y los únicos componentes necesarios para llevar a cabo las actividades del salón de clases y el concurso posterior de pósters son acceso a una fotocopidora, suficientes sorbetes y materiales de arte.

Lista de verificación y plazos de implementación

- Ubique a su coordinador estatal o regional de Tar Wars en www.tarwars.org – **agosto/septiembre**
- Póngase en contacto con su coordinador a fin de identificar a los presentadores disponibles en su zona, la fecha límite para el concurso de pósters y el plazo específico del estado – **agosto/septiembre**
- Imprima una copia del plan del programa de la sede de Tar Wars en la red o llame al número (800) TAR-WARS – **agosto y en forma continua**
- Programe y lleve a cabo una presentación de Tar Wars – **entre agosto y marzo**
- Realice las actividades preliminares y pida a los alumnos que completen el cuestionario preliminar en línea en www.tarwars.org (de otro modo, use la copia que se encuentra en la página 20) – **durante la semana siguiente a la presentación**
- Copie el Material Informativo para Padres (que se encuentra en las páginas 24-25) para enviar a casa con cada estudiante – **el día de la presentación**
- Pida a los alumnos que completen el cuestionario final en línea en www.tarwars.org (de otro modo, use la copia que se encuentra en la página 21) – **de dos a cuatro días después de la presentación**
- Disponga tiempo para que los estudiantes creen pósters (colabore con la maestra de arte de la escuela para esta actividad) – **durante los dos meses siguientes a la presentación**
- Organice un concurso final de pósters en su escuela y seleccione un póster ganador – **marzo/abril (o antes, si es necesario, para cumplir con el plazo del concurso de pósters del estado)**
- Reconozca a los estudiantes por su participación en el concurso de pósters con un premio, si es posible – **marzo/abril**
- Exhiba los pósters en toda la escuela (es decir, en las paredes de la cafetería, pasillos) y en la comunidad (es decir, bibliotecas, oficinas municipales) – **marzo/abril**
- Envíe el póster ganador a su coordinador y adjunte el Formulario Oficial de Participación en el Concurso de Pósters y el Formulario de Autorización de Publicación a fin de que se incluya en el concurso de pósters del estado – **marzo/abril**

¿Quién puede realizar una presentación de Tar Wars?

Los presentadores de Tar Wars pueden ser médicos de familia, residentes, estudiantes de medicina, enfermeras escolares, profesionales y docentes de la salud, enfermeros practicantes, asistentes médicos, higienistas dentales, miembros de la comunidad o cualquier persona que se sienta segura con la presentación del plan de lecciones incluido en el programa.

¿Qué necesito y cuánto tiempo llevará?

Tar Wars puede presentarse en un período de clase y el tiempo de preparación es mínimo. El plan del programa es **gratuito** e incluye un **plan de lecciones redactado** que lo guía a través de todos los aspectos de la presentación.

¿Qué debo hacer primero?

Póngase en contacto con su coordinador estatal (lo puede encontrar en www.tarwars.org) a fin de ofrecerse como voluntario para dar una presentación; pueden intentar asignarle una escuela. Si no pueden asignarle una escuela que necesite un presentador, puede optar por comunicarse con el director o el maestro (cuarto o quinto grado) de una escuela local. Puede solicitar la oportunidad de hablar con los estudiantes acerca de la prevención del tabaquismo como presentador invitado durante un período de clase de 45 minutos.

Beneficios de ser presentador de Tar Wars:

- Usted puede lograr una diferencia en la salud de su comunidad al educar a la mayor cantidad de niños posible acerca de los efectos perjudiciales del tabaco y despertar la conciencia acerca de la naturaleza engañosa de la publicidad del tabaco.
- Usted puede dar el ejemplo en su comunidad y ayudar a alentar a los niños a celebrar, promover y disfrutar de una vida sin tabaco.

Responsabilidades del presentador de Tar Wars:

- Demostrar compromiso y entusiasmo.
- Apoyar un estilo de vida y un entorno sin tabaco.
- Repasar el plan. También existen tarjetas mnemotécnicas para presentadores, que pueden revisarse con rapidez y usarse en el salón de clases. No se necesitan otros materiales, pero se valoran la creatividad y la individualidad.
- Solicitar que el grupo o la clase tenga un máximo de treinta estudiantes – Tar Wars no ha sido creado para presentarse en forma “masiva”.
- Busque en revistas avisos publicitarios que pueda llevar a su presentación. Asegúrese de contar con avisos de productos de tabaco para mascar y para fumar. Entre las revistas en las que puede encontrar avisos publicitarios de tabaco se encuentran *Cosmopolitan*, *Entertainment Weekly*, *GQ*, *Glamour*, *Hot Rod*, *Latina*, *Lucky*, *Mademoiselle*, *Maxim*, *Motor Trend*, *People*, *Redbook*, *Road & Track*, *Rolling Stone*, *SPIN*, *Sports Illustrated*, *Stuff*, *TALK*, *Time*, *Vanity Fair*, *Vibe*.
- Hablar con su coordinador acerca de los detalles del concurso estatal de pósters – la fecha, el lugar, el plazo y el domicilio para enviar el póster y la lista de premios a entregar.
- Ser puntual – las clases se manejan con horarios establecidos.
- Alentar a los estudiantes a participar en todas las actividades y crear pósters reforzando la decisión de no consumir tabaco.
- Completar el formulario para presentadores y maestros en línea en www.tarwars.org (de otro modo, use la copia que se encuentra en la página 19) después de la presentación.
- ¡Divertirse!

Tar Wars – El programa

Bienvenido a Tar Wars

Tar Wars invita a médicos de familia, médicos residentes y estudiantes de medicina; enfermeras de escuelas, otros educadores y profesionales de la salud y miembros de la comunidad a presentar el programa premiado de educación y prevención de tabaquismo en salones de clase de cuarto y quinto grado de sus comunidades locales en todo Estados Unidos y el mundo. Su trabajo como voluntarios es un componente fundamental del éxito del programa.

Tar Wars es rápido, divertido y fácil de presentar. El programa de lecciones redactado que contiene este plan ha sido creado con el fin de incrementar el conocimiento del alumno acerca de los efectos del consumo de tabaco a corto plazo, ayudar al estudiante a identificar los motivos por los cuales las personas consumen productos de tabaco y estimularlos a pensar críticamente acerca de la publicidad del tabaco.

Durante la presentación interactiva de una hora, los estudiantes realizarán diversas actividades en las cuales

- Aprenderán que el consumo de tabaco tiene consecuencias como por ejemplo olor en la ropa, color amarillo en los dientes, mal aliento, tos o expectoración y dificultad para respirar;
- Aprenderán a calcular el costo semanal, mensual y anual del consumo de tabaco y otras mejores maneras de gastar su dinero;
- Descubrirán que el atributo que se le asigna al consumo de tabaco de favorecer la imagen y pertenecer a un grupo y lograr romances, amigos, una imagen atractiva o viril son un mito de las tácticas publicitarias y no son la realidad.

La actividad final alienta a los estudiantes a participar en un concurso de pósters, donde pueden destacar los aspectos positivos de no consumir tabaco en sus trabajos artísticos en pósters. El póster ganador de cada escuela participante se envía a un concurso que se realizará en todo el estado, y el póster ganador de cada concurso estatal competirá al nivel nacional para ganar diversos premios y recompensas.

Participación e intervención en el programa

En la mayoría de los casos, los coordinadores de Tar Wars asignan las escuelas a los presentadores. En el caso de que un coordinador no pueda hacer una asignación, aun se desempeña como contacto y fuente de recursos con respecto a la implementación del programa y la conducción del concurso de pósters al nivel estatal.

Los presentadores necesitan alrededor de 30 a 45 minutos para leer todo el plan y prepararse para la presentación en el salón de clases.

Las escuelas deben hacer que los alumnos completen la hoja de trabajo preliminar antes de la presentación en el salón de clases, organizar el concurso de pósters de su escuela, procurar premios de sus comercios locales para el concurso de pósters, disponer la exhibición de pósters en su comunidad y comunicarse con los medios de comunicación para que le den publicidad.

En la sección **Tar Wars – El Plan** a partir de la página 2 se incluye información más detallada para las escuelas y los presentadores. Las escuelas y los presentadores también pueden usar las hojas de síntesis que se encuentran en las páginas i y ii al comienzo de este plan a fin de obtener una referencia rápida en cualquier momento.

Misión y objetivos de Tar Wars

La misión de Tar Wars es educar a los jóvenes para que vivan sin tabaco, y por lo tanto posibilitar que tomen decisiones positivas en cuanto a su salud y promover la responsabilidad individual por su bienestar. Al utilizar un enfoque comunitario para lograr la participación de médicos de familia, educadores y otros profesionales de la salud, Tar Wars puede lograr su misión. Los objetivos del programa son:

- Educar y motivar a los jóvenes a fin de que opten por un estilo de vida saludable.
- Lograr la participación de los profesionales de la salud a fin de que tomen parte activa en la educación sanitaria de su comunidad.
- Fomentar la participación de la comunidad y el apoyo al programa Tar Wars.
- Evaluar el plan y la eficacia del programa Tar Wars.

Información para comunicarse con nosotros

Visite nuestra sede en la red en www.tarwars.org para encontrar un coordinador en su estado, región o condado. Puede comunicarse con el personal de Tar Wars de AAFP llamando al número (800) TAR-WARS o por correo electrónico a tarwars@aaafp.org.

Tar Wars – El Plan

Sección para escuelas

Pautas para las escuelas

A continuación incluimos una lista de verificación de tareas para que las escuelas y los maestros usen en su preparación para presentar la lección de Tar Wars y el concurso final de pósters en sus salones de clases:

- Póngase en contacto con su coordinador estatal o regional de Tar Wars (lo puede encontrar en la sede de Tar Wars en la red en www.tarwars.org o llame al número **(800) TAR-WARS**) para obtener una lista de los presentadores disponibles en su comunidad e información acerca del concurso estatal de pósters.
- Pida a cada alumno que complete el cuestionario preliminar que se encuentra en la sección de **Materiales de Recursos** alrededor de una semana antes de la presentación.
- Realice el ejercicio preliminar uno o dos días antes de la presentación en el salón de clases. Haga una copia de la hoja de trabajo (vea la página 16) para cada alumno.
- Calcule y promedie las respuestas de los alumnos indicadas en la hoja de trabajo preliminar para conversar con el disertante durante la presentación en el salón de clases.
- Proporcione los siguientes materiales al presentador: diez fotocopias de la hoja de trabajo de Tabaco y Publicidad (vea la página 18), diez avisos publicitarios diferentes de tabaco en cigarrillos y tabaco para mascar y escupir que muestren personas realizando diversas actividades (entre las revistas en las que puede encontrar avisos publicitarios de tabaco se encuentran *Cosmopolitan*, *Entertainment Weekly*, *GQ*, *Glamour*, *Hot Rod*, *Latina*, *Lucky*, *Mademoiselle*, *Maxim*, *Motor Trend*, *People*, *Redbook*, *Road & Track*, *Rolling Stone*, *SPIN*, *Sports Illustrated*, *Stuff*, *TALK*, *Time*, *Vanity Fair*, *Vibe*) y suficientes sorbetes para todos los estudiantes.
- Distribuya una copia del Material Informativo para Padres (se encuentra en las páginas 24-25) a cada estudiante.
- Después de la presentación, aliente a los estudiantes para que participen en el concurso creando un póster que destaque los aspectos positivos de no consumir tabaco (vea las reglas del concurso de pósters en la página 14). Programe tiempo para que los alumnos comiencen a trabajar en sus pósters y, de ser posible, coordine esta actividad con la maestra de arte de los alumnos.
- Pida a cada estudiante que complete el cuestionario final que se encuentra en la sección de **Materiales de Recursos** de dos a cuatro días después de la presentación.
- Organice y lleve a cabo el concurso de pósters de su escuela (la página 14 contiene más información). Envíe a su coordinador únicamente **un póster ganador** y adjunte el Formulario Oficial de Participación en el Concurso de Pósters y el Formulario de Autorización de Publicación antes de la fecha límite del concurso del estado (pida la fecha a su coordinador).
- Complete el formulario para presentadores y maestros en línea en www.tarwars.org (de otro modo, use la copia que se encuentra en la página 19).

Ejercicio preliminar – Sinopsis, objetivos e instrucciones

El ejercicio preliminar se propone demostrar a los estudiantes que las personas que consumen tabaco en realidad son la minoría. Se pide a los estudiantes que calculen el porcentaje de la población – divididos en estudiantes de quinto grado, estudiantes de noveno grado y adultos – que **consume** tabaco. Luego se comparan estos cálculos con los porcentajes reales que se encuentran en la página 17. En debates grupales, los estudiantes descubren los aspectos positivos de no consumir tabaco y obtienen más conocimiento acerca de las consecuencias perjudiciales del consumo de tabaco.

Instrucciones paso a paso para realizar el ejercicio preliminar:

- 1) Entregue la hoja de trabajo preliminar a cada estudiante.

- 2) Pida a los estudiantes que calculen el porcentaje de personas de cada grupo que **consumen** productos de tabaco (cigarrillos, puros y tabaco para mascar y escupir) y que ilustren su cálculo coloreando el gráfico de barras hasta la línea que representa este porcentaje.
- 3) Pida a los estudiantes que respondan cada pregunta de la hoja de trabajo y que expliquen sus respuestas.

Evaluación nacional Tar Wars – Pautas para el cuestionario preliminar y el cuestionario final

Delineación del cuestionario

- Se realiza en aproximadamente cinco a diez minutos.
- Está redactado a un nivel de lectura de cuarto grado (escala Fleisch-Kincaid).
- Los nombres de los estudiantes no se incluyen a fin de mantener la privacidad.

Administración de los cuestionarios

Tanto el cuestionario preliminar como el cuestionario final deben responderse en forma individual, y cada estudiante debe completar toda la página sin ayuda alguna. Los formularios del cuestionario preliminar y del cuestionario final se encuentran en la sección de **Materiales de Recursos** y pueden duplicarse según sea necesario.

Cuestionario preliminar

El cuestionario preliminar debe realizarse aproximadamente uno o dos días antes del debate y presentación en el salón de clases. Los maestros deben brindar la menor asistencia posible, según sea necesario. El cuestionario preliminar ha sido creado con el fin de medir el conocimiento que el estudiante tiene acerca de los elementos que se trabajarán durante la presentación en el salón de clases. Los maestros deberán conservar los cuestionarios preliminares hasta que se hayan completado los cuestionarios finales.

Cuestionario final

Los estudiantes deberán responder el cuestionario final de dos a cuatro días después de la presentación en el salón de clases. Del mismo modo que con el cuestionario preliminar, los maestros deben brindar la menor asistencia posible, según sea necesario. El cuestionario final ha sido creado con el fin de medir el conocimiento de los estudiantes acerca de los elementos trabajados durante la presentación en el salón de clases.

Raza y origen étnico

Consulte la sede de la Dirección de Censo de Estados Unidos en la red, situada en www.census.gov/population/ para obtener información acerca de las clasificaciones según la raza y el origen étnico, si es necesario para ayudar a los estudiantes a responder las preguntas 9 y 10 del cuestionario preliminar y del cuestionario final. Las estadísticas que se obtengan de estas preguntas se utilizarán únicamente con el fin de proporcionar una idea general de la diversidad de niños a quienes llega el programa Tar Wars.

Tabulación de resultados

Envíe los cuestionarios preliminares y finales completos a su coordinador estatal o regional o directamente a la oficina de Tar Wars de AAFP, situada en 11400 Tomahawk Creek Parkway, Leawood, KS 66211. La oficina de Tar Wars de AAFP ingresará y tabulará todos los cuestionarios preliminares y finales. Los resultados de las evaluaciones estatales y nacionales estarán disponibles en septiembre de cada año. Los coordinadores que lo soliciten podrán obtener informes de los resultados estatales y nacionales.

Actividades adicionales para el salón de clases

Los maestros pueden optar por implementar otras actividades en el salón de clases después de la presentación de Tar Wars a fin de reforzar el mensaje de no consumir tabaco. En la sede de Tar Wars en la red (vaya al botón interactivo del Plan del Programa) se puede encontrar una de estas actividades completa compilada por el Ministerio de Salud del condado de Trumbull en Ohio y financiada por el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades.

Lista de verificación para presentadores**Preparación y seguimiento**

- Póngase en contacto con su coordinador estatal o regional para que le asigne una escuela. Encuentre su coordinador en la sede de Tar Wars en la red en www.tarwars.org.
- Pida a su coordinador la fecha límite del estado para presentar pósters. Pregunte también acerca de los premios que pueden otorgarse en el concurso estatal – puede utilizar esta información para motivar a sus estudiantes.
- Repase la guía del plan, necesitará alrededor de 30 a 45 minutos para leer todo el material. Contiene la información que necesita saber para presentar Tar Wars.
- Entregue a la escuela una copia del plan del programa – o puede indicarles que lo impriman de la sede de Tar Wars en la red – varios días antes de la presentación para que puedan cumplir con sus responsabilidades.
- Complete el formulario para presentadores y maestros en www.tarwars.org (o use la copia que se encuentra en la página 19).
- Aliente a los estudiantes para que continúen la presentación del salón de clases creando un póster de acuerdo con las pautas indicadas en la página 14.

Puntos fundamentales para la presentación

- Siga el texto incluido en esta guía del plan, es un plan de lecciones comprobado. La sección de **Materiales de Recursos** también contiene tarjetas mnemotécnicas para presentadores si prefiere utilizar ese tipo de formato.
- Use un lenguaje simple – evite el argot técnico.
- Organice su presentación: introducción, debate y síntesis.
- Los alumnos de cuarto y quinto grado usan el pensamiento concreto. Destaque el aquí y el ahora – es muy importante.
- Sea puntual y use únicamente la cantidad de tiempo asignada para su presentación. Los salones de clases cumplen horarios estrictos.
- ¡Tenga entusiasmo! Participe en el tema y demuestre un compromiso. Usted aporta credibilidad al programa con su profesión y su conocimiento.

Estrategias para lograr una presentación interactiva en el salón de clases

- Pida que la clase o el grupo no tenga más de treinta estudiantes, de ser posible.
- No combine clases o grupos. Tar Wars ha sido creado para presentarse en forma interactiva y no para realizarse en forma masiva.
- De ser posible, aprenda los nombres de los alumnos.
- Aliente a los estudiantes para que participen en todas las actividades.

Debate del ejercicio preliminar en el salón de clases

Comience su presentación con un debate grupal acerca de la hoja de trabajo preliminar que los estudiantes ya deben haber realizado. Aborde lo siguiente:

1. Usted o el maestro deben preguntar a los estudiantes cuáles fueron sus cálculos de porcentajes de personas en cada grupo que **consumen** productos de tabaco (cigarrillos, puros y tabaco para mascar y escupir).
2. Muestre a los estudiantes la hoja de respuestas preliminares de la página 17. La tabla muestra los porcentajes reales de personas en cada grupo que **consumen** tabaco. Pida que coloreen estos porcentajes en el gráfico de barras de sus hojas de trabajo.
3. Destaque el porcentaje de personas que **consumen** tabaco en cada grupo y que los consumidores de tabaco son la minoría – no la mayoría – en todos los grupos de edades. **(Con mucha frecuencia, los estudiantes sobrestiman el porcentaje de consumo de tabaco. La publicidad obliga a los estudiantes a creer que el consumo de tabaco es más preponderante de lo que en realidad es.)**
4. Pregunte a los estudiantes el motivo por el cual sobrestimaron el porcentaje de consumidores de tabaco. Explique que pueden haber sobrestimado sus porcentajes debido a que están expuestos a mensajes de los medios de comunicación y publicidad que indican que el consumo de tabaco es una parte de la vida diaria normal.
5. Pregunte a los estudiantes si saben que el consumo de tabaco es perjudicial. (En una encuesta nacional de estudiantes de quinto y sexto grado, una mayoría abrumadora indicó que el consumo de tabaco es malo para la salud.)
6. Explique a los estudiantes que ahora tienen los datos acerca del consumo de tabaco y el modo en que el tabaco es perjudicial para el cuerpo, pero que sus padres no sabían lo perjudicial que podía ser el consumo de tabaco.
7. Desafíe a los estudiantes para que utilicen esta información y tomen la decisión de no consumir tabaco.
8. Pida a los estudiantes que preparen una lista de motivos positivos para no consumir tabaco y escriba sus respuestas en la pizarra. Comente esta lista y sugiera que recuerden estas respuestas cuando creen sus pósters más adelante.

Actividad 1 – Efectos a corto plazo del consumo de tabaco

Objetivo – Incrementar el conocimiento de los estudiantes acerca de los efectos a corto plazo del consumo de tabaco.

Tiempo necesario – Aproximadamente cinco minutos.

Comentarios iniciales – “Hoy vamos a hablar acerca del tabaco, los efectos a corto plazo del consumo de tabaco, las razones por las cuales las personas fuman o mascan tabaco y el modo en que los avisos publicitarios de tabaco los seducen para que consuman productos de tabaco. Comencemos por hablar acerca de lo que le pasa a las personas que consumen tabaco. Todos sabemos que el tabaco puede causar cáncer y cardiopatías si se consume durante mucho tiempo. ¿Pero qué sucede cuando se consume tabaco durante poco tiempo? Lo llamaremos efectos del consumo de tabaco a corto plazo.”

Instrucciones para realizar la actividad – Pida a uno o dos estudiantes que se acerquen a la pizarra y escriban las respuestas dadas. Puede decir, “Hagamos una lista en la pizarra de los efectos de fumar o escupir tabaco.” Haga una columna en la pizarra con el título “efectos a corto plazo” (vea la lista a continuación). Consulte nuevamente esta lista durante la Actividad 4 y compare los motivos con los efectos a corto plazo. Los estudiantes tienen bastante conocimiento de los efectos a corto plazo del consumo de tabaco porque lo pueden ver de inmediato. Los efectos a corto plazo tienen un gran impacto en su decisión de consumir o no consumir productos de tabaco. Sugiera que los estudiantes piensen acerca de mascar o escupir tabaco además de fumar cigarrillos y puros.

Efectos a corto plazo

- Mal aliento, aliento apestoso
- Mal olor en la ropa y en el cabello
- Dificultad para correr y para respirar
- Cenizas y colillas sucias
- Toser, expectorar y escupir flemas
- Color amarillo en los dientes y en los dedos
- Menos dinero para gastar en otras cosas
- Agujeros en la ropa
- Manchas de saliva con tabaco en la ropa y en los zapatos

Actividad 2 – Ejercicio del sorbete y respiración

Objetivo – Demostrar cómo se disminuye la capacidad pulmonar al fumar.

Tiempo necesario – Aproximadamente cinco minutos.

Instrucciones para realizar la actividad – Entregue un sorbete a cada estudiante y dígame que se tapen la nariz y respiren únicamente por el sorbete. Pregunte a los estudiantes si sienten que están llevando suficiente aire a los pulmones. Luego pida a los estudiantes que se paren y corran en el lugar mientras respiran por el sorbete. Los estudiantes que padecen de asma no querrán o no podrán participar en este ejercicio. En cambio, pida que repartan los sorbetes o que tomen el tiempo de sus compañeros mientras están corriendo en el lugar (15 a 30 segundos). Pregunte, “¿Cuán difícil fue llevar aire a los pulmones?” Explique a los estudiantes que cuando las personas fuman, pierden la capacidad de retener suficiente oxígeno y tienen dificultad para respirar, en especial durante el ejercicio.

Actividad 3 – Consecuencias monetarias del consumo de tabaco

Objetivo – Ilustrar el costo de consumir tabaco.

Tiempo necesario – Aproximadamente cinco minutos.

Instrucciones para realizar la actividad – Pida a los estudiantes que calculen el precio de una cajetilla de cigarrillos o de una lata de tabaco para escupir y luego calculen el costo por semana, por mes y por año. Pida que un estudiante se acerque a la pizarra a hacer las cuentas. Por ejemplo: **El precio de una cajetilla de cigarrillos o una lata de tabaco para escupir es \$3.00.** (El precio de una cajetilla de cigarrillos oscila entre \$2.20 y \$3.20 y una lata de tabaco para escupir oscila entre \$2.65 y \$3.35. El costo varía de acuerdo con el estado.) Pida al estudiante que escriba:

$\$3 \text{ por cajetilla/lata} \times 7 \text{ días} = \21 por semana

$\$21 \text{ por semana} \times 4 \text{ semanas} = \84 por mes

$\$21 \text{ por semana} \times 52 \text{ semanas} = \1092 por año

Pregunte a los estudiantes “¿Qué otras cosas podrían comprar con este dinero?” Pida que otro estudiante se acerque a la pizarra a hacer una lista con las respuestas de los alumnos.

Actividad 4 – Motivos por los cuales las personas consumen tabaco

Objetivo – Identificar y entender los motivos por los cuales las personas consumen productos de tabaco.

Tiempo necesario – Aproximadamente diez minutos.

Comentarios iniciales – “Recién hicieron una lista de los efectos a corto plazo del consumo de tabaco, sintieron cómo es estar sin aliento y descubrieron lo caro que puede ser el consumo de tabaco. Ahora díganme, ¿por qué creen que las personas comienzan a consumir o continúan consumiendo productos de tabaco?”

Instrucciones para realizar la actividad – Escriba en la pizarra las respuestas de los estudiantes en cuanto a los motivos por los cuales las personas comienzan a consumir o continúan consumiendo productos de tabaco y comente cada motivo. Destaque que la decisión de fumar o escupir tabaco es una decisión voluntaria e ilegal para los jóvenes. Sugiera a los estudiantes que incluyan las siguientes razones, si no las han mencionado:

▪ **Motivo 1 – Imagen**

Los adolescentes usan productos de tabaco porque se imaginan que las personas que fuman o escupen tabaco son encantadoras, bien parecidas, populares, sofisticadas y, como siempre, parecen divertirse. Pregunte, “¿Qué olor tiene en realidad el aliento de un fumador?” “¿Qué gusto o qué olor tiene besar a un familiar que fuma o escupe?” “Si consumir tabaco te hace verte y oler tan mal, ¿por qué desearías fumar o escupir?”

▪ **Motivo 2 – Bajar de peso, ser delgado**

Muchas personas jóvenes, en particular las mujeres, piensan que consumir tabaco reducirá su apetito y les ayudará a bajar de peso y verse delgadas. Las empresas de tabaco refuerzan este mensaje en sus avisos publicitarios. Sugiera a los estudiantes que en cambio ingieran alimentos saludables y realicen actividades físicas con regularidad para verse y sentirse muy bien. Pregunte, “¿Creen que realmente vale la pena comenzar un vicio tan adictivo para bajar unas pocas libras de peso?”

▪ **Motivo 3 – Presión de los compañeros**

Algunas personas indican que los motivos por los cuales fuman o mascan tabaco es por sus amigos o para complacer a los amigos que consumen tabaco. Creen que pueden dejarlo en cuanto quieran hacerlo. Pregunte, “¿Es fácil decir ‘no’ a tus amigos?” “Hagamos una lista de las maneras de las que puedes decir ‘no’ a tus amigos si te ofrecieran un cigarrillo o tabaco para mascar.”

▪ **Motivo 4 – Adicción a la nicotina, relajación**

Las personas que consumen tabaco sostienen que es relajante. En realidad, tiene el efecto opuesto. Los cigarrillos y el tabaco para escupir son estimulantes, lo cual significa que aceleran la

frecuencia cardíaca, aumentan la presión arterial y aceleran el cuerpo. Las personas se sienten relajadas cuando consumen tabaco debido a que les suministra la nicotina que sus cuerpos ansían. Se vuelven adictos a la nicotina, la cual se considera una droga. Pregunte, “¿Cómo se comportan las personas cuando ansían un cigarrillo?” “¿Parecen estar relajadas?”

▪ **Motivo 5 – Parecer mayores, ser adultos o ser como los padres**

Una de las ideas más peligrosas de nuestra juventud es que el consumo de tabaco es una forma de comportamiento aceptable. Intentan fumar y escupir para parecer más adultos. Los niños siguen el ejemplo de los jóvenes mayores y de los adultos que los rodean, como por ejemplo sus padres. Si ellos perciben que el consumo de tabaco es aceptable, es más probable que algún día también consuman tabaco a diario. La mayoría de los adultos que fuman en la actualidad no tenían conocimiento de la naturaleza adictiva de la nicotina cuando comenzaron a fumar. Pregunte,

“¿Qué sucede si tus padres fuman?” “¿Es tu responsabilidad lograr que dejen de fumar?”

Responda, “No, esa es una decisión que los padres deben tomar por su cuenta. Si ellos deciden dejar de fumar, puedes ofrecerles apoyo y aliento. Tus padres no se dieron cuenta de lo peligroso que podía ser fumar cuando ellos comenzaron, pero tú lo sabes. Puedes usar esta información para tomar una decisión sabia y no consumir tabaco.”

▪ **Motivo 6 – Publicidad**

La publicidad y los medios de comunicación pueden ser muy poderosos. Los avisos publicitarios muestran a las personas que fuman y escupen como personas jóvenes, atractivas y populares. Los avisos publicitarios de tabaco no informan a los futuros consumidores acerca de las consecuencias perjudiciales de consumir el producto, sólo igualan fumar y escupir con divertirse. Con frecuencia los jóvenes no tienen conocimiento del modo en que estos avisos influyen en sus decisiones acerca del consumo de tabaco. Pregunte, “¿Los avisos publicitarios siempre ilustran la verdad?” “¿Cómo intentan seducirlos estos avisos publicitarios para que consuman sus productos?”

Pregunte a los estudiantes de qué otro modo las empresas de tabaco llegan a la juventud con su publicidad ahora que es ilegal que publiciten directamente por televisión. Entre otras ideas se encuentran

- Tableros de fútbol
- Patrocinadores de torneos de tenis
- Películas (TV, video, DVD)
- Carteles de anuncios de béisbol
- Autos de carrera y carreras televisadas
- Internet

La industria del tabaco en realidad les paga a las empresas de cine para que muestren a personas fumando y consumiendo tabaco. Pida a los estudiantes que nombren algunas películas calificadas G- y PG- que han visto y que muestren consumo o publicidad de tabaco. Si no pueden nombrar por su cuenta, puede mencionar algunas de las películas indicadas a continuación para conversar acerca del tema.

Los efectos físicos, como por ejemplo toser o ponerse de color verde, aparecieron en trece (37 por ciento) de las 35 películas que muestran consumo de tabaco. De acuerdo con la revista científica *Journal of the American Medical Association (JAMA)*, marzo 24/31. 1999;281:12, 1131-1136., las siguientes películas calificadas G- tienen inserciones de productos de tabaco (los números en paréntesis indican la cantidad de inserciones):

- La noche de las narices frías (299)
- Jim y el durazno gigante (206)
- Un cuento americano (155)
- Space Jam (117)

Casi todas las películas calificadas PG-13 muestran a alguien consumiendo tabaco.

Un estudio reciente (*Pediatrics*. 2001;107:1369-1374) concluyó que casi la mitad de los largometrajes de dibujos animados calificados G- disponibles en video tienen personajes que consumen alcohol y tabaco en exceso y como conducta normativa, pero no transmiten las consecuencias a largo plazo de este consumo. El estudio examinó las siguientes películas en cuanto al tiempo que los espectadores están expuestos (en segundos, indicados en paréntesis) al consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias:

- Las aventuras del pequeño Nemo en la tierra de los sueños (416)
- Alicia en el país de las maravillas (323)
- Pinocho (271)
- Dumbo (243)
- Los gatos no bailan (202)
- El Jorobado de Notre Dame (23)
- Tarzán (8)
- La sirenita (7)
- Pocahontas (4)

Actividad 5 – Tabaco y publicidad

Objetivo – Brindar un mayor conocimiento a los estudiantes acerca del modo en que la publicidad del tabaco intenta influir en la juventud para que compren sus productos y el modo de pensar críticamente acerca de la publicidad del tabaco. Asimismo, fortalecer el conocimiento de los estudiantes acerca de las estrategias de comercialización de la industria del tabaco.

Tiempo necesario – Aproximadamente 15 minutos.

Comentarios iniciales – “Hemos conversado acerca de los motivos por los cuales las personas consumen tabaco. Vamos a concentrarnos en uno de esos motivos: la publicidad del tabaco. Los avisos publicitarios de tabaco muestran a personas que aparentemente están disfrutando de fumar cigarrillos y escupir tabaco. Supuestamente los actores y modelos de estos avisos representan a personas a quienes ustedes admiran y como ustedes desearían ser. En sólo una hora – el tiempo que dura la presentación de Tar Wars en su salón de clases – la industria del tabaco habrá gastado \$1 millón en publicidad creada para convencerlos de que consuman sus productos.”

Instrucciones para realizar la actividad – Divida la clase en grupos de tres estudiantes cada uno y entregue a cada grupo una copia de la hoja de trabajo de Tabaco y Publicidad y una muestra de un aviso publicitario de tabaco que le haya entregado la maestra o usted. Incluya por lo menos un aviso de tabaco para escupir. Si la maestra no le entregó avisos de revistas, puede copiar muestras de avisos publicitarios de tabaco que se incluyen en este curriculum (vea la página 19). Pida a cada grupo que comente el aviso o avisos y que responda las preguntas de la hoja de trabajo. Cuando todos los grupos hayan terminado de responder las preguntas, pida que lo muestren a la clase y lo comenten. A medida que se presenta cada aviso publicitario, pida a los estudiantes que comparen el mensaje del aviso con la verdad acerca del consumo de tabaco. Pida a los estudiantes que respondan esta pregunta, “¿La industria del tabaco dice la verdad en este aviso publicitario?” Vuelva a consultar los efectos a corto plazo que se comentaron en la Actividad 1: el olor en la ropa o en el cabello no es realmente agradable, el aliento apesadoso no es atractivo y no les hará populares ni atraer a sus amigos. Concentre el debate del atractivo de cada aviso según se indica a continuación:

- **Buena imagen** – Los muchachos que aparecen en los avisos publicitarios parecen ser fuertes, tenaces y estar en buen estado físico. Pregunte a los estudiantes, “¿Realmente piensan que son fuertes y están en forma? ¿Qué efecto tiene realmente fumar para sus pulmones?”

- **Buena apariencia y encanto** – Las muchachas que aparecen en estos avisos publicitarios parecen ser jóvenes, bonitas y estar bien vestidas. Los fumadores tienen dientes y uñas amarillos, arrugas y olor en el aliento y en la ropa. Las personas que escupen tabaco tienen manchas en su ropa, mal aliento y necesitan estar continuamente escupiendo tabaco.
- **Bajo contenido de alquitrán, livianos** – Pregunte a los estudiantes, “¿Es saludable para ustedes fumar cigarrillos que tienen un bajo contenido de alquitrán? ¿Aun son sensibles a los efectos dañinos del consumo de tabaco? ¿Tendrán de todos modos mal aliento, dientes amarillos o mal olor en la ropa?”
- **Salir en grupo, salir en pareja** – Pregunte a los estudiantes, “¿Ustedes disfrutan de la compañía de personas que fuman o escupen? ¿Cómo creen que sería abrazar a alguien que huele como un cenicero o hablar con alguien que tiene la boca llena de tabaco para escupir?”
- **Amigos y popularidad** – Pregunte a los estudiantes, “¿Necesitan fumar o escupir para tener amigos o para pasar un buen rato? ¿Les gusta que les tiren el humo en la cara? ¿Les gusta que su ropa huela a humo?” Dígales, “¡Pueden hacer muchas otras cosas y aun así pasarla bien!”
- **Sabe bien** – Pregunte a los estudiantes, “¿Los cigarrillos o el tabaco para escupir realmente saben bien? ¿Tienen gusto fresco, refrescante y parecido al mentol?” Dígales, “Están calientes, tienen gusto amargo y les quemará la boca y los pulmones. Recuerden, las personas que consumen tabaco en general tienen que obligarse a sí mismas a comenzar la primera vez.”

Use este momento como una oportunidad para hacer parodias de nombres de marcas de cigarrillos y tabaco para escupir. Los estudiantes se divertirán inventando sus propias “marcas”, como por ejemplo Marlborol, Virginia Elfin.

Consejos para la presentación – Pida a los estudiantes que lean en voz alta lo que dice en el recuadro blanco de advertencia del Director General de Salud Pública acerca de los productos de tabaco y explique que la advertencia se ha colocado en un recuadro en “letra pequeña” para que no parezca importante. Mire con cuidado cada advertencia. Muestre a los estudiantes ejemplos de la colocación engañosa de los recuadros de advertencias en las muestras de avisos publicitarios de tabaco. Los recuadros de advertencias de los avisos publicitarios que se dirigen a las mujeres en general **no incluyen** las consecuencias correspondientes para su sexo (por ejemplo, bajo peso en el recién nacido, complicaciones en el embarazo), mientras que los recuadros de advertencias de los avisos publicitarios dirigidos a los

hombres en general si los incluyen – lo que transmite un mensaje a los hombres jóvenes que hay pocas preocupaciones para ellos con respecto al consumo de tabaco. **Recalque que este no es un ejemplo de publicidad que diga la verdad, a pesar de que la ley requiere que lo hagan.**

Actividad 6 – Concurso de pósters

Objetivo – Reforzar la lección de Tar Wars y destacar los efectos positivos de no consumir tabaco en diseños originales de pósters.

Tiempo necesario – Esta actividad puede comenzarse durante la última parte de la presentación en el salón de clases y los estudiantes pueden terminarla en su propio tiempo o en combinación con una clase de arte.

Instrucciones para realizar la actividad – Sugiera a los estudiantes que diseñen pósters que ilustren los efectos positivos de no consumir tabaco y demuestren con creatividad lo que han aprendido durante la presentación en el salón de clases. Hable luego con la maestra para confirmar que los estudiantes que decidan participar en el concurso con su póster cumplan con las normas que se indican en la página 14.

Síntesis de la presentación

- Repase con los estudiantes los temas cubiertos en la presentación en el salón de clases, como por ejemplo los efectos a corto plazo del consumo de tabaco, los motivos por los cuales las personas consumen tabaco y el modo en que las empresas de tabaco comercializan sus productos.
- Pida a los estudiantes que respondan a cada tema mencionando algunas de las cosas que aprendieron.
- Destaque las técnicas engañosas de comercialización que se usan en la publicidad de tabaco, como por ejemplo los dientes blancos y amarillos, el aliento fresco yapestoso. Pregunte, “¿La industria nos está diciendo la verdad?”
- Inste a los estudiantes a que consideren crear un póster para “publicitar” una vida sin tabaco. Repase las normas para los pósters (página 14) con ellos y ayúdelos a pensar ideas para encontrar mensajes positivos para los pósters.
- Motive a los estudiantes nombrando los posibles premios para el concurso estatal y el concurso nacional (“... el ganador nacional recibe un viaje para la familia a Disney World, que tiene un valor de hasta \$3,000).

- Sugiera a la maestra que organice un concurso de pósters y presente un póster ganador al coordinador estatal o regional.
- Pida a la maestra que sus estudiantes completen el cuestionario final en línea (de otro modo, use la copia que se encuentra en la página 21) de dos a cuatro días después de su presentación y que considere continuar con los otros experimentos y actividades educativas referentes al tabaco que se encuentran en la sede de Tar Wars en la red (www.tarwars.org).
- Complete el formulario para presentadores y maestros en línea (de otro modo, use la copia que se encuentra en la página 19) y envíela a la oficina de Tar Wars de AAFP. Pida a la maestra que también complete un formulario.

Tar Wars – Concurso de pósters

El objetivo del concurso de pósters es reafirmar el mensaje de Tar Wars que se aprendió durante la presentación en el salón de clases. Se recomienda a las maestras organizar un concurso de pósters en su escuela y motivar a los estudiantes para que participen en esta actividad. Considere solicitar donaciones a los comercios locales para utilizar como premios y colocar los pósters ganadores en la escuela y en la comunidad para su exhibición. Comuníquese directamente con su coordinador o visite la sede de Tar Wars de AAFP en la red en www.tarwars.org para obtener más información y las fechas importantes para el concurso estatal.

Normas para participar en el concurso de pósters

Los pósters serán calificados de acuerdo con su arte, creatividad, originalidad y su capacidad de comunicar un mensaje claro y positivo para continuar viviendo sin tabaco. En este plan y en la sede de Tar Wars en la red en www.tarwars.org se encuentran ejemplos de pósters que cumplen con el criterio que se indica a continuación.

La oficina nacional de Tar Wars de AAFP ha establecido las siguientes normas para la presentación de pósters. No deje de repasar estas normas con sus estudiantes a fin de garantizar que las cumplan y evitar su descalificación.

- Sólo pueden presentar pósters para el concurso los alumnos de cuarto y quinto grado.
- La labor artística de los estudiantes debe ser original. No pueden tomarse ideas de otras fuentes, como por ejemplo personajes de caricaturas, temas de películas (por ejemplo Star Wars) ni de pósters ganadores pasados.
- Los pósters **deben** destacar los aspectos positivos de no consumir tabaco, pero no se permiten temas relacionados con la muerte.
- Los estudiantes no pueden trabajar en parejas.
- No se aceptarán pósters que sean más grandes que el tamaño regular de una cartulina (22" x 28").
- Los estudiantes pueden usar papel para pósters, papel de copia o cartulina para crear su labor artística.
- Los estudiantes pueden utilizar diversos materiales, como por ejemplo acuarelas, lapiceras y tinta, crayones, tiza, marcadores, etc. pero no se aceptarán dibujos realizados con la computadora ni gráficos electrónicos (clipart).
- No se deben plastificar los pósters.

Adhiera el Formulario Oficial de Participación en el Concurso de Pósters y el Formulario de Autorización de Publicación (que se encuentran en las páginas 22 y 23) al reverso del póster. Todos los pósters presentados en el concurso nacional de pósters de Tar Wars de AAFP pasan a ser propiedad del programa Tar Wars de AAFP y no serán devueltos. Haga copias en color de los pósters ganadores que se envíen al concurso estatal.

Calificación de pósters

Cada escuela deberá elegir su propio equipo de jueces. Este equipo puede incluir maestros de aula, maestros de arte, padres, estudiantes mayores, funcionarios del consejo escolar, artistas locales, miembros de la asociación de padres y maestros (PTA), líderes de la comunidad o miembros de los medios locales de comunicación.

Los pósters deberán ser calificados y enviarse a su coordinador antes de la fecha que se haya establecido. Presente sólo un póster ganador de su escuela en el concurso estatal. **Los pósters deberán enviarse a su coordinador, no a la oficina nacional de Tar Wars de AAFP.** Comuníquese con su coordinador para obtener detalles o visite la sede de Tar Wars en la red en www.tarwars.org para obtener más detalles o para ubicar a su coordinador y su dirección postal.

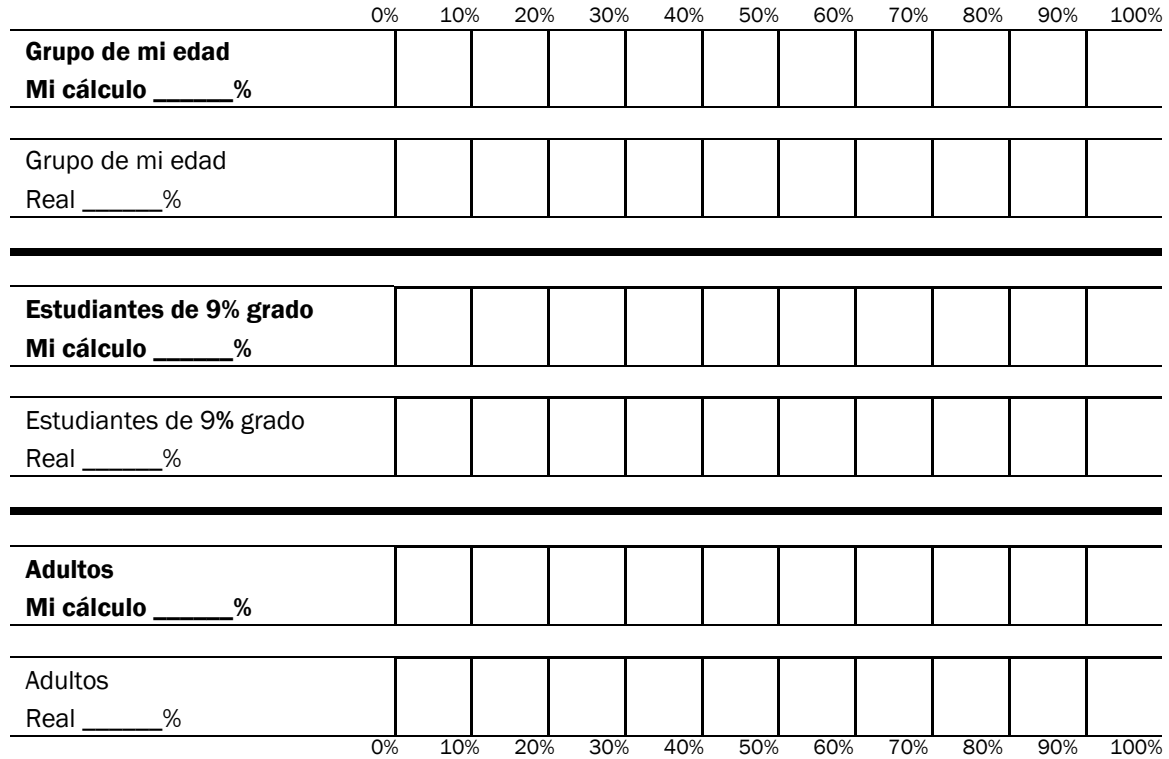
Seguimiento del concurso de pósters

Después de que haya concluido el concurso de su escuela, puede hacer lo siguiente con los pósters de los estudiantes:

- Colocar los pósters en los salones de clases, en la cartelera de la escuela, en la biblioteca, en la cafetería de la escuela o en la oficina de conocimiento, prevención y educación continua acerca del tabaco (si su escuela cuenta con una oficina de este tipo).
- Ofrezca pósters a los comercios locales o al centro comercial local para que los exhiban.
- Ofrezca un póster a cada uno de los jueces como agradecimiento.
- Ofrezca un póster a los presentadores para que lo exhiban en su lugar de trabajo.
- Hable con la compañía local de teléfono acerca de usar un póster como tapa en una guía telefónica.
- Copie y use los pósters para cubrir los libros de la escuela. La oficina nacional de Tar Wars de AAFP puede proporcionarle una plantilla para su reproducción en la comunidad.

1) ¿Cuántas personas de cada grupo **consumen** tabaco (cigarrillos, puros y tabaco para mascar y escupir)?

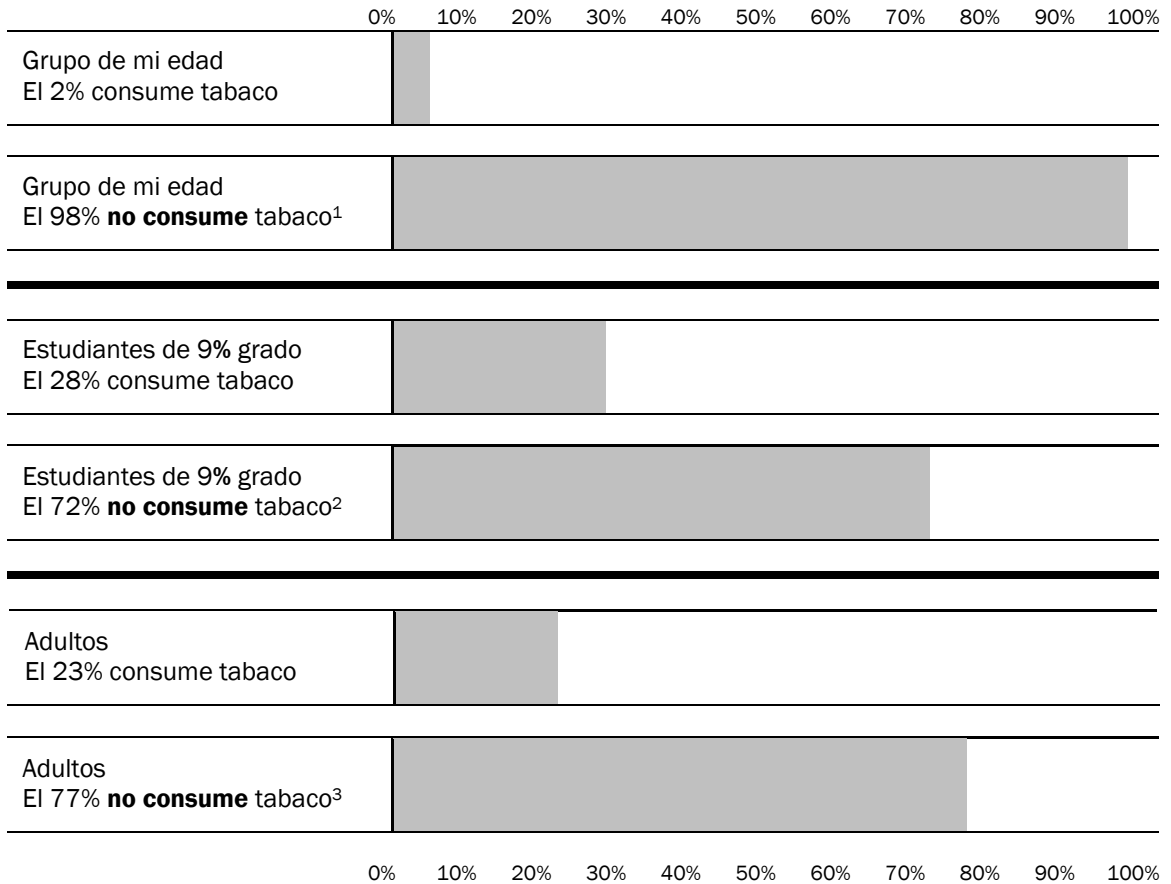
(Colorea el gráfico de barras a continuación hasta la línea que represente tu cálculo de porcentaje; colorea los porcentajes reales durante el debate en el salón de clases)



2) ¿Cómo puede perjudicarte el consumo de productos de tabaco?

3) Enumera las cosas buenas que te suceden cuando no consumes tabaco:

Los **porcentajes reales** de las personas que **consumen** productos de tabaco son:



Nota para los maestros y presentadores

El 43 por ciento de los estudiantes del último grado de escuela secundaria consumen tabaco.² Esta cantidad realmente mayor destaca la importancia de tratar el tema del consumo de tabaco en la juventud.

¹1999 Encuesta nacional de hogares acerca del abuso de estupefacientes. Ministerio de Salud y Servicios Humanos, Administración de Servicios de Abuso de Estupefacientes y Salud Mental, Oficina de Estudios Aplicados.

²Tendencias del consumo de cigarrillos en estudiantes de escuela secundaria – Estados Unidos, 1991-1999. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.* 2000 Aug 25;49(33):755-8. **[Fumar actualmente se definió como fumar uno o más días durante el mes previo a la encuesta.]**

³Consumo de cigarrillos por parte de adultos y la proporción de adultos que trabaja en un entorno sin tabaco, específico del estado – Estados Unidos, 1999. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.* 2000 Nov 03;49(43):978-982.

Hoja de trabajo: Tabaco y Publicidad

Las empresas de tabaco gastan \$22.5 millones por día – o sea \$8,200 millones por año – para que ustedes empiecen a consumir productos de tabaco. Si tienen éxito, tendrán un nuevo cliente de por vida, y ustedes terminarán pagándoles cada día del resto de sus vidas.

Muchos avisos publicitarios de tabaco muestran a personas que aparentemente disfrutan de fumar o escupir tabaco. Los actores y modelos (muchos de los cuales ni siquiera consumen tabaco) que aparecen en estos avisos publicitarios supuestamente representan a personas a quienes ustedes admiran y como quienes ustedes desearían ser. Todos estos avisos publicitarios incluyen un recuadro con advertencias que expresan los efectos perjudiciales del consumo de tabaco. Sin embargo, la advertencia se ha reducido a letras pequeñas para que no se destaque.

Miren el aviso o avisos que se entregaron a su grupo. Respondan las siguientes preguntas (algunas pueden tener más de una respuesta):

1. ¿Qué tema o temas usan estos avisos publicitarios para engañarlos y que creen que consumir tabaco no es perjudicial?
 - Amigos y popularidad Poco alquitrán, livianos Buena imagen
 - Buena apariencia, encanto Salir en grupo, en pareja Buen sabor
 - Otro tema _____

2. ¿Estos avisos les están diciendo la verdad acerca del consumo de tabaco?
 - Sí No

3. ¿Qué les están diciendo estos avisos acerca de las personas que consumen esta marca de productos de tabaco?
 - Son listos Se divierten Son bonitos, lindos Son atléticos
 - Tienen éxito Hacen tonterías Son diferentes, únicos Son delgados
 - Son saludables Son amigables, populares
 - Otro _____

4. ¿A qué grupo de clientes está tratando de atraer esta marca?
 - Niños Adolescentes Adultos
 - Muchachos Muchachas Hombres Mujeres

5. ¿Qué es engañoso en estos avisos publicitarios? Trace una línea para unir lo que se encuentra en el aviso y lo que es **realmente** cierto:

Lo que se ve en el aviso

Lo que es realmente cierto

Dientes blancos y bonitos

\$1,092 por año en cigarrillos

Cuerpo delgado o atlético

Pocos amigos – la mayoría de las personas no consumen tabaco

Grupos de amigos

Pulmones enfermos, problemas de respiración

Riqueza y éxito

Dientes amarillos, aliento apestoso

Cigarrillo encendido

Ceniceros sucios, cenizas sobre la ropa

El formulario para presentadores y maestros está disponible para presentarse en línea en www.tarwars.org/evaluation

1. Soy:

<input type="checkbox"/> Médico de familia	<input type="checkbox"/> Enfermera de escuela	<input type="checkbox"/> Maestra de aula
<input type="checkbox"/> Médico residente	<input type="checkbox"/> Asistente médico	<input type="checkbox"/> Otra categoría (indique)
<input type="checkbox"/> Estudiante de medicina	<input type="checkbox"/> Educador sanitario	_____

2. Nombre de la escuela _____ Ciudad / Estado _____

3. ¿Existen fotos de su visita o presentación? Sí No

4. ¿El plan del Programa de Tar Wars fue útil? Sí No

5. Si respondió en forma afirmativa, ¿qué nivel de utilidad le asignaría? (haga un círculo alrededor del número en la escala)

Muy útil		no del todo útil		No fue útil
5	4	3	2	1

6. Si usted es maestra o maestro, estuvo a gusto con su presentador? Sí No

7. Si usted es presentador, ¿cuántos años ha presentado Tar Wars? _____

8. Si usted es el presentador, ¿cuántas veces ha presentado Tar Wars **este año**? _____

Fecha o fechas	_____	_____	_____
Grado o grados	_____	_____	_____
Maestra o maestras	_____	_____	_____
Cantidad de estudiantes	_____	_____	_____

9. ¿Se comunicó con su coordinador estatal antes realizar la presentación en el salón de clases?

<input type="checkbox"/> Sí	<input type="checkbox"/> No
-----------------------------	-----------------------------

10. ¿Tiene alguna sugerencia para mejorar el plan o el programa Tar Wars?

11. Indique todo tipo de problemas que haya encontrado al comunicarse con su coordinador, la escuela o el personal de la oficina nacional de Tar Wars de AAFP.

12. Sírvase completar su información personal:

Nombre	_____
Domicilio	_____
Ciudad, estado y código postal	_____
Teléfono	_____
Fax	_____
Correo electrónico	_____

Complete este formulario en línea o complete y envíe por fax o por correo directamente a: AAFP
 Tar Wars, 11400 Tomahawk Creek Parkway, Leawood, KS 66211; FAX (913) 906-6099

El cuestionario preliminar está disponible para presentarse en línea en www.tarwars.org

Nombre de la escuela _____

Estado (abreviatura de 2 letras) _____ Fecha de hoy (M/D/A) _____

Nombre de la maestra _____

1. Marca el casillero que represente su respuesta para cada frase a continuación:

Verdadero Falso

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Fumar causa mal aliento |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Fumar te pone los dientes amarillos |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Los cigarrillos son menos nocivos si contienen bajo nivel de alquitrán |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Estar cerca de humo hace que tu ropa huelga a limpia |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Fumar puede disminuir la cantidad de aire que entra a los pulmones |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Fumar una cajetilla de cigarrillos por día durante un año costaría por los menos varios cientos de dólares |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Consumir tabaco hace que la gente parezca encantadora y popular |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Algunas personas consumen tabaco porque sus amigos lo hacen |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Consumir tabaco acelera la frecuencia cardíaca y la presión arterial |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Los avisos publicitarios de tabaco dicen la verdad acerca del consumo de tabaco |

2. Aproximadamente, ¿qué porcentaje de niños de tu edad **no consumen** tabaco?

- 98% 75% 50% 25%

3. ¿Alguien que vive en tu casa consume tabaco? Sí No

4. ¿Tú consumes tabaco ahora? Sí No

5. ¿Alguna vez has probado o consumido tabaco? Sí No

6. ¿Qué probabilidades hay de que consumas productos de tabaco durante el próximo año?

- Definitivamente consumiré Posiblemente consumiré
 Es muy probable que consuma No consumiré

7. ¿Qué edad tienes?

- 8 9 10 11 12 13 14 años

8. **Sexo:** Soy Varón Mujer

9. **Raza:** Soy Amerindio o nativo de Alaska
 Asiático
 Negro o afroamericano
 Nativo de Hawai o de otra isla del Pacífico
 Blanco

10. **Origen étnico:** Soy: Hispano o latino Ni hispano ni latino

11. ¿Has disfrutado de la presentación de Tar Wars? Sí No

Maestras – Consulten las normas y explicaciones de los cuestionarios en la página 3

Pidan a sus alumnos que completen los cuestionarios preliminares y finales **en línea** o envíen los cuestionarios completados a mano a: AAFP Tar Wars, 11400 Tomahawk Creek Parkway, Leawood, KS 66211

Tenga en cuenta – Todos los pósters presentados se convierten en propiedad del programa Tar Wars de AAFP y no serán devueltos. Haga copias para usted antes de presentar su póster.

Escriba en imprenta o a máquina la siguiente información:

Nombre del alumno _____

Edad del alumno _____ Grado _____ Sexo: M F

Domicilio particular del alumno _____

Teléfono particular del alumno _____

Nombre de los padres o tutores del alumno _____

Nombre de la escuela del alumno _____

Nombre de la maestra del alumno _____

Domicilio postal de la escuela _____

Número de teléfono de la escuela _____

Correo electrónico de la escuela o de la maestra _____

Nombre del periódico local del alumno _____

Nombre del director o cronista del periódico _____

Domicilio postal del periódico _____

Número de teléfono del periódico _____

Correo electrónico del director o cronista _____

Nombre del presentador de Tar Wars en el salón de clases _____

Nombre del coordinador estatal o regional de Tar Wars _____



**American Academy
of Family Physicians**

TODAY'S FAMILY PHYSICIAN – SPECIALIZING IN ALL OF YOU.

Por medio del presente autorizo a Tar Wars y a American Academy of Family Physicians (AAFP) a utilizar el póster presentado por (nombre de su hijo o hija) _____ para el concurso estatal y nacional de pósters y su fotografía para ser usados en diversas actividades promocionales, incluso comunicados de noticias a los medios de comunicación (televisión, radio, periódicos, revistas, publicidad en la vía pública, etc.), su reproducción en publicaciones de Tar Wars y AAFP, su uso en las sedes oficiales de Tar Wars y AAFP en la red y otras gestiones según lo determinen Tar Wars o AAFP. La única información que se dará a conocer a los medios de comunicación será el nombre, edad y ciudad de residencia de su hijo o hija.

Nombre de su hijo o hija

Edad y grado de su hijo o hija

Número de seguro social de su hijo o hija
(se mantendrá en forma confidencial)

Nombre de la escuela de su hijo o hija

Domicilio postal particular

Ciudad, estado y código postal

Número de teléfono

Firma del padre, madre o tutor

Nombre impreso del padre, madre o tutor

Fecha de hoy



**American Academy
of Family Physicians**

TODAY'S FAMILY PHYSICIAN - SPECIALIZING IN ALL OF YOU.

Padres: Cómo USTEDES pueden ayudar a que sus hijos no consuman tabaco

En la clase de hoy, sus hijos participaron en Tar Wars, un programa educativo premiado creado para prevenir el consumo de tabaco en la juventud, de la academia American Academy of Family Physicians. Tar Wars ha sido creado para alumnos de cuarto y quinto grado y su presentación está a cargo de profesionales y educadores sanitarios voluntarios. El programa consiste en dos partes: una presentación de una hora en clase y un concurso final de pósters.

La lección del salón de clases adopta un enfoque eficaz, innovador e interactivo para enseñarle a los alumnos acerca de las consecuencias a corto plazo y las derivaciones económicas del consumo de tabaco, los motivos por los cuales las personas consumen tabaco y las tácticas engañosas que se utilizan en la publicidad de tabaco. El concurso final de pósters refuerza el mensaje de Tar Wars al animar a los alumnos a que capturen con creatividad lo que han aprendido acerca de no consumir tabaco. Los pósters ganadores de los concursos de cada escuela se inscriben para participar en el concurso estatal y tener la oportunidad de progresar hacia el concurso nacional de pósters de Tar Wars que se lleva a cabo anualmente en julio.

Durante la presentación en el salón de clases, sus hijos participaron en las seis actividades que se enumeran a continuación. Tar Wars los urge a que conversen con sus hijos acerca de estas actividades y les pregunten lo que han aprendido.

Actividad 1 – Efectos a corto plazo del consumo de tabaco

Aumenta el conocimiento de los alumnos acerca de los efectos a corto plazo del consumo de productos de tabaco (es decir, aliento apesados, ropa con mal olor, dientes amarillos).

Actividad 2 – Ejercicio del sorbete y respiración

Demuestra el modo en que fumar disminuye la capacidad pulmonar.

Actividad 3 – Consecuencias económicas del consumo de tabaco

Ilustra el costo del consumo de tabaco durante el transcurso de un día, un mes y un año.

Actividad 4 – Motivos por los cuales las personas consumen tabaco

Ayuda a los alumnos a identificar y comprender los motivos por los cuales las personas comienzan a consumir o continúan consumiendo productos de tabaco.

Actividad 5 – Tabaco y publicidad

Les brinda más conocimiento a los alumnos acerca del modo en que la publicidad de tabaco intenta influir a la juventud para que compren sus productos y el modo de pensar críticamente acerca de la publicidad de tabaco y reforzar el conocimiento de los alumnos acerca de las estrategias de comercialización de la industria del tabaco.

Actividad 6 – Concurso de pósters

Refuerza la lección de Tar Wars y destaca los efectos positivos de no consumir tabaco mediante diseños originales de pósters. Pueden consultar con las maestras de sus hijos acerca del concurso de pósters de la escuela y los premios que se otorgarán.

¿Sabían...

...que sus hijos enfrentarán el mayor riesgo de comenzar a fumar durante el sexto y el séptimo grado?

Hablar con sus hijos – con frecuencia y a tiempo – es importante para transmitir mensajes claros y uniformes indicando que ustedes no desean que ellos consuman tabaco. Sean específicos, concisos y razonables al establecer reglas acerca del consumo de tabaco y drogas y exigir su cumplimiento.

Los alumnos de cuarto a sexto grado (de 10 a 12 años de edad) disfrutaban al aprender datos, en particular datos raros y fuera de lo común. Esta edad es tal vez el momento más importante para que los padres concentren sus mayores esfuerzos para prevenir el consumo de drogas.

De acuerdo con un artículo de Associated Press del 2001, “...nuevas investigaciones sugieren que es mucho menos probable que los adolescentes fumen si ellos piensan que sus padres no aprueban el vicio. La reprobación paterna funciona aun si los padres son fumadores, y también puede mitigar el efecto de la presión entre compañeros, que ha demostrado ser una influencia importante en la decisión de fumar o no de los adolescentes... Asimismo, ‘los padres que fumaban y fijaban expectativas sin tabaco para sus hijos... tuvieron la misma influencia que los padres que no fumaban.’”

Sus hijos necesitarán un mensaje claro que repruebe el consumo, información objetiva y una gran voluntad para resistir a la presión de sus compañeros y no consumir. Enseñen a sus hijos a tener conciencia del modo en que el tabaco y las otras drogas se promueven en los medios de comunicación, en la música y televisión

y en otros medios publicitarios. Continúen practicando con sus hijos el modo de decir “no” y rechazar el tabaco. Sus hijos apreciarán sus esfuerzos y el interés que demuestren tener en su salud y bienestar.

¡Prometo no consumir tabaco!

Para obtener más información acerca de Tar Wars, la prevención del consumo de tabaco y el modo de participar en su comunidad, visite estas sedes de la red:

- **www.tarwars.org** (de otro modo, puede llamar a 800-TAR-WARS o enviar un mensaje por correo electrónico a tarwars@aafp.org)
- **www.tobaccofreekids.org** (sede oficial del Centro Nacional para Niños sin Tabaco, National Center for Tobacco-Free Kids en la red)
- **www.health.org/govpubs/PHD533/index.htm** (obtenga una copia gratuita de *Growing Up Drug Free: A Parent's Guide to Prevention*)

Los presentadores de Tar Wars les recalcan a los estudiantes que no es su responsabilidad lograr que alguien de su familia deje de fumar – esa es una decisión que cada persona debe tomar por su cuenta – pero que está bien ofrecer apoyo y aliento. Si usted conoce a alguien que está listo para dejar de consumir tabaco, los siguientes recursos pueden ser de utilidad: <http://familydoctor.org/> (busque “smoking”) o www.lungusa.org/tobacco/.

Hagan la promesa de no consumir tabaco

Los niños toman las promesas con mucha seriedad. Pidan a sus hijos que prometan no consumir tabaco y celebren un contrato con ellos. Consideren usar un incentivo (es decir, dinero, un viaje especial) para compensarlos por no consumir tabaco hasta los 21 años de edad.

Tarjeta de promesa de no consumir tabaco

¡Prometo no consumir tabaco!

_____ (firma de su hijo)

_____ (su firma)

_____ (fecha)

Incentivo _____

Tar Wars
_____®



**American Academy
of Family Physicians**

TODAY'S FAMILY PHYSICIAN – SPECIALIZING IN ALL OF YOU.