

SESIONES DE TRABAJO  
PARA EL ALUMNADO

EDICIÓN 2007

**a no fumar  
¡me apunto!**

**3ESO**



ESTE DOCUMENTO INCLUYE LAS SESIONES DE TRABAJO CON EL ALUMNADO, DE CADA UNA DE LAS UNIDADES DIDÁCTICAS DEL PROGRAMA "A NO FUMAR ¡ME APUNTO!".  
 LAS SESIONES ESTÁN AGRUPADAS POR CURSOS Y SECUENCIADAS EN EL MISMO ORDEN CON EL QUE DEBEN TRABAJARSE CON EL ALUMNADO

**Unidad didáctica**  
**"Lo que el humo se lleva"** SESIONES

1ESO	2ESO	3ESO	4ESO
SOPA DE LETRAS: LOS PELIGROS DEL TABACO	LOS PULMONES FUMADORES	CUÁNTO NOS CUESTA FUMAR	TE INFORMAMOS
NO DEJES QUE TE PILLEN	EL TABACO Y LA RESISTENCIA FÍSICA		

**Unidad didáctica**  
**"Rompiendo mitos"** SESIONES

1ESO	2ESO	3ESO	4ESO
¿TODO EL MUNDO FUMA?	JUGANDO AL TRIVIAL	YO LO DEJO CUANDO QUIERA	

**Unidad didáctica:**  
**Tabaco y publicidad: "¿Y a ti qué te parece?"** SESIONES

1ESO	2ESO	3ESO	4ESO
CÓMO LO VENDEN	TALLER DE CONTRA-PUBLICIDAD	ELABORAMOS NUESTRAS ESTRATEGIAS	FAMOSOS CON MALOS HUMOS

**Unidad didáctica**  
**"Queremos un aire limpio"** SESIONES

1ESO	2ESO	3ESO	4ESO
LA PUERTA DE ENTRADA	TU DERECHO, MI DERECHO	TODAVÍA RESPIRAMOS HUMO	CUÉNTAME CÓMO ERA

**Unidad didáctica**  
**"¿Fumar? No gracias"** SESIONES

1ESO	2ESO	3ESO	4ESO
CÓMO ERES PARA MI	SIMPLEMENTE NO	YO DECIDO	¿FUMAS PORQUE QUIERES?
CONOCE TU GRUPO			

**3** ESO



**3ESO**

## SESIÓN 1: "YO LO DEJO CUANDO QUIERA"

### DESCRIPCIÓN

La actividad principal de esta sesión es investigar sobre varias historias acerca de personas fumadoras que en un momento de su vida deciden dejar de fumar y que han constatado la dificultad de dejar este hábito.

**Mito:** "Dejar de fumar no es difícil, yo lo dejo cuando quiera"

**ContraMito:** "El tabaco contiene sustancias muy adictivas, y es difícil dejarlo".

### OBJETIVOS

1. Que el alumnado reflexione sobre la capacidad adictiva del tabaco y sobre la dificultad de abandonar su consumo.
2. Animar a los fumadores a que abandonen el hábito antes de que se haya consolidado y sensibilizar a los no fumadores para que no se inicien.

### RECURSOS

- Los contenidos básicos de la unidad didáctica: "ROMPIENDO MITOS"
- Fichas para el alumnado "Entrevista exfumadores" y "Entrevista fumadores"

### ÁREAS IMPLICADAS

Lengua y Ciencias Sociales

### ANTES DE EMPEZAR LA SESIÓN

- Se pide al alumnado que entreviste a una persona joven o adulta conocida que sea fumadora y que haya intentado dejar de fumar. Es importante que recojan la relación del protagonista de la historia con el tabaquismo, incluyendo las razones y las condiciones en las que empezó a fumar y los intentos de abandono del tabaco (ver las fichas "Entrevista exfumadores" y "Entrevista fumadores")

### DESARROLLO DE LA SESIÓN

1. Breve indagación sobre los conocimientos y creencias del alumnado acerca de la capacidad adictiva del cigarrillo.
2. Se divide a la clase en cinco grupos. Cada uno de ellos investiga en horario extraescolar la historia de una persona exfumadora o fumadora que ha hecho intentos para dejar de fumar. La historia puede empezar cuando la persona empezó a fumar y finalizar en el momento en el que se encuentra ahora.
3. Cuando estén elaboradas las historias, se realizará una puesta en común con toda la clase para que cada grupo relate la suya.
4. Una vez descritas las cinco historias se puede entablar un diálogo con toda la clase en la que se reflexione sobre la dificultad de dejar de fumar, y sobre la escasa atención que se presta al inicio del consumo de tabaco a pesar de ser un hábito que genera una fuerte adicción y que tiene graves consecuencias para nuestra salud y para nuestro bolsillo.
5. Se finalizará la actividad animando a los chicos y chicas que se consideren fumadores a que lo dejen cuanto antes y facilitándoles información sobre los recursos que ofrece el programa ¡"A no fumar, Me apunto!, para dejar de fumar.

## **OBSERVACIONES**

Esta actividad admite otras modalidades. Es posible organizar un juego de roles o escenificación de estas historias también recogidas de la realidad. O realizarlas en formato cómics, o incluso que elaboren un guión y graben un vídeo con la escenificación realizada.

## **ANEXOS**

### **Fichas para el alumnado:**

- "Entrevista exfumadores"
- "Entrevista fumadores"

## ENTREVISTA EX-FUMADORES

(Realizar esta entrevista a personas exfumadoras que hayan realizado algún intento para dejar de fumar)

1. ¿A qué edad empezaste a fumar?

2. ¿Por qué empezaste a fumar?

3. ¿Fue una decisión tomada conscientemente?

4. ¿Cuántas veces has intentado dejar de fumar antes de conseguirlo?

5. ¿Qué dificultades has tenido para dejarlo?

6. ¿Por qué dejaste de fumar?

7. ¿Tienes todavía ganas de fumar?

8. ¿Qué motivos te animan a seguir sin fumar?

**3**

**A**



## ENTREVISTA FUMADORES

1. ¿Cuánto tiempo llevas fumando?

--

2. ¿Cuántos cigarrillos fuma al día?

--

3. ¿A qué edad empezaste a fumar?

--

4. ¿Por qué empezaste a fumar?

--

5. ¿Fue una decisión tomada conscientemente?

--

6. ¿Has intentado dejar de fumar?

--

7. ¿Cuántas veces has intentado dejar de fumar?

--

8. ¿Qué dificultades has tenido para dejarlo?

--

9. ¿Por qué sigues fumando?

10. ¿Vas a hacer algún intento para dejar de fumar?

**3**

**A**

## SESIÓN 2: ¿CUÁNTO NOS CUESTA FUMAR?

### DESCRIPCIÓN

Consiste en que los alumnos y alumnas calculen el coste del hábito tabáquico de dos jóvenes fumadores, con la finalidad de hacerles conscientes de lo que cuesta la dependencia del tabaco. Esta reflexión puede ayudarles a ser conscientes de que el gasto generado por el consumo de tabaco les impide acceder otras actividades que pueden ser mucho más atractivas.

### OBJETIVOS

1. Hacer conscientes a los jóvenes del gasto que ocasiona fumar.

### RECURSOS

- Los contenidos básicos "El Tabaco y sus componentes" y "Los riesgos del consumo de tabaco para la salud" de la unidad didáctica: "LO QUE EL HUMO SE LLEVA"
- Fichas para el alumnado: ¿Cuánto nos cuesta fumar?"; incluida en el anexo de esta sesión.
- Fichas para el profesorado "Solución al problema" incluida en el anexo de esta sesión.

### ÁREAS IMPLICADAS

Matemáticas

### DESARROLLO DE LA SESIÓN

1. Breve indagación sobre los conocimientos y actitudes ante el gasto que supone el hábito tabáquico.
2. Breve resumen de la idea de dependencia y de los contenidos sobre componentes de los cigarrillos y los efectos que produce fumar para la salud y para los fumadores pasivos.
2. Se reparte a cada alumno o alumna una hoja que incluye la descripción del problema y una serie de preguntas.
3. Se explica al alumnado que cuando calculen el coste del consumo de cigarrillos deben incluir el gasto de los cigarrillos y el de otros artículos que están relacionados con este hábito (encendedores, ceniceros, ropa quemada por los cigarrillos, chicles para combatir el mal aliento que provoca fumar, colonia para evitar el mal olor, champú para quitarse el mal olor del pelo, y cremas para la arrugas).
4. A continuación se hacen grupos de 4 ó 5 alumnos o alumnas para que comenten entre ellos los cálculos efectuados individualmente y para que lleguen a un acuerdo de grupo sobre las cuestiones allí planteadas.
5. Por último se hace una puesta en común en la que cada uno de los grupos expone y comenta el resultado del problema.
6. Para finalizar se consolida la idea de que fumar es caro y que este dinero se podría emplear en otras cosas interesantes como ir al cine, comprar un CD de música, un nuevo móvil, un mp3, libros o ropa.

### OBSERVACIONES

Se aconseja completar la actividad aconsejando a los chicos y a las chicas que visiten la página web:

**<http://www.AnyReally.com>**

en la que aparecen opiniones de los jóvenes sobre diversos aspectos del tabaco. Poner tabaco en el buscador y con la visita a las páginas WEB citadas en la introducción de la unidad.

## **FUENTES**

Zabala Galán, Joseba (2004). 25 preguntas y 25 respuestas para no empezar a fumar. . Departamento Municipal de Salud y Consumo. Ayuntamiento de Vitoria-Gazteiz. (Pregunta número 8).

Mendoza, R. Vilarrasa, A y Ferrer, Xabier. (1986) La educación sobre las drogas en el ciclo superior de la E.G.B. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia. ( Actividad 7N1)

## **ANEXOS**

### **Fichas para el profesorado:**

- "Solución al problema"

### **Fichas para el alumnado:**

- "¿Cuánto nos cuesta fumar?"

### **SOLUCIÓN AL PROBLEMA**

A Antonio le cuesta fumar 1.20 euros diarios y 8.4 euros semanales.

A Araceli le cuesta un total de 5 euros semanales.

Si multiplicamos por 52 semanas del año, Antonio se gasta en su adicción 436.8 euros anuales y Araceli 260 euros.



**3**

**P**

## ¿CÚÁNTO NOS CUESTA FUMAR ?

### Presentación de los personajes

- "Soy Antonio, cada dos días compro un paquete de cigarrillos, aunque no me fumo todos los cigarrillos que compro, porque de vez en cuando les doy cigarrillos a mis amigos".
- "Soy Araceli, cada semana compro dos paquetes de cigarrillos. Normalmente me fumo un paquete entre semana y otro los fines de semana".

### Problema

Calcula el gasto económico semanal y anual que le supone a Antonio y a Araceli el consumo de cigarrillos, sabiendo que la marca que fuma él le cuesta 2.40 euros el paquete y la que fuma Araceli cuesta 2.50 euros.

### Preguntas

- ¿Que porcentaje de tu paga semanal dedicarías al consumo de cigarrillos si fueras Antonio o Araceli?
- ¿Que cosas podrías comprar con el dinero que Antonio o Araceli se gastan en cigarrillos en un año?



**3**

**A**



## SESIÓN 3: "TODAVÍA RESPIRAMOS HUMO"

### DESCRIPCIÓN

Esta sesión consiste en una reflexión del alumnado, primero individual y después en pequeños grupos sobre imágenes que representan distintas situaciones de la vida cotidiana en las que una o varias personas se encuentra en situación de fumador pasivo forzado.

### OBJETIVOS

1. Informar al alumnado sobre los efectos del tabaco para la salud, particularizando en el fumador pasivo forzado.
2. Ayudar al alumnado a desarrollar su capacidad para defender de una manera asertiva su derecho y el de los demás a respirar aire no contaminado por el humo del tabaco.
3. Sensibilizar y tomar conciencia del respeto que las personas fumadoras deben tener hacia las no fumadoras.

### RECURSOS

- Los contenidos básicos "El tabaco y los efectos para la salud en el fumador pasivo forzado", "Normativa sobre espacios libres de humo de tabaco", de la unidad didáctica: "QUEREMOS UN AIRE LIMPIO"
- "El tabaco y los efectos para la salud" de la unidad didáctica "LO QUE EL HUMO SE LLEVA".
- Fichas para el alumnado: "Fumadora embarazada", "Familia en la que se fuma al lado de los niños" (dos versiones), "Una profesión peligrosa".

### ÁREAS IMPLICADAS

Ciencias Naturales y Ciencias Sociales.

### DESARROLLO DE LA SESIÓN

1. Breve explicación, por parte del responsable de la clase, de los efectos del tabaco para la salud y sobre la normativa existente sobre espacios libres de humo de tabaco.
2. A continuación se repartirá a cada alumno o alumna una de las fichas en las que se recogen imágenes sobre fumadores pasivos forzados y se le pide que la observe con detenimiento.
3. Posteriormente, se reúne a los alumnos y alumnas que han trabajado la misma ficha en pequeños grupos, para que reflexionen sobre la escena presentada y plasmen por escrito sus impresiones, consensuadas con el resto de los componentes del grupo.
4. Más tarde se hará una puesta en común a la clase, en la que cada grupo expondrá su trabajo.
5. Finalmente el tutor hará un resumen de los contenidos tratados en la sesión.

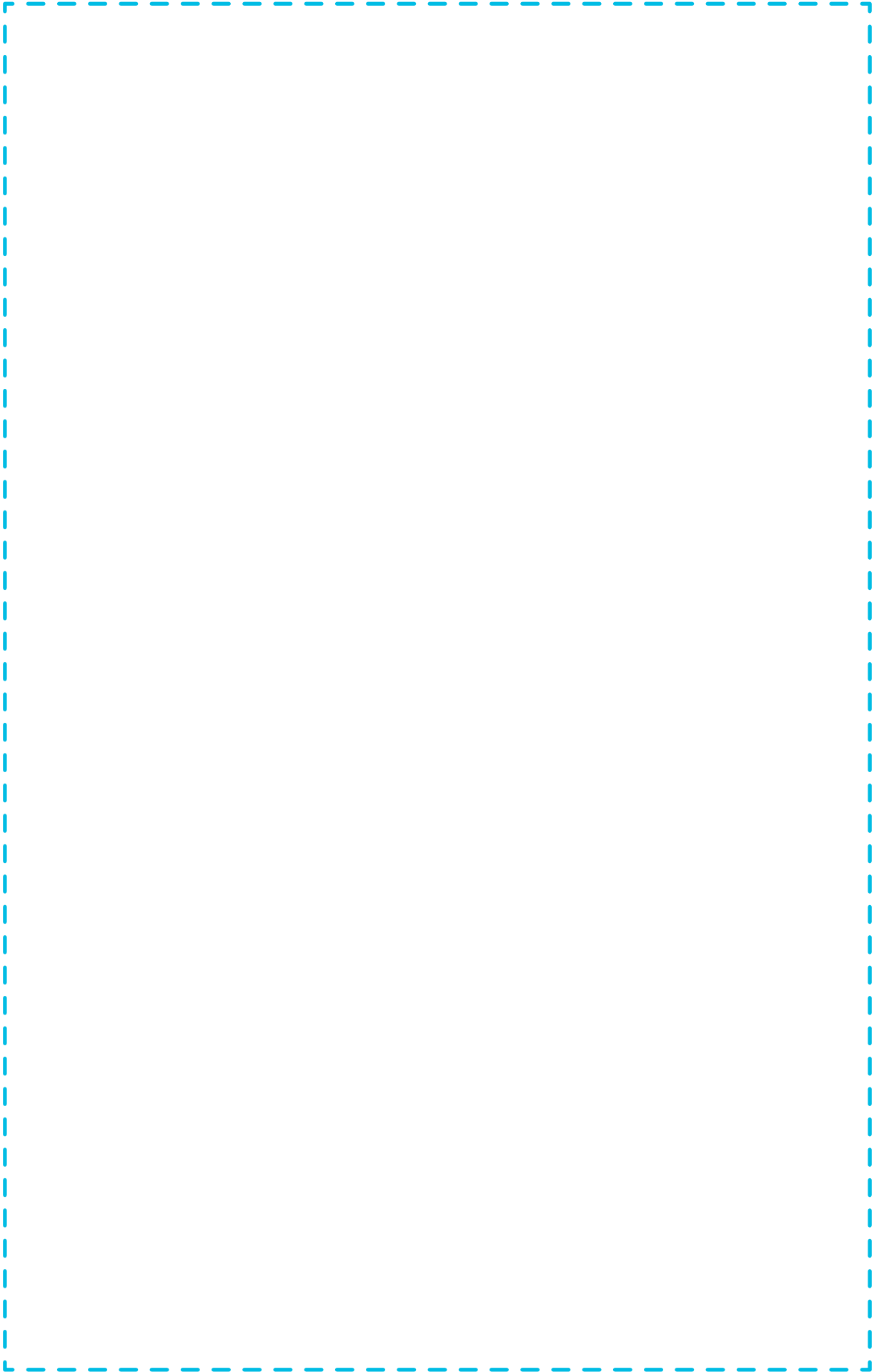
### OBSERVACIONES

Se puede difundir el trabajo realizado por el alumnado en el periódico del centro, en el tablón de anuncios o en cualquier medio de difusión que utilice éste para hacer llegar la información a la comunidad educativa.

### ANEXOS

#### Fichas para el alumnado:

- "Fumadora embarazada".
- "Familia en la que se fuma al lado de los niños" (dos versiones).
- "Una profesión peligrosa".



3

## FUMADORA EMBARAZADA

Analizad esta imagen:



### Preguntas

- ¿Qué opinión te merece la situación que refleja esta imagen?
- ¿Crees que fumar durante el embarazo puede perjudicar al bebé?. ¿Por qué?
- ¿Qué argumentos le darías a una mujer embarazada para que dejara de fumar?

**A VECES NO SOMOS CONSCIENTES DE QUE CUANDO UNA EMBARAZADA FUMA TAMBIÉN FUMA EL FETO, DESCONOCIENDO EL RIESGO AL QUE SE LE SOMETE.**

## FAMILIA EN LA QUE SE FUMA AL LADO DE LOS NIÑOS I

Analizad esta imagen:



### Preguntas

- ¿Qué opinión te merece la situación que refleja esta imagen?
- ¿Crees que fumar en un sitio cerrado como éste puede perjudicar a las personas que viven o están allí?. ¿Por qué?
- ¿Qué argumentos les darías a estos padres para que no fumen delante de su hijo o de su hija?

**A VECES NO SOMOS CONSCIENTES DEL RIESGO DE FUMAR CERCA DE PERSONAS QUE NO FUMAN. HOY DÍA LAS FAMILIAS CADA VEZ SON MÁS CONSCIENTES DE LOS RIESGOS DEL TABACO Y ESTAS SITUACIONES CADA VEZ SON MENOS FRECUENTES.**

## FAMILIA EN LA QUE SE FUMA AL LADO DE LOS NIÑOS II

Analizad la situación que se describe en la imagen:



### Preguntas

- ¿Qué opinión te merece la situación que refleja esta imagen?
- ¿Crees que fumar cerca de un niño le puede perjudicar?. ¿Por qué?
- ¿Qué argumentos le darías a estos padres para que no fumen delante de su hijo o de su hija?

**A VECES NO SOMOS CONSCIENTES DEL RIESGO QUE TIENE FUMAR CERCA DE PERSONAS QUE NO FUMAN. HOY DÍA LAS FAMILIAS CADA VEZ SON MÁS CONSCIENTES DE LOS RIESGOS DEL TABACO Y ESTAS SITUACIONES CADA VEZ SON MENOS FRECUENTES.**

## UNA PROFESIÓN PELIGROSA

Analizad esta imagen:



### Preguntas

- ¿Qué opinión te merece la situación que refleja esta imagen?
- ¿Crees que fumar en un sitio cerrado como éste puede perjudicar a las personas que trabajan o están allí?. ¿Por qué?
- ¿Se te ocurre alguna idea para mejorar la situación que describe esta imagen?

**LA PROHIBICIÓN DE FUMAR EN LOCALES CERRADOS ES EL RESULTADO DE UN LARGO ESFUERZO POR EL CONTROL DEL TABAQUISMO REALIZADO A LO LARGO DE LAS ÚLTIMAS DÉCADAS EN LOS PAÍSES DESARROLLADOS. EN NUESTRO PAÍS LA NUEVA NORMATIVA SOBRE CONSUMO DE TABACO HA SUPUESTO UN IMPORTANTE PASO EN ESTE SENTIDO.**



## SESIÓN 4: "ELABORAMOS NUESTRAS ESTRATEGIAS"

### DESCRIPCIÓN

Consiste en conocer las diferentes estrategias que suele utilizar la industria tabaquera para la promoción del consumo de tabaco (anuncios en radios, prensa, revistas, vallas publicitarias, paradas de autobús, cabinas telefónicas, patrocinio de actividades deportivas y de ocio, artículos promocionales, marcas de vestir), algunos de ellos expresamente prohibidos a partir del 1 de enero de 2006, para que, utilizando estas mismas estrategias, los alumnos y alumnas elaboren una campaña sobre estilos de vida libres de humo.

### OBJETIVOS

1. Desarrollar una actitud consciente y crítica sobre los efectos que produce la publicidad y medios de comunicación sobre la conducta.
2. Conocer, identificar y analizar críticamente las estrategias que utiliza la industria tabaquera a través de los medios de comunicación para la promoción del consumo de tabaco.
3. Adquirir habilidades para el diseño de campañas y materiales de comunicación y publicitarios para promocionar estilos de vida saludables.

### RECURSOS

- Los contenidos básicos "Publicidad y tabaco: intereses de la industria", "Las estrategias de la industria en la promoción del tabaco" y "Sobre la regulación de la publicidad, promoción y patrocinio de los productos del tabaco" de la unidad didáctica "TABACO Y PUBLICIDAD: ¿Y A TI QUE TE PARECE?"
- Dossier de estrategias de promoción del consumo de tabaco incluido en el CD que acompaña a esta guía.

### ÁREAS IMPLICADAS

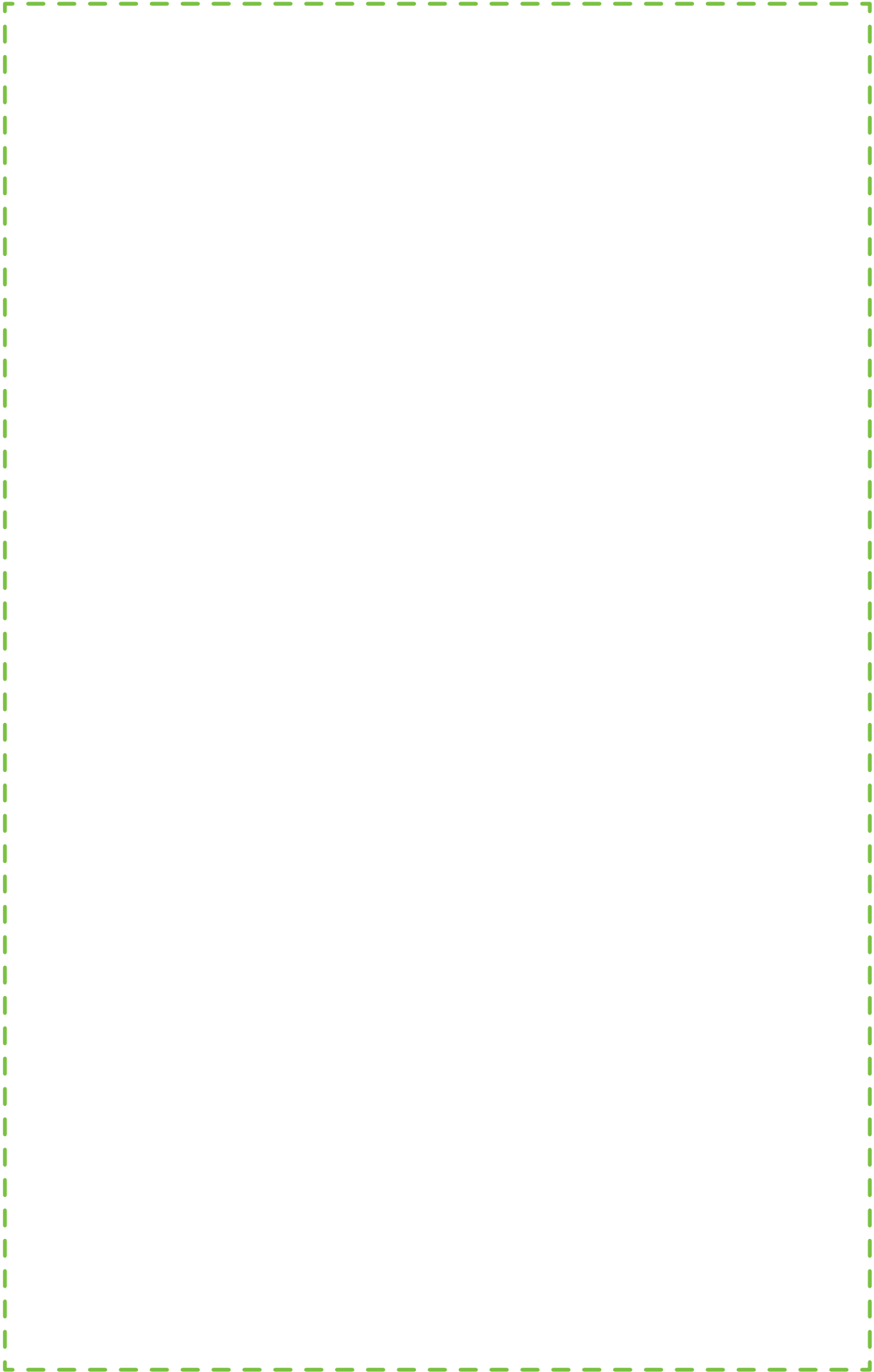
Ciencias Sociales y Educación Plástica y Visual.

### DESARROLLO DE LA SESIÓN

1. Breve indagación sobre los conocimientos, las actitudes y las habilidades del alumnado respecto a las estrategias que ha utilizado y utiliza la industria tabaquera para promocionar el consumo de tabaco.
2. Breve exposición de los contenidos básicos de esta unidad didáctica, utilizando para ello el Dossier de estrategias de marketing y publicidad del tabaco incluido en el CD que acompaña a esta guía.
3. Se plantea el diseño de una campaña que promocioe un estilo de vida libre de humo de tabaco en diferentes formatos: elaboración de un artículo de prensa, elaboración de un anuncio en radio, elaboración de un cartel, elaboración de un anuncio publicitario para una revista, letra de una canción, diseño de materiales habitualmente utilizados en promoción del tabaco (camisetas, gorras etc), canciones, publicidad de eventos deportivos sin tabaco.
4. Se divide a los alumnos en pequeños grupos y se les encarga la elaboración de un formato por grupo, que desarrollarán fuera del horario escolar.
5. Cada grupo expondrá sus trabajos al resto de sus compañeros, y los resultados se expondrán en clase y en los espacios comunes del centro.

### OBSERVACIONES

Sería muy motivador para el alumnado que los trabajos elaborados en esta sesión sirvan de exposición para la campaña del Día mundial sin tabaco (31 de mayo).



3



## SESIÓN 5: "YO DECIDO"

### DESCRIPCIÓN

Consiste en realizar una actividad grupal sobre las características de una toma de decisiones informada y desarrollar habilidades que permitan a los alumnos y alumnas a tomar dichas decisiones, especialmente cuando éstas están relacionadas con el hecho de fumar y con los estilos de vida saludables.

### OBJETIVOS

1. Reflexionar sobre las características de una toma de decisiones informada, sus ventajas e inconvenientes.
2. Adquirir habilidades que nos permitan tomar decisiones saludables.

### RECURSOS

- Cuestionario sobre la toma de decisiones
- Material del concurso "Déjalo y Gana"

### ÁREAS IMPLICADAS

Tutoría

### DESARROLLO DE LA SESIÓN

1. El profesor entrega a cada alumno o alumna el "Cuestionario sobre toma de decisiones", que ayuda a valorar cómo se suelen tomar habitualmente las decisiones.
2. Una vez contestado, cada alumno o alumna indica la puntuación obtenida.
3. El profesor o profesora comenta los resultados de esta actividad y la utiliza como punto de partida para hablar de la toma de decisiones informada y para plantear si la decisión de empezar a fumar o la de mantenerse en el hábito tabáquico se hacen bajo el modelo de la toma de decisiones informadas.
4. A continuación se divide al alumnado en dos grupos y se les plantea mediante la técnica "lluvia de ideas" que un grupo aporte los aspectos positivos de la conducta de fumar, y el otro, los aspectos negativos.
5. Para finalizar se debate en el grupo clase cómo, a veces, se toman decisiones que no están en consonancia con un estilo de vida saludable.

### OBSERVACIONES

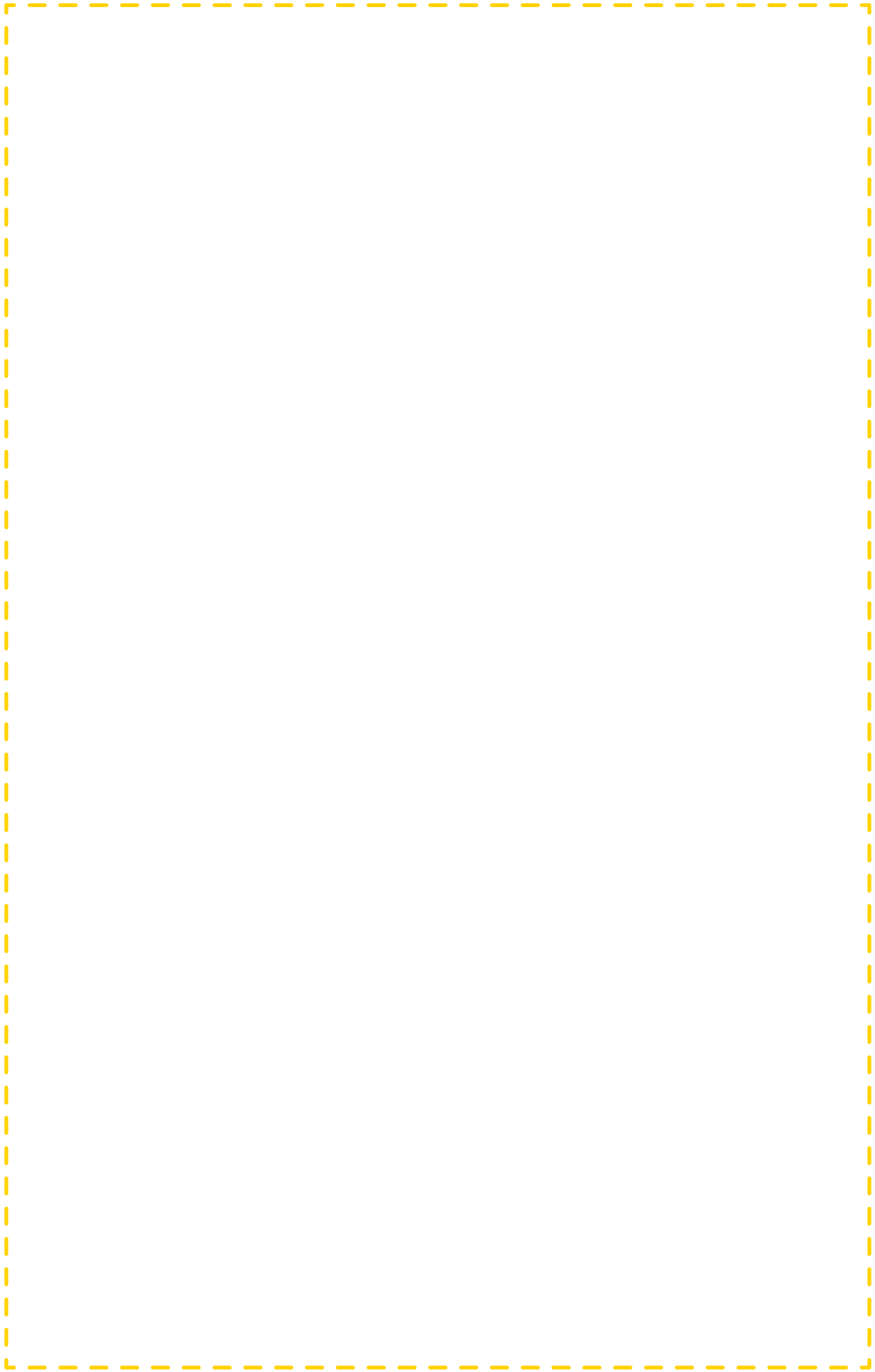
Esta actividad se puede hacer también representando escenas en las que jóvenes toman decisiones impulsivas o delegadas sobre el hecho de fumar.

Aprovechando la motivación de la clase hacia una decisión saludable, el profesor o profesora puede presentar el concurso "Déjalo y Gana", e invitar a los chicos y chicas que tengan 15 años o más, a participar en él. En este caso se puede recoger por escrito la lista de alumnos y alumnas participantes de esta clase en el concurso, para ayudarles a mantener la decisión tomada. Para enlazar con este concurso se aconseja realizar esta sesión a mediados de abril.

### ANEXOS

#### Fichas para el alumnado:

- "Cuestionario de toma de decisiones".



**3**

**CUESTIONARIO DE TOMA DE DECISIONES**

<p><b>1.- Cuando tienes un problema, ¿analizas con cautela sus causas?</b></p>	<p><b>2.- Cuando tienes que tomar una decisión, ¿buscas varias soluciones y analizas sus pros y contras antes de decidir?</b></p>
<p><input type="radio"/> - Siempre o casi siempre  <input type="radio"/> - Algunas veces  <input type="radio"/> - Nunca o casi nunca</p>	<p><input type="radio"/> - Siempre o casi siempre  <input type="radio"/> - Algunas veces  <input type="radio"/> - Nunca o casi nunca</p>
<p><b>3.- Si tienes que decidir sobre algún tema que no conoces suficientemente, ¿buscas información antes de decidirte?</b></p>	<p><b>4.- Cuando tienes que tomar una decisión, ¿escuchas antes la opinión de otras personas mejor informadas?</b></p>
<p><input type="radio"/> - Siempre o casi siempre me informo antes de decidir  <input type="radio"/> - Sólo algunas veces me informo antes de decidir  <input type="radio"/> - Nunca o casi nunca me informo antes de decidir.</p>	<p><input type="radio"/> - Siempre o casi siempre consulto las dudas con otras personas antes de decidirme sobre alguna cuestión.  <input type="radio"/> - Sólo en algunas ocasiones consulto las dudas con otras personas antes de tomar una decisión.  <input type="radio"/> - Nunca o casi nunca consulto las dudas a otras personas y prefiero decidir solo/a.</p>
<p><b>5.- Cuando estás con tu grupo, y hay que tomar una decisión, pero no todo el mundo está de acuerdo, ¿cómo intervienes tú?</b></p>	<p><b>6.- Cuando estás con tu grupo y hay que tomar una decisión, pero no todo el mundo está de acuerdo ¿cómo intervienes tú?.</b></p>
<p><input type="radio"/> - Siempre o casi siempre doy mi opinión y argumento a favor o en contra de algunas de las posturas  <input type="radio"/> - Sólo algunas veces doy mi opinión y argumento a favor o en contra de algunas de las posturas  <input type="radio"/> - Nunca o casi nunca doy mi opinión ni argumento a favor o en contra de algunas de las posturas</p>	<p><input type="radio"/> - Siempre o casi siempre trato de que prevalezca mi criterio en la decisión que adopte el grupo  <input type="radio"/> - Sólo algunas veces trato de que prevalezca mi criterio en la decisión que adopte el grupo  <input type="radio"/> - Nunca o casi nunca trato de que prevalezca mi criterio en la decisión que adopte el grupo</p>

7.- Cuando tu grupo toma una decisión, con la que tú no estás de acuerdo ¿cómo actúas tú finalmente?.	8.- Cuando tu grupo toma una decisión que tu no compartes, ¿te frena para actuar por tu cuenta el que puedas recibir críticas o sentirte aislado por ello?
<input type="radio"/> - Siempre o casi siempre actúo según mi propio criterio cuando no comparto la decisión que adopta el grupo <input type="radio"/> - Solo algunas veces actúo según mi propio criterio cuando no comparto la decisión del grupo <input type="radio"/> - Nunca o casi nunca actúo según mi criterio y, en general, hago lo que decide el grupo.	<input type="radio"/> - Nunca o casi nunca <input type="radio"/> - Solo algunas veces <input type="radio"/> - Siempre o casi siempre

### SOLUCIONES AL CUESTIONARIO DE TOMA DE DECISIONES

Para corregir el cuestionario de toma de decisiones, siempre se puntúa con un uno la primera opción, con un dos la segunda opción y con un tres la tercera opción.

Ambas subescalas van de 4 a 12 puntos.

#### **Subescala de reflexividad**

*La subescala que mide reflexividad está formada por los ítems 1, 2, 3 y 4.*

De 4 a 5 puntos corresponde a una decisión reflexiva

De 6 a 8 puntos corresponde a una decisión insegura

De 9 a 12 puntos corresponde a una decisión impulsiva

#### **Subescala de autonomía**

*La subescala que mide autonomía está formada por los ítems 5, 6, 7 y 8*

De 4 a 5 puntos corresponde a una decisión autónoma o independiente

De 6 a 8 puntos corresponde a una decisión influenciable

De 9 a 12 puntos corresponde a una decisión delegada o dependiente



**PITA** Plan Integral  
de Atención  
al Tabaquismo



Andalucía  
*al máximo*



JUNTA DE ANDALUCIA