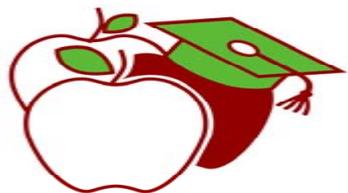


# VII JORNADA DE INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD

## ESCUELAS SIN TABACO



VII JORNADA DE INTERCAMBIO DE  
EXPERIENCIAS EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD  
"Construyamos juntos un futuro sano"

16 de junio de 2015

Adelaida Lozano Polo  
Servicio de Promoción y Educación para la Salud  
Dirección General de Salud Pública y Drogodependencias  
Consejería de Sanidad y Política Social

# INDICE

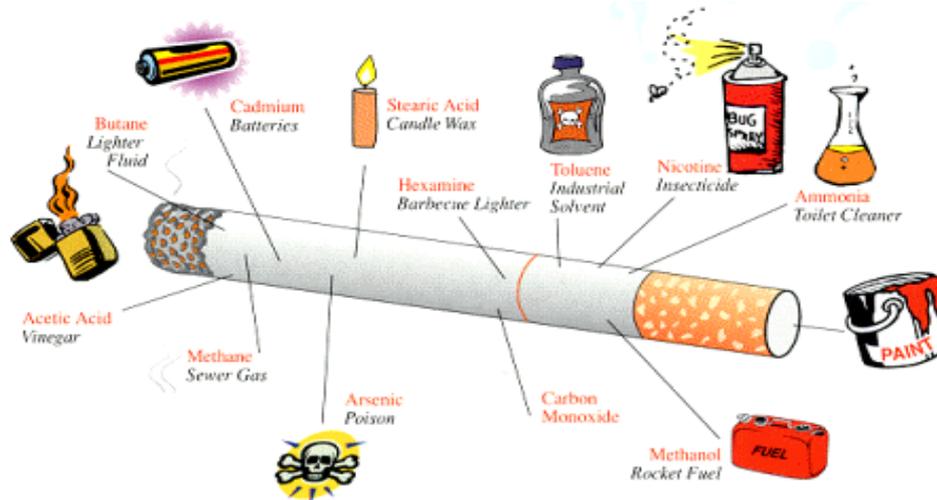
- Justificación
  - ¿Por qué tabaco?
  - ¿Por qué en la escuela?
- Rol del profesorado y del sanitario
- Metodología de Escuelas sin Tabaco
- Recursos



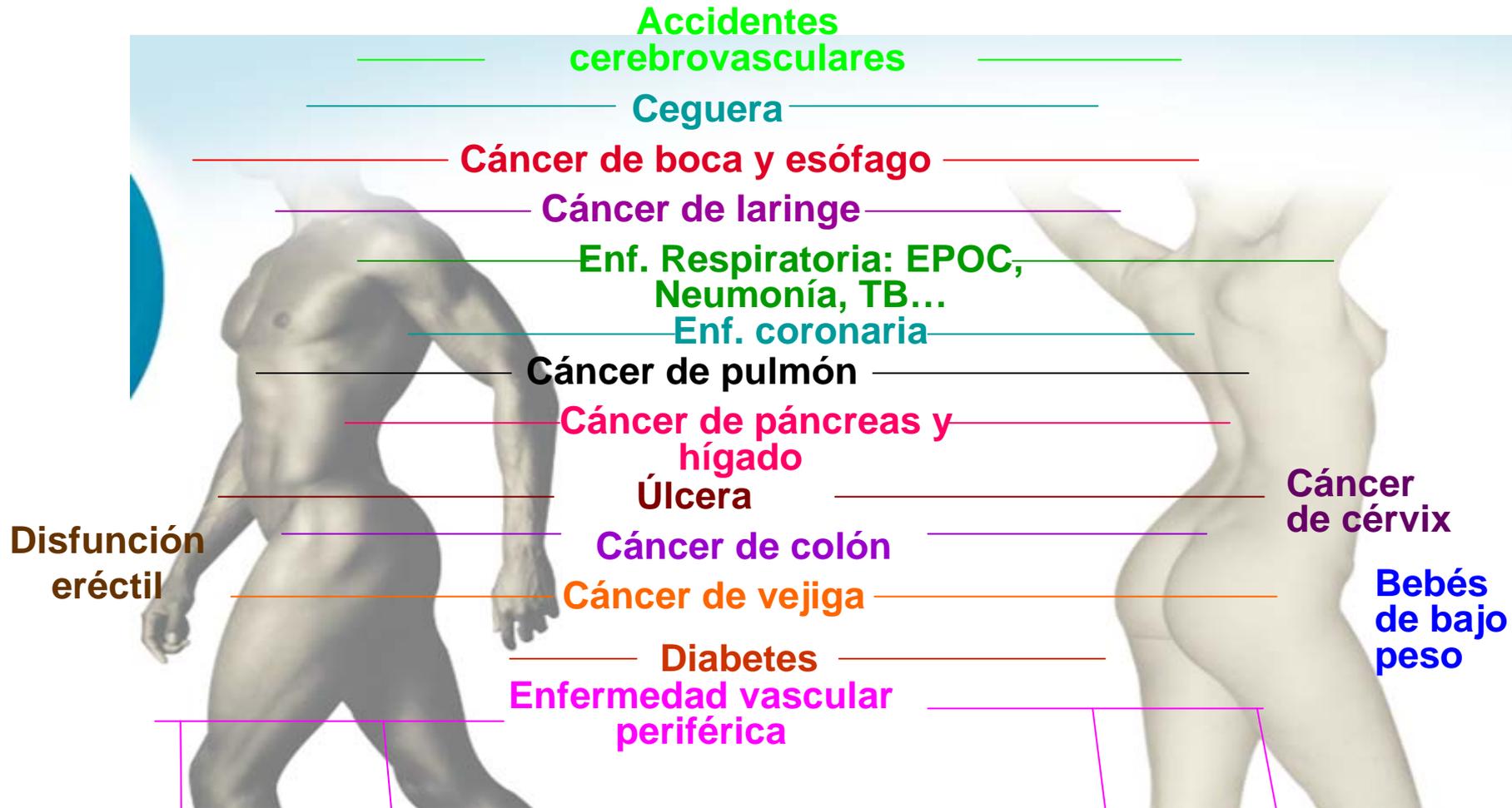


# TABACO Y SUS COMPONENTES

- **Tabaco:** Planta Familia Solanáceas, género Nicotiana.
- **Principales componentes:**
  - Nicotina: adicción
  - CO: generador de hipoxemia
  - Alquitranes: capacidad cancerigena
  - Aditivos: amoniaco, chocolate, mentol...

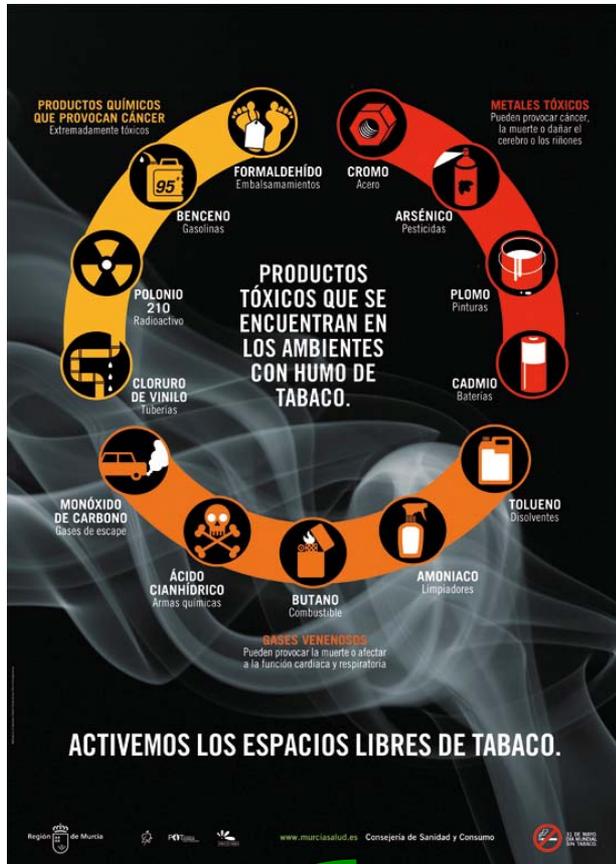


# Patología asociada al consumo de tabaco



**> 30**

# Humo Ambiental de Tabaco (HAT)



- ❖ En el Humo de tabaco hay más de 7000 sustancias
- ❖ Más de 50 son cancerígenas
- ❖ No hay nivel seguro de exposición
- ❖ Una hora expuesto al humo de tabaco equivale a fumar 3 cigarrillos

EL TABACO SE FUMA A LOS QUE FUMAN

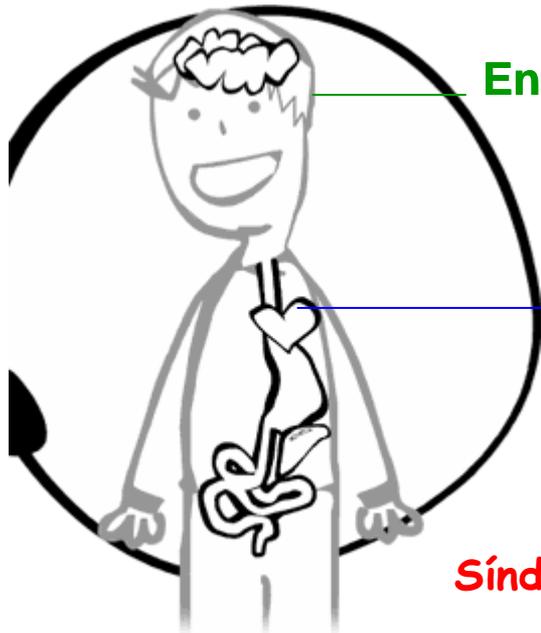


YA TI TAMBIÉN SI ESTÁS CERCA

*La Ley 42/2010 de 30 de diciembre que modifica la Ley 28/2005 de medidas sanitarias frente al tabaquismo*



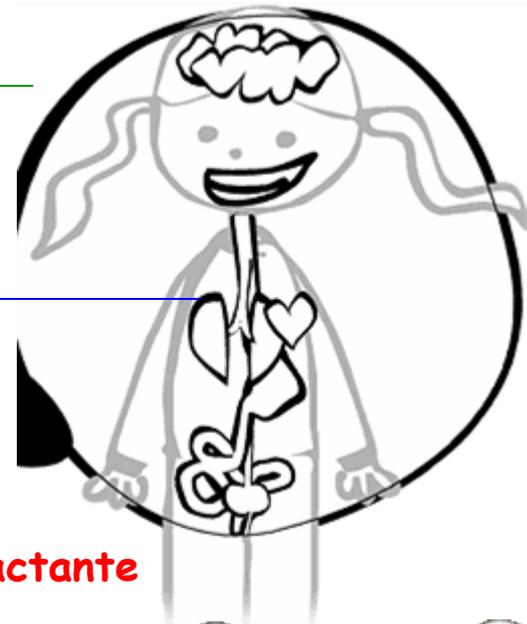
# Patología asociada al tabaquismo involuntario



Enfermedad del oído medio

NIÑOS/AS

Síntomas y enfermedad respiratoria



Síndrome de muerte súbita del lactante

Accidente cerebrovascular

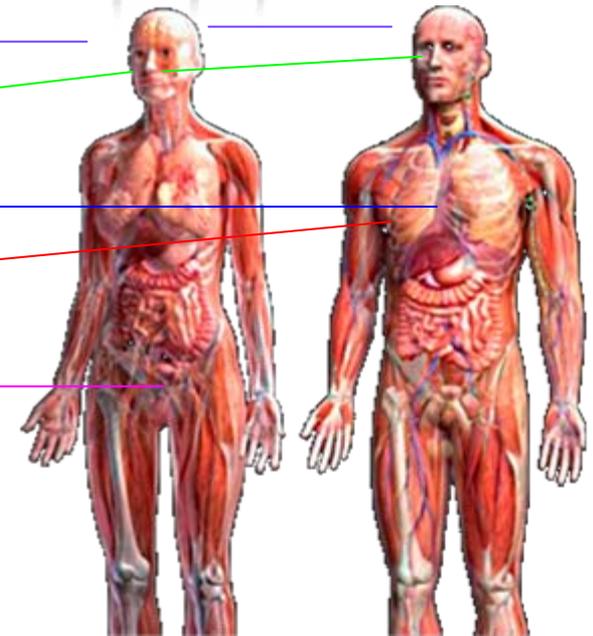
Irritación nasal

ADULTOS

Cardiopatía coronaria

Cáncer de pulmón

Efectos en la función reproductora





# Mortalidad

La mitad de consumidores morirán a causa del tabaquismo

Las personas fumadoras en promedio mueren unos 13 años antes

(CDC & Surgeon General)

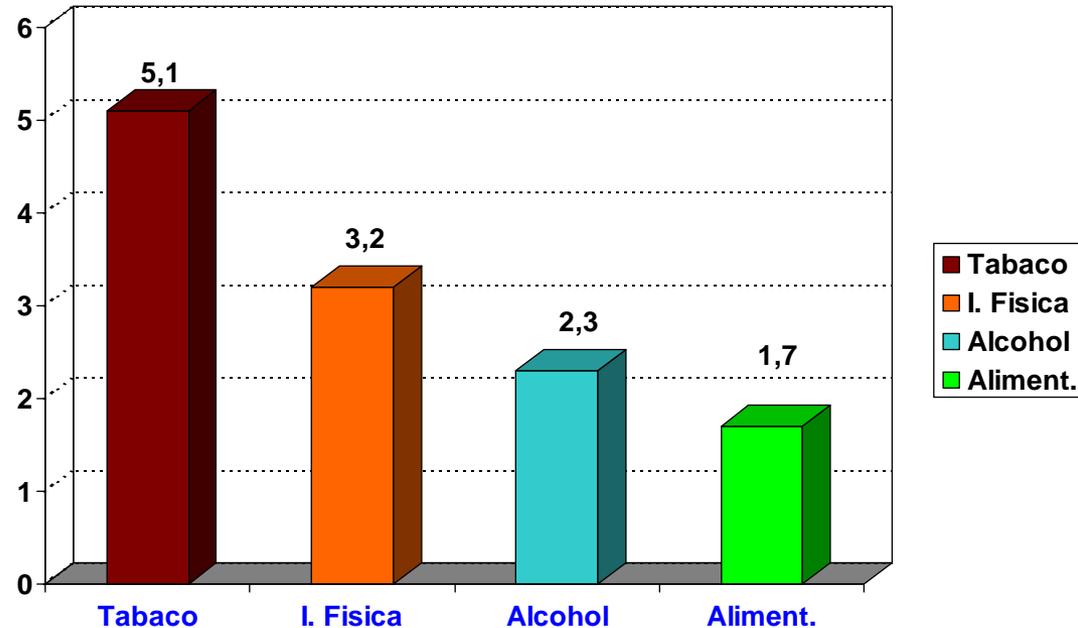
En España 53.155 muertes atribuibles al consumo de tabaco en 2006: el 14,7% de todas las muertes

(JR Banegas *et al.* Med Clin 2011)

145/  
DIA



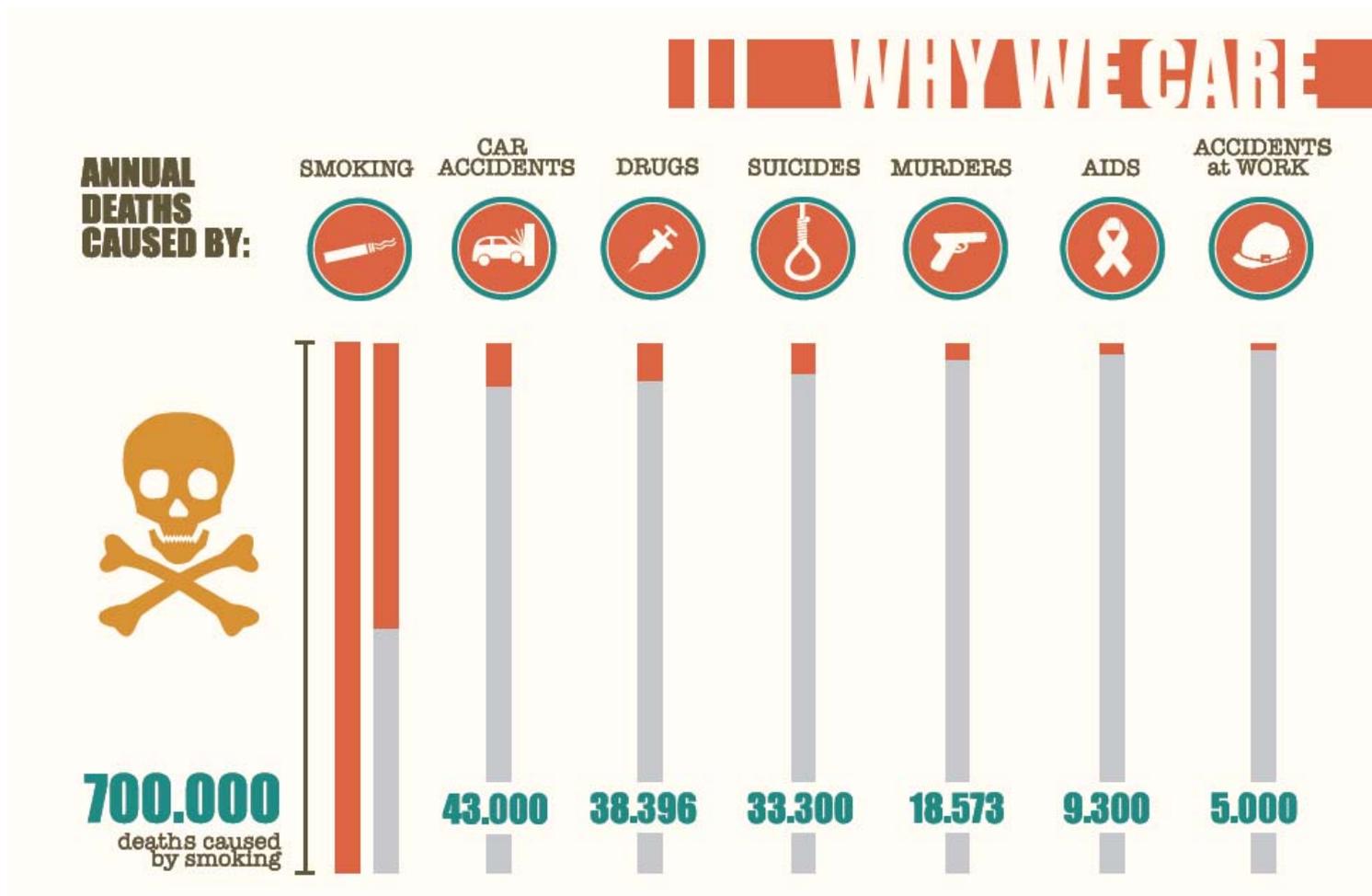
Principales causas primarias de mortalidad mundial (millones víctimas al año)



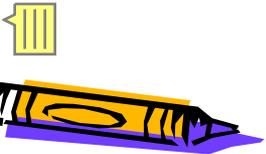
Organización Mundial de la Salud. Informe sobre la situación mundial de las enfermedades no transmisibles 2010, Resumen de orientación. OMS, Ginebra, 2011



# Mortalidad por tabaquismo en UE

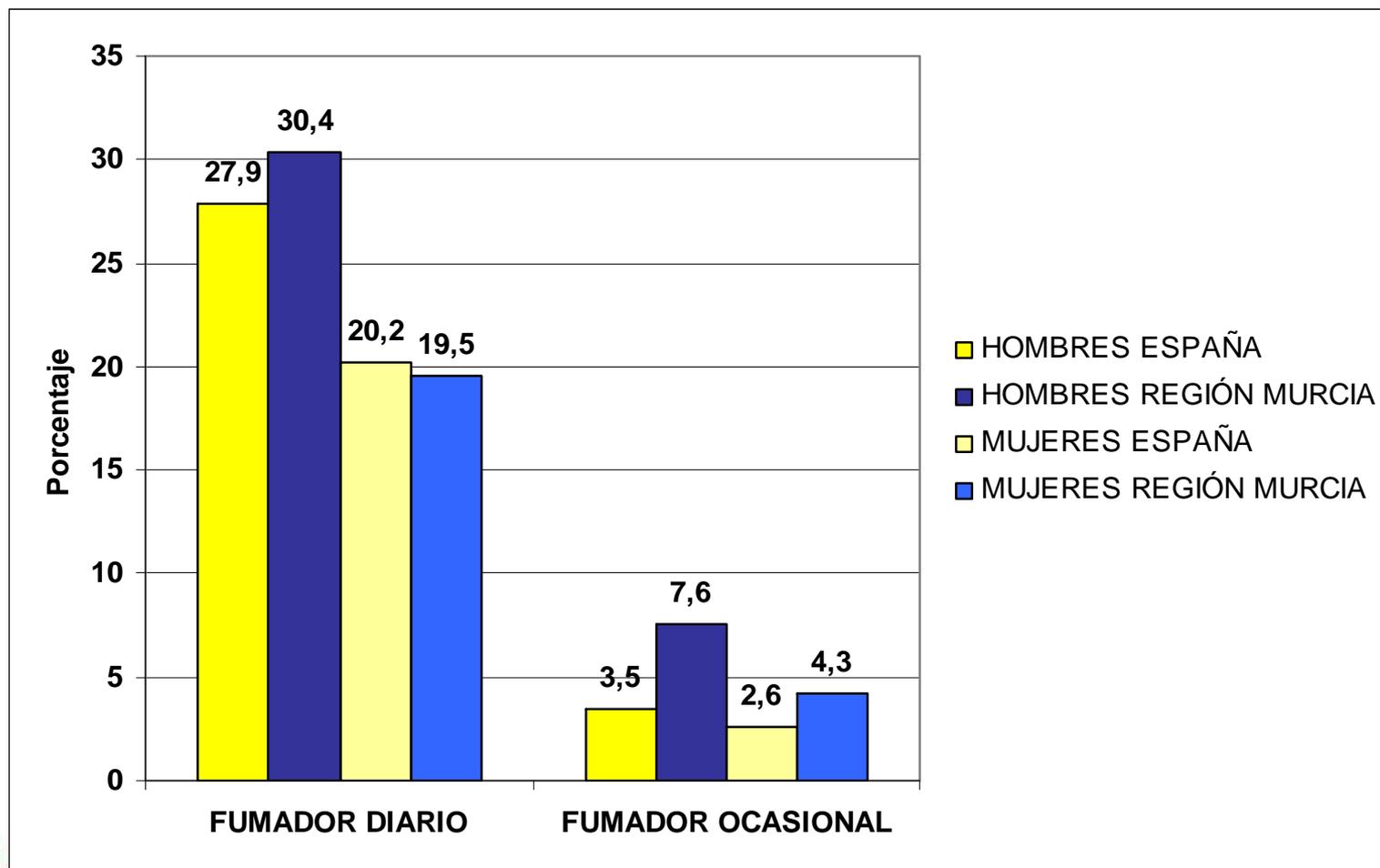


**Fuente:** Los productos de tabaco. Comisión Europea.  
[http://ec.europa.eu/health/tobacco/products/index\\_es.htm](http://ec.europa.eu/health/tobacco/products/index_es.htm)



# Consumo diario de tabaco

Consumo de tabaco (diario y ocasional) por sexo (%) Región de Murcia *versus* España. ENSE 2011-2012

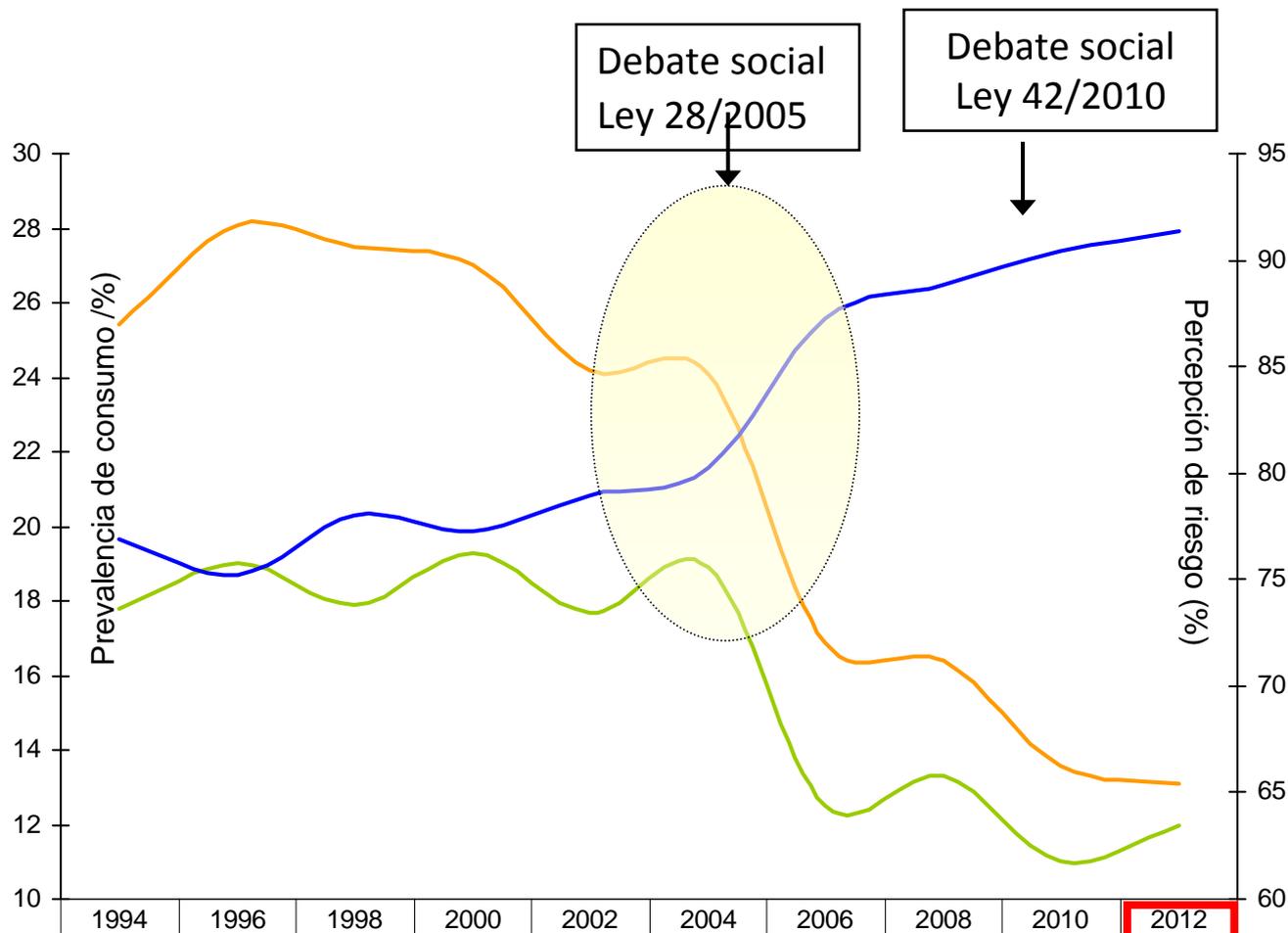


Fumadores 30,9% (diarios: 25,0%; ocasionales: 5,9%),

# Porcentaje y evolución de consumo diario de tabaco. ESTUDES (14-18 años)



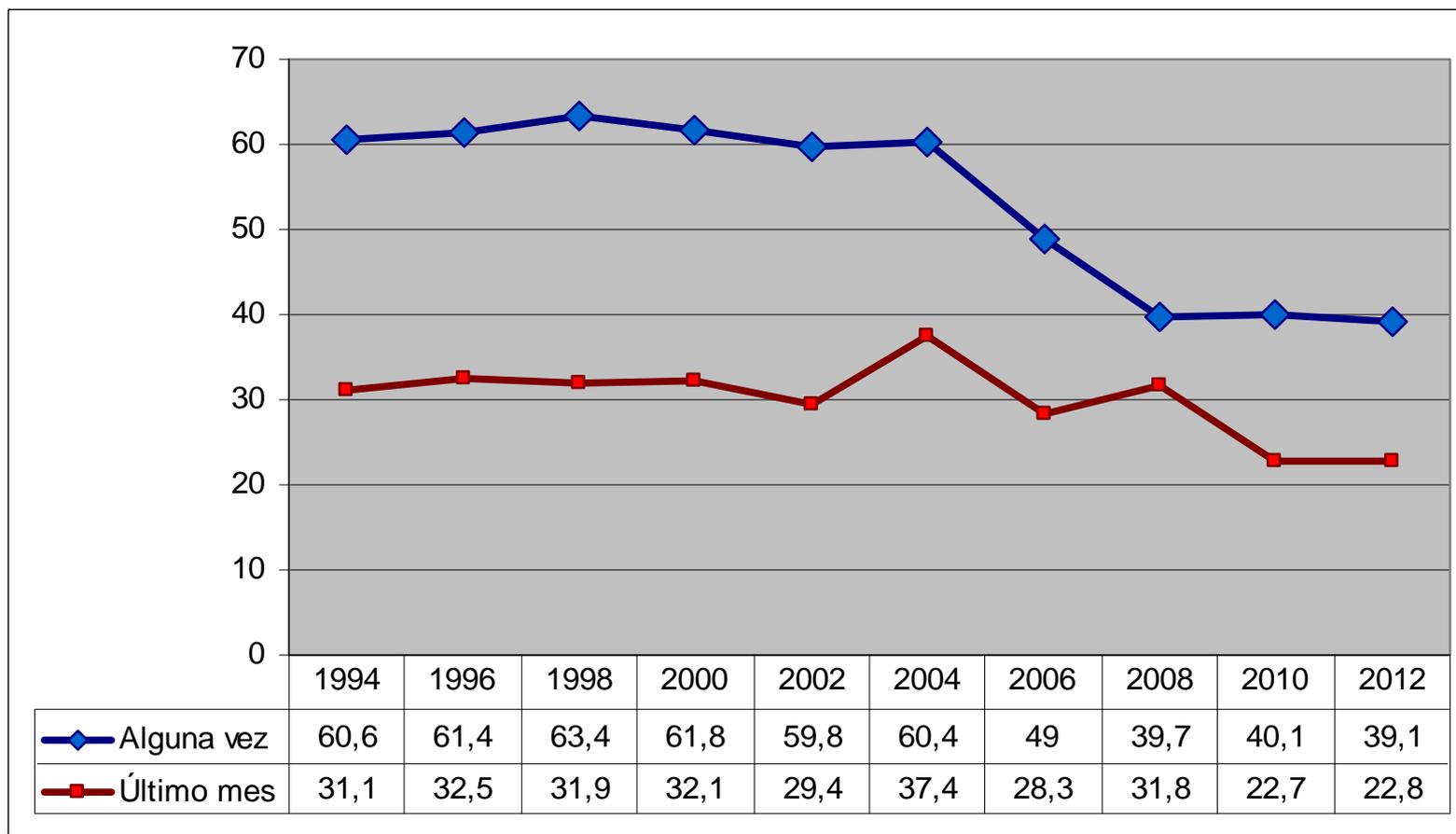
- Se estabiliza la tendencia descendente del consumo iniciada en 2004.
- El consumo está más extendido entre las mujeres (consumo de hombres y mujeres cada vez más cercano).
- La percepción de riesgo sigue aumentando



	1994	1996	1998	2000	2002	2004	2006	2008	2010	2012
— Hombres	17,8	19,0	17,9	19,3	17,7	18,9	12,5	13,3	11	12
— Mujeres	25,4	28,1	27,5	27,0	24,2	24,1	16,9	16,4	13,6	13,1
— percepción del riesgo de fumar un paquete diario	76,9	75,2	78	77,3	78,9	80,3	87,3	88,8	90,4	91,4

# Evolución del consumo de tabaco en la Región de Murcia (RM)

## Evolución del consumo de tabaco (%) en escolares de 14-18 años Región de Murcia, 1994-2012 . ESTUDES



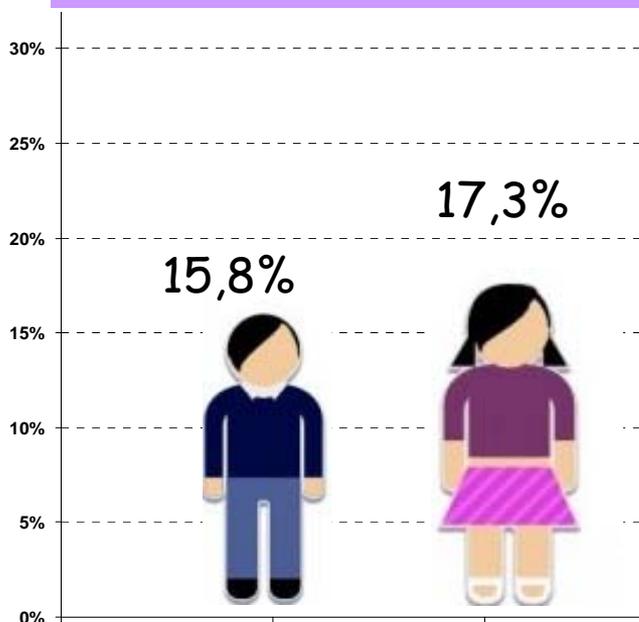
Fuente: Observatorio sobre Drogas de la Región de Murcia.



# Evolución de consumo de tabaco en la RM II



## CONSUMO ALGUNA VEZ

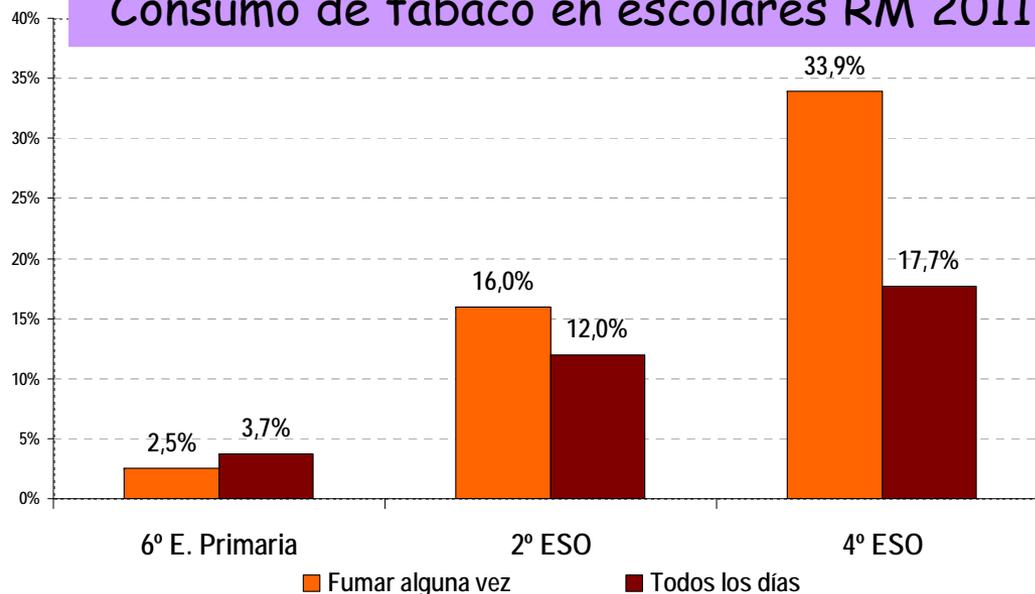


2011

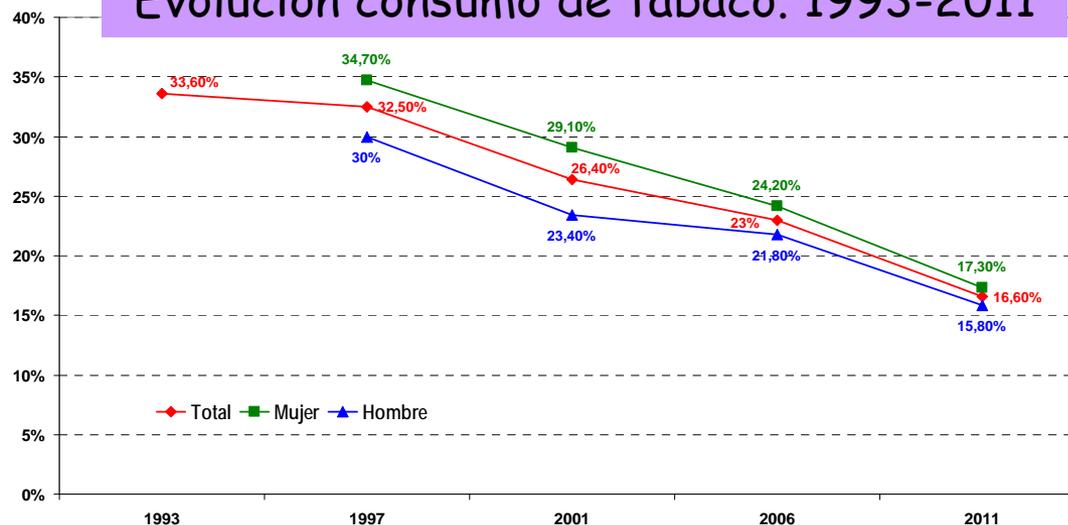


FUENTE: PROCRES, 2011

## Consumo de tabaco en escolares RM 2011



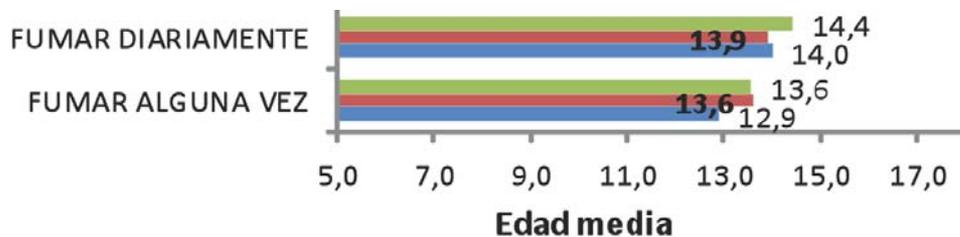
## Evolución consumo de tabaco. 1993-2011





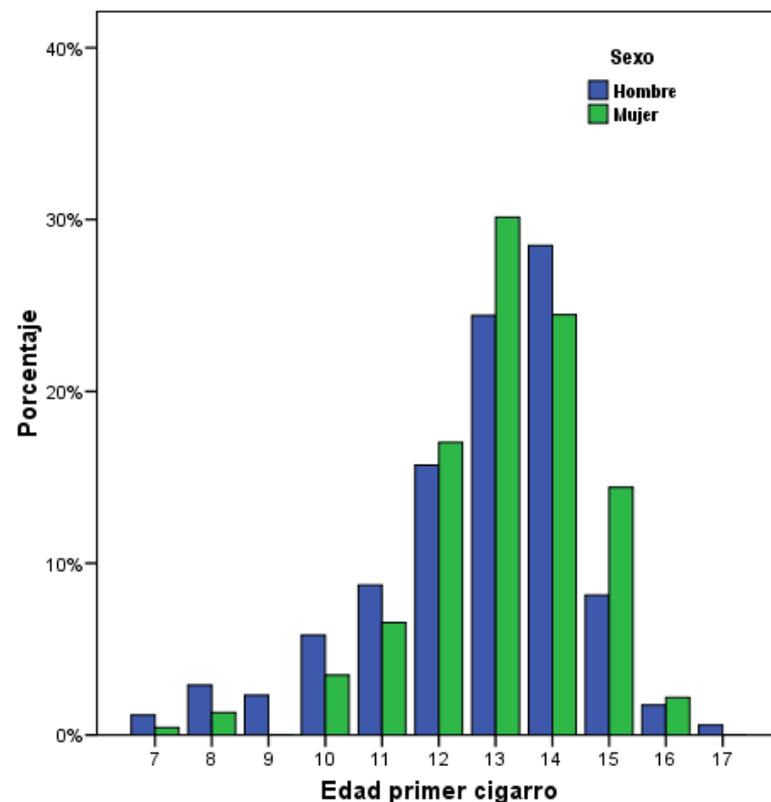
# Edad de inicio

- Casi 9 de cada 10 personas fumadoras se iniciaron al consumo de tabaco antes de los 18 años.
- La edad de inicio ( 14,4 años) es aproximadamente 1 años después de la edad de experimentación (13,6 años).



■ 2012  
■ 2010  
■ 2008

Fuente: ESTUDES, 2012  
Observatorio sobre Drogas de la  
Región de Murcia.



Fuente: PROCRES, 2011



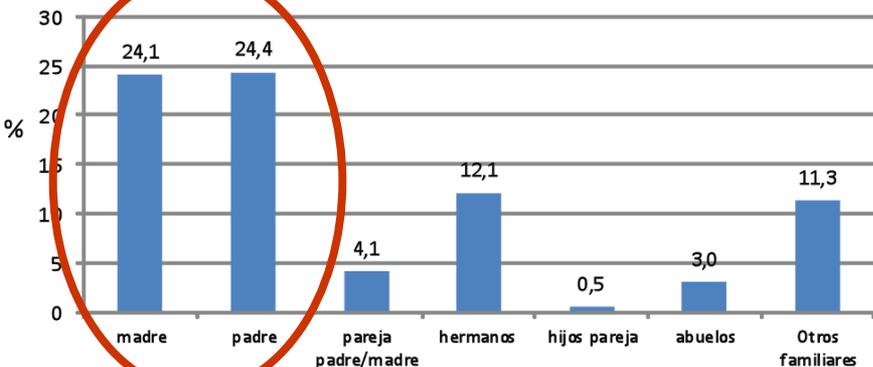
# Influencia del entorno

Iguales, películas, dibujos, personajes famosos, y .....



# Influencias del entorno

Personas con las que conviven que fuman a diario  
ESTUDES Murcia 2012



Frecuencia con la que han visto fumar a profesores en los últimos 30 días. ESTUDES, Murcia 2012



Frecuencia con la que han visto fumar a estudiantes del centro en los últimos 30 días. ESTUDES, Murcia 2012



Fuente: ESTUDES 2012

Observatorio Regional sobre Drogas. [www.e-Drogas.es](http://www.e-Drogas.es)

FUMADORES EN EL ENTORNO	PADRE	MADRE	HERMANO	AMIGOS	DOCENTES
2011	34,2%	33,3%	12,4%	22%	23,3%

Fuente: PROCRES, 2011



# ¿Por qué en la escuela?



- Función social
- Hábitos saludables
- Edad: 6-16 años

El uso de tabaco y de otros comportamientos de riesgo suele iniciarse en la adolescencia, coincidiendo con el periodo de escolarización



# Pilares de la educación

## Pilares educativos que comparte y fomenta este marco conceptual

La adopción del marco conceptual basado en los principios de la Promoción de la Salud, la Educación para la Salud y la Teoría del Aprendizaje Social o de la Influencia Social permite el logro de una educación integral, que comparte y se asienta en los cuatro pilares educativos que propone la UNESCO (4):



Aprender a conocer.



Aprender a ser.



Aprender a hacer.



Aprender a convivir.



# Aprendizaje en niños



- Aprendizaje vicario (Imitación)
- Juego





# ROL DEL PROFESORADO



ACOMPañAR  
LIDERAZGO  
ESTUDIAR  
ALENTAR  
SONREIR  
VALORAR  
CUIDAR  
AMAR  
AMOR  
CONTENER  
AUTORIDAD  
CONSOLAR  
ESTIMULAR  
COHERENTES  
PERSERVERANCIA  
PACIENCIA  
FORMAR  
SABER  
CARIÑO  
PLANIFICAR  
MAESTROS  
ENTREGA  
RESPECTO  
GUIAR  
MIMAR  
EDUCAR

Y además...

Coherente con actividades preventivas



# Rol del profesional sanitario



**EQUIPO DE ATENCIÓN PRIMARIA: Cobalaborador / Asesor**

**LABOR ASISTENCIAL:**

- Coordinada con Centros educativos de la Zona básica de salud
- Cartera de Servicio nº 31: "Educación para la Salud en la Escuela"



# Agentes de educación y promoción de salud



El agente principal en la escuela ha de ser:



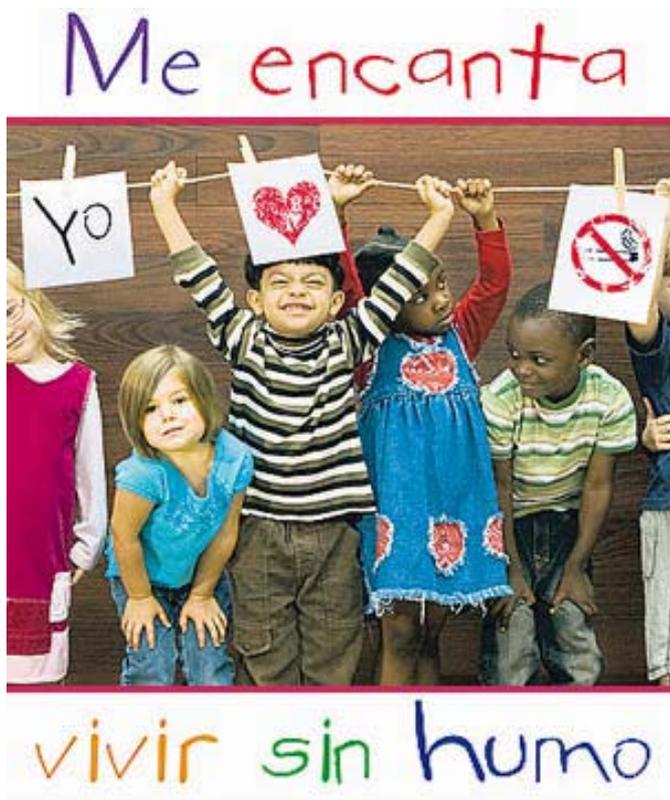
Profesorado



Escuela para Padres



# Beneficios de Escuelas sin Tabaco (EsT)



- Coherencia educativa
- Espacio legítimo para la promoción de la salud
- Menor absentismo entre sus docentes
- Menor riesgo de incendios
- Menos gastos de limpieza y mantenimiento
- Evitan posibles problemas de salud en personas no fumadoras
- Rol ejemplarizante y socializador



## Escuelas Promotoras de la Salud

- **Currículo formal:** inclusión de temas de educación sanitaria en el programa de estudios con asignación de tiempo específico:
  - Conocimientos
  - Actitudes
  - Habilidades
- **Ambiente:** currículo oculto (valores y actitudes promovidas dentro de la escuela)
- **Participación:** familias, comunidad, ...



Directivos, administrativos, personal docente, personal de limpieza, alumnos y padres deben estar involucrados en la decisión de declarar la Escuela sin Tabaco.



# Pasos a seguir para implementar EsT

## Programas integrales o múltiples

- Grupo promotor (Equipo directivo, docentes,...)
  - Análisis situación del centro
  - Señalización: carteles, logotipo...
  - Cambios en entorno: 100% sin Tabaco ni e-Cig
  - Estrategia de comunicación y sensibilización: difusión de información del Programa entre el profesorado, alumnado, familia, ...
  - Planificación acciones educativas: PEC & PGA
  - Involucrar a padres/madres y Comunidad
  - Facilitar ayuda para dejar de fumar (colaboración centros sanitarios): profesorado y familias
  - Establecer mecanismo de evaluación
- 

# Características programas que funcionan

Me encanta vivir sin humo



## PROGRAMAS BASADOS EN:

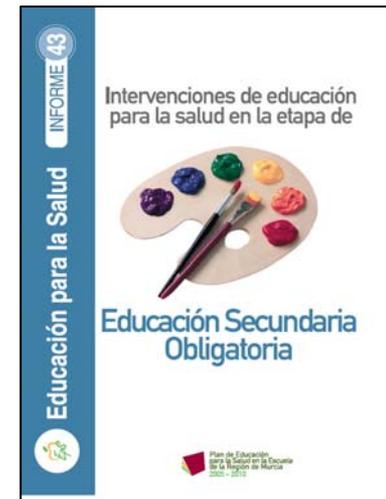
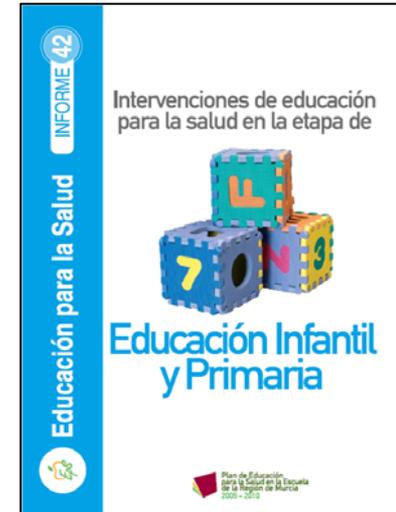
- **Influencias sociales + Competencias sociales**  
[OR= 0.50 (0,28-0,87)]
- **Competencias sociales**  
[OR= 0.52 (0,30-0,88)]
- La **información** por sí sola apenas produce efecto

**RESULTADOS:** reducción promedio del 12% de comenzar a fumar

Fuente: Thomas RE, McLellan J, Perera R. School-based programmes for preventing smoking. Cochrane Database of Systematic Reviews 2013, Issue 4. Art. No.: CD001293.  
Langford R, et al. The WHO Health Promoting School framework for improving the health and well-being of students and their academic achievement. Cochrane Database of Systematic Reviews 2014, Issue 4. Art. No.: CD008958. DOI: 10.1002/14651858.CD008958.pub2.



# Metodología de EsT

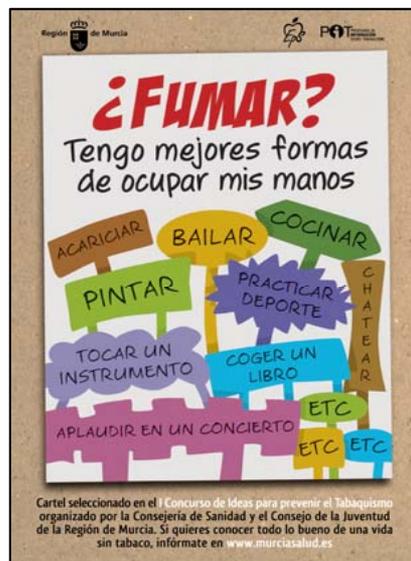
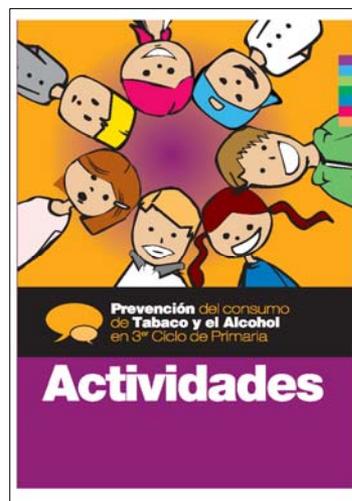
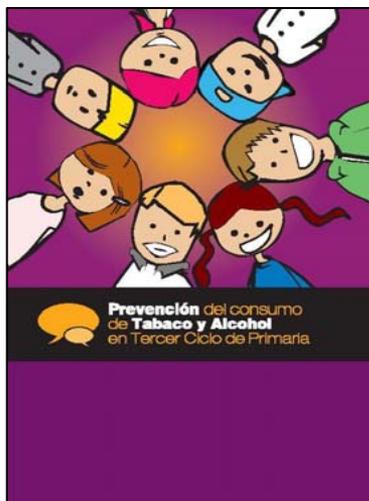






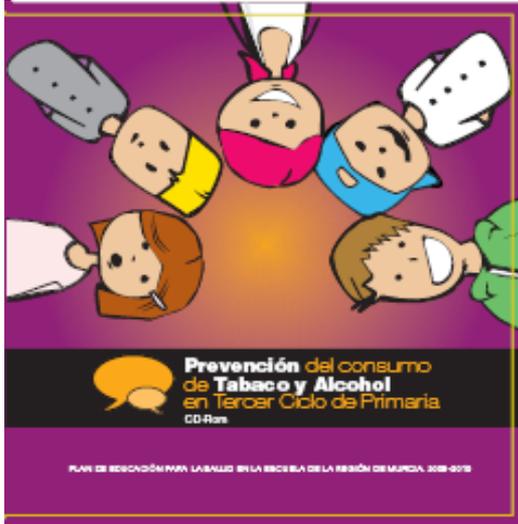


# Recursos



# Guía de Prevención del consumo de Tabaco y Alcohol en Tercer Ciclo de Primaria

## • Información para el profesorado



- Marco teórico
- Situación actual del consumo
- Tratamiento curricular
- Recursos
- Información básica sobre tabaco, alcohol y otras drogas

## • Actividades. Cinco bloques temáticos:

- Información sobre Tabaco y Alcohol
- Tomar decisiones responsables
- La autoestima
- Habilidades sociales
- Ocio saludable

Capacidad de tomar decisiones.	Capacidad de establecer y mantener relaciones interpersonales.
Capacidad de resolver problemas.	El autoconocimiento.
Capacidad de pensar en forma creativa.	Capacidad de experimentar empatía.
Capacidad de pensar en forma crítica.	Capacidad de controlar las emociones.
Capacidad de comunicarse con eficacia.	Capacidad de manejar la tensión y el estrés.





# Materiales de información sobre Tabaquismo

PROGRAMA DE **INFORMACIÓN** SOBRE TABAQUISMO

información para fumadores

PROGRAMA DE **INFORMACIÓN** SOBRE TABAQUISMO

información para jóvenes

PROGRAMA DE **INFORMACIÓN** SOBRE TABAQUISMO

información para padres y madres

PROGRAMA DE **INFORMACIÓN** SOBRE TABAQUISMO

información para no fumadores

PROGRAMA DE **INFORMACIÓN** SOBRE TABAQUISMO

información para mujeres

PROGRAMA DE **INFORMACIÓN** SOBRE TABAQUISMO

guía para dejar de fumar



# Proyecto Clases sin Humo

Comprometerse a no fumar por 5 meses



Organizar concursos para diseñar logotipo, cartelería propia, eslogan, etc. con la participación del alumnado y sus familiares



# Recursos de señalización



Región  de Murcia



Consejería de Sanidad y Consumo  
Dirección General de Salud Pública

## Prohibido fumar

Ley 42/2010, de 30 de diciembre, por la que se modifica la Ley 28/2005, de 26 de diciembre, frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro, el consumo y la publicidad de los productos del tabaco.



**Prohibido fumar/usar  
cigarrillos electrónicos**

Ley 28/2005, de 26 de diciembre  
modificada por la Ley 42/2010,  
de 30 de diciembre y la Ley 3/2014,  
de 27 de marzo

## Certificación





# Servicio de Promoción y Educación para la Salud

Dirección General de Salud Pública y Drogodependencias  
Consejería de Sanidad y Política Social

Programa de información sobre tabaquismo

<http://www.murciasalud.es/tabaquismo>



Pi T

PROGRAMA DE INFORMACIÓN SOBRE TABAQUISMO