



## Relato de nuestra experiencia post - pandemia.

**Introducción:** Como equipo extensionista nuestras prácticas en salud se han enfocado en las consecuencias del consumo de tabaco. Nuestros destinatarios son estudiantes Adultos de la Localidad de Berisso, que concurren a las Escuelas N° 703, 708, 707, 710.

Nuestro grupo de trabajo valora la importancia que tiene la preservación de la salud y desarrollamos actividades de protección y prevención, ya que el consumo de tabaco es un factor de riesgo determinante en distintas enfermedades. Pero dejar de fumar no es nada fácil.

Nuestro proyecto se encuentra enmarcado en una enseñanza con perfil extensionista en la que, los alumnos y docentes se involucran y comprometen con la comunidad. A su vez, utiliza la interdisciplinariedad para que el proyecto se nutra y amplíe, expresando distintas visiones de como atacar el problema. Como equipo realizamos todos los esfuerzos necesarios para que el trabajo se adecue a la realidad con objetivos factibles/viables, adaptándonos a las diferentes realidades complejas de los sujetos. Si reconocemos que es un hábito difícil de abandonar, debemos procurarle a esta comunidad herramientas para la detección temprana de posibles lesiones ocasionadas por el tabaco. En estos talleres haremos prevalecer el respeto hacia nuestros semejantes y estamos dispuestos a dialogar y evacuar dudas a todos aquellos destinatarios que nos acerquen sus inquietudes. Consideramos que el primer nivel de atención es la auto-atención o autocuidado en donde sea la misma Comunidad y las personas las que toman las decisiones y acciones sobre su propia salud, por lo que nuestras intervenciones estarán focalizadas en empoderar a los destinatarios en la construcción colectiva de nuevos saberes para una mejor toma de decisiones sobre salud. Por eso, proponemos el autoexamen de la cavidad bucal para la identificación de una mucosa sana de otra con lesiones.

### Objetivos:

Elevar los niveles de salud brindando conocimientos necesarios acerca de los riesgos que representa el consumo de tabaco. Empoderar a la población sobre prácticas de autocuidados en salud bucal. Disminuir el consumo de tabaco. Estimular hábitos de higiene. Promover la conciencia de la población acerca de la importancia de la consulta temprana. Lograr que las acciones educativas tengan un efecto multiplicador en los participantes del programa para su difusión.

**Actividades:** A través de encuestas semiestructuradas hicimos un

relevamiento diagnóstico de la población cursante actual, determinando y haciendo hincapié en los saberes previos de los nuevos educandos de los Establecimientos Educativos.

En base a los resultados obtenidos se programaron las tareas de taller con videos educativos y material didáctico. Utilizamos estrategias participativas e interactivas generando espacios lúdicos donde los alumnos se sintieron cómodos, no discriminados e incluidos. Con nuestra intervención los participantes se convierten en autores activos de su producción cognitiva.

**Discusiones:** Con esta intervención logramos despertar interés acerca de la relevancia de adoptar hábitos saludables y ser el protagonista de ese cambio.



**Resultados:** Los adultos participantes aceptaron llevar a cabo cambios de hábitos y conductas. Se estimularon acciones de promoción y prevención de salud convirtiéndose en agentes multiplicadores de salud, despertando interés acerca del valor y la dignidad que genera no fumar.

Comprendieron y aprendieron la gravedad que induce el consumo de dicha sustancia tóxica (tabaco). Se mostraron motivados por la práctica del autoexamen en el taller, con el uso de espejos mediante la interacción cooperativa entre los integrantes del grupo. También se mostraron interesados en la incorporación de prácticas de higiene.

**Proyección a futuro:** A través de este proyecto identificamos que los concurrentes se encontraron motivados por reconocer lesiones orales de distinta ideología, por ejemplo, patologías de transmisión sexual. Por ello, pensamos con el grupo de trabajo ampliar nuestra propuesta de extensión, no solo para concientizar cambios de hábito y lesiones generadas por el consumo de tabaco, sino también patologías de ITS.

**Proyecto de extensión:** ¿Fumar es un placer? Parte V.

**Autores:** Cecho A.C; Tosti S.B; Peñalva M.A; Dettbarn J.A; Bosi A.V.; Dominguez Guidi R.L; Moneo M.O; Lazo M.E.; Bavaro S.; Basal R.L; Bander M.P.; Demaria V.G.