



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



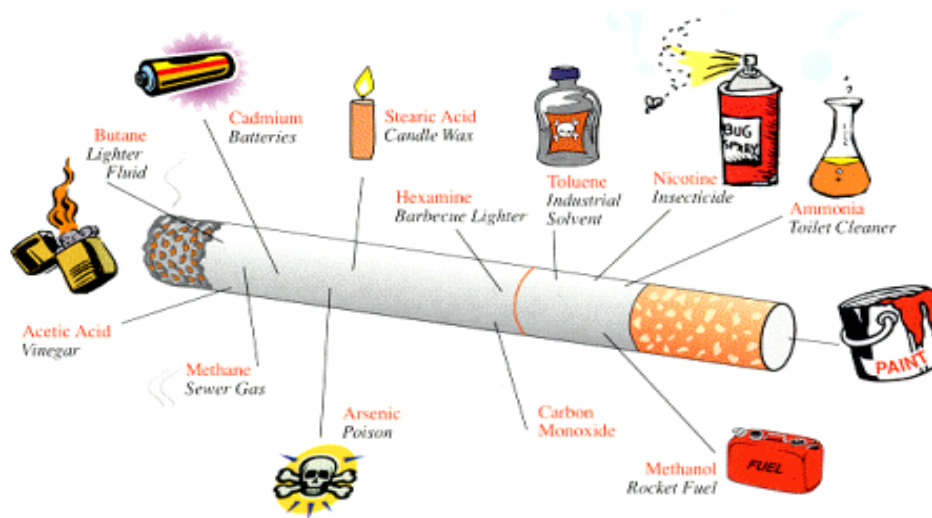


TABACO Y SUS COMPONENTES

- **Tabaco:** Planta Familia Solanáceas, género Nicotiana.

- **Principales componentes:**

- Nicotina: adicción
- CO: generador de hipoxemia
- Alquitranes: capacidad cancerígena
- Aditivos: amoníaco, chocolate, mentol...



Patología asociada al consumo de tabaco



Accidentes
cerebrovasculares

Ceguera

Cáncer de boca y esófago

Cáncer de laringe

Enf. Respiratoria: EPOC,
Neumonía, TB...

Enf. coronaria

Cáncer de pulmón

Cáncer de páncreas y
hígado

Úlcera

Cáncer de colón

Cáncer de vejiga

Diabetes

Enfermedad vascular
periférica

Disfunción
eréctil

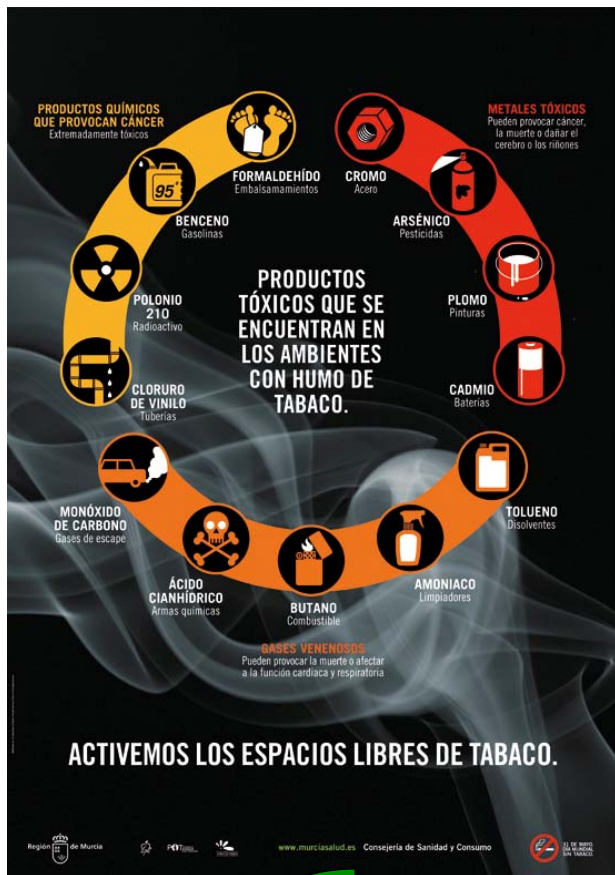
Cáncer
de cérvix

Bebés
de bajo
peso

> 30

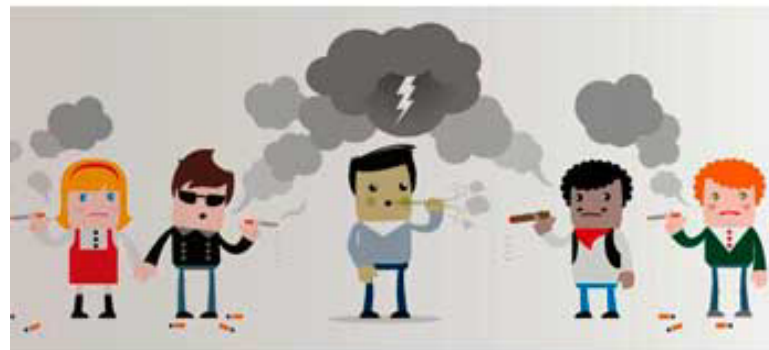


Humo Ambiental de Tabaco (HAT)



- ❖ 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

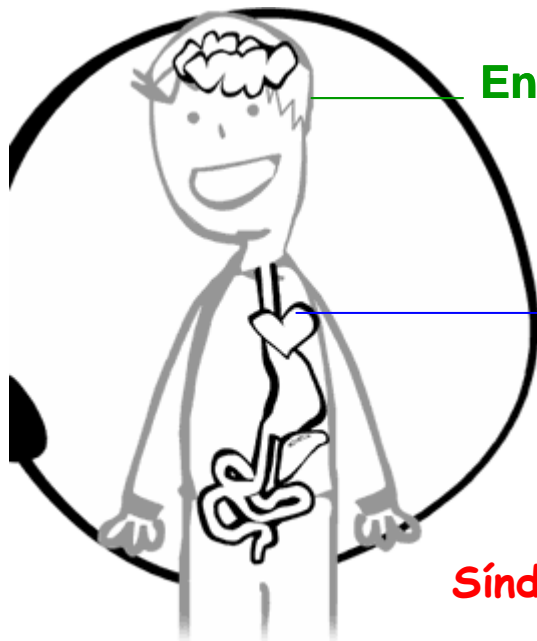


YA TI TAMBIÉN SI ESTÁS CERCA

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



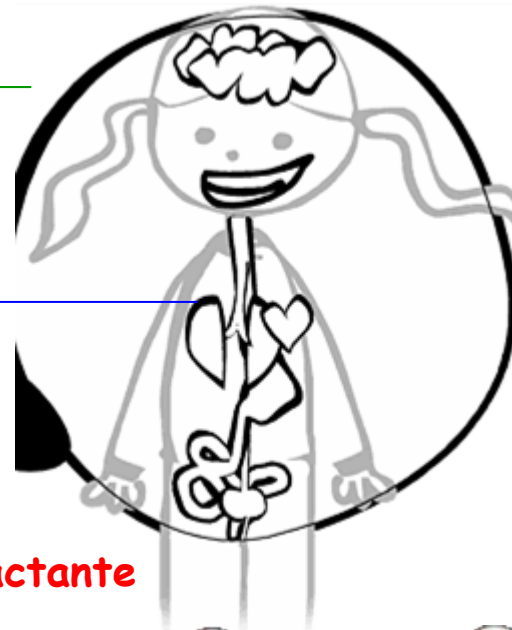
Patología asociada al tabaquismo involuntario



Enfermedad del oído medio

NIÑOS/AS

Síntomas y enfermedad respiratoria



Síndrome de muerte súbita del lactante

Accidente cerebrovascular

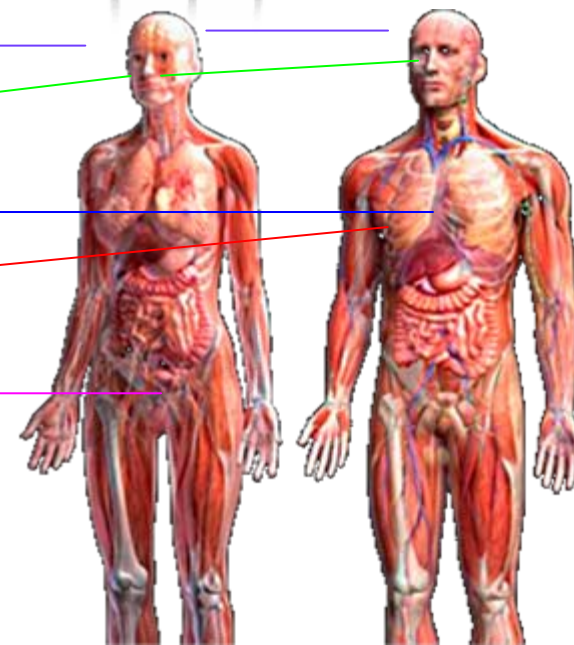
Irritación nasal

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)

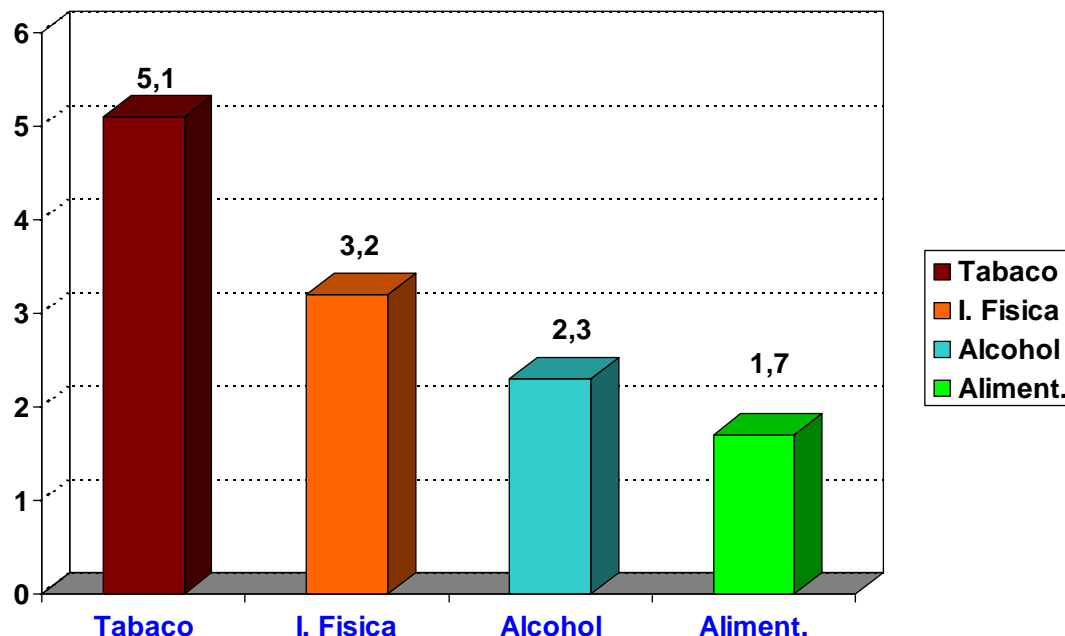
En España 53.155 muertes atribuibles al consumo de tabaco en 2006: el 14,7% de todas las muertes

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

145/
DIA



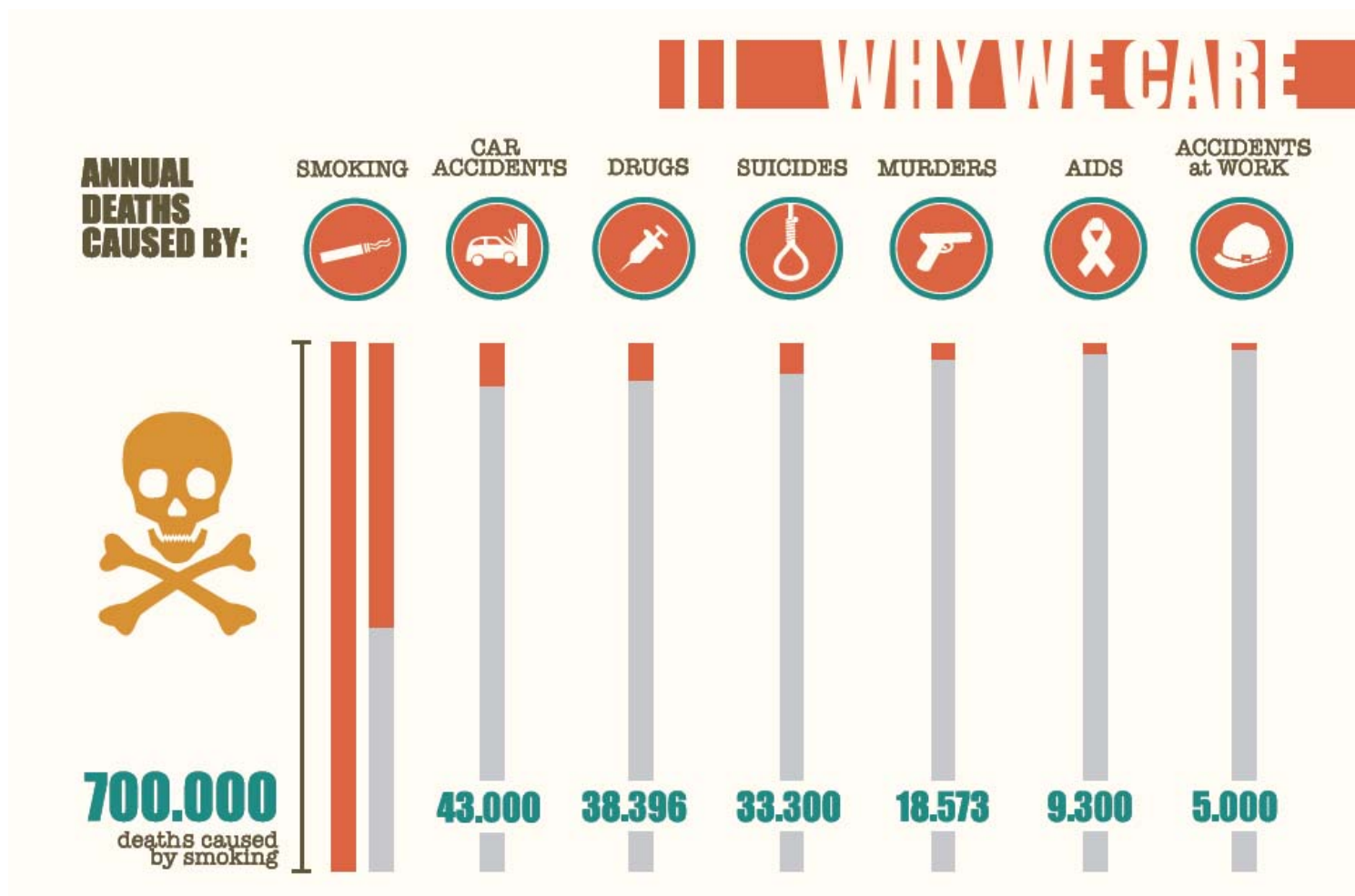
Principales causas primarias de mortalidad mundial
(millones víctimas al año)



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

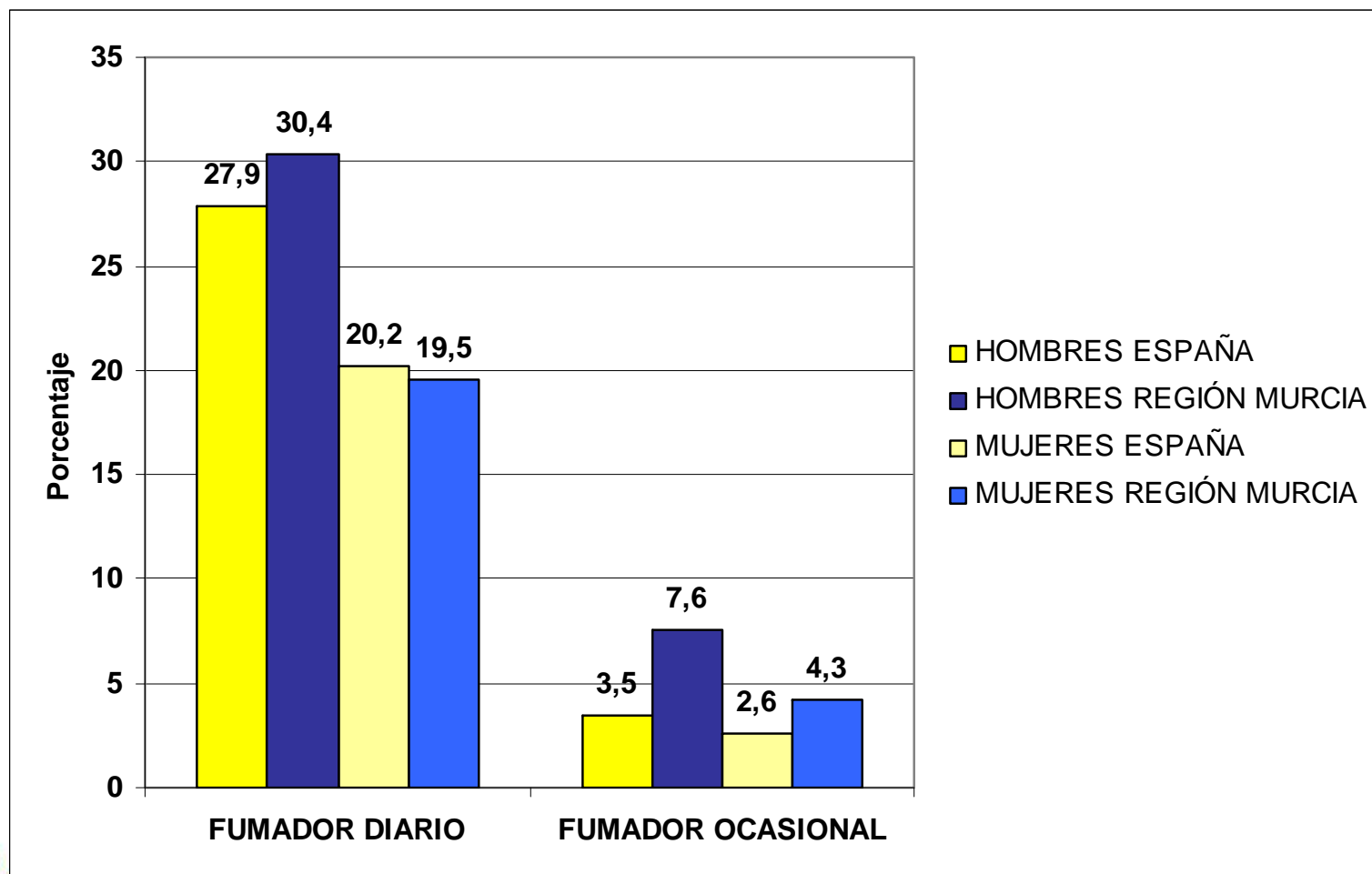


Fuente: Los productos de tabaco. Comisión Europea.
http://ec.europa.eu/health/tobacco/products/index_es.htm



Consumo diario de tabaco

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

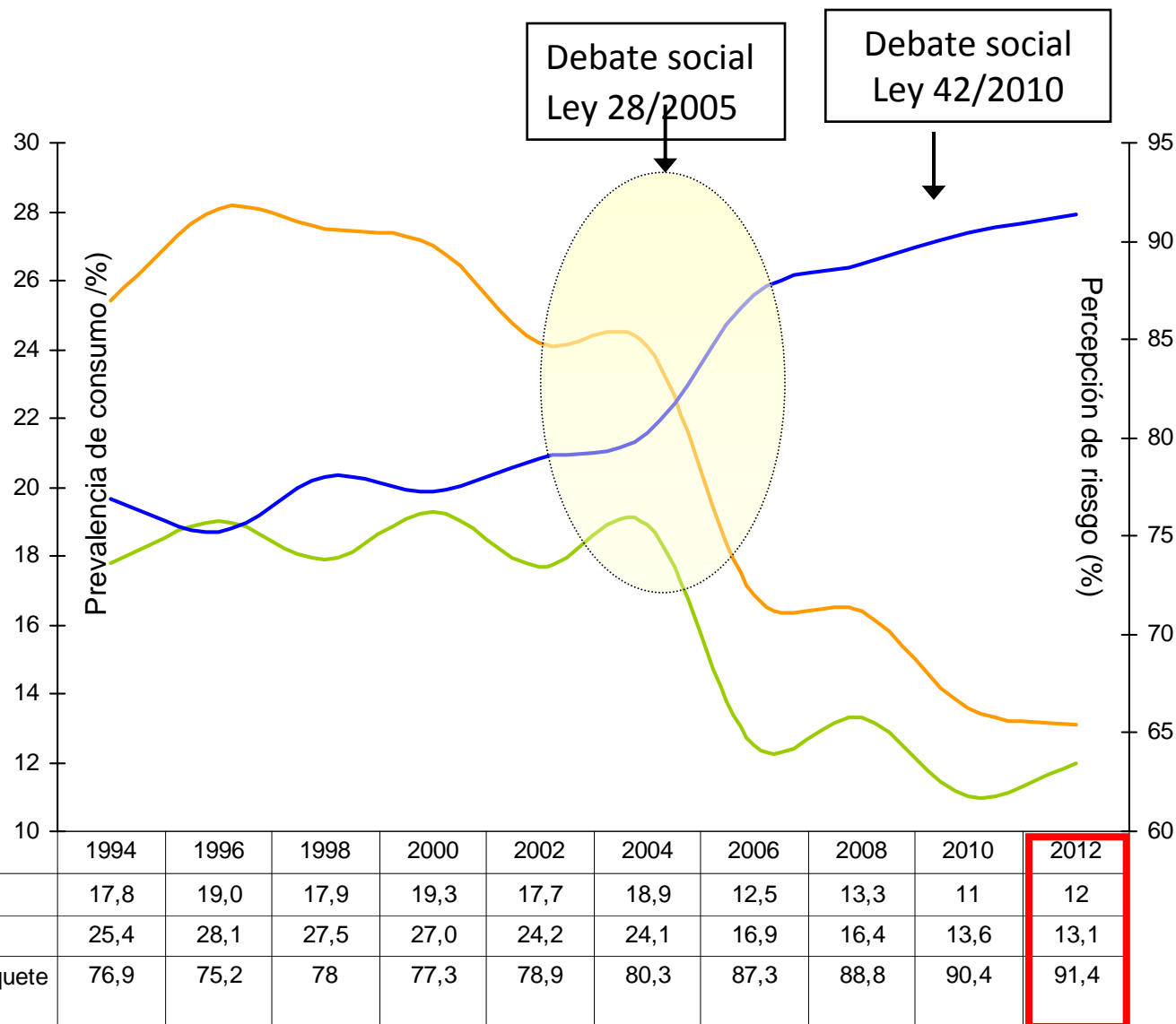


Fumadores 30,9% (diarios: 25,0%; ocasionales: 5,9%),

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



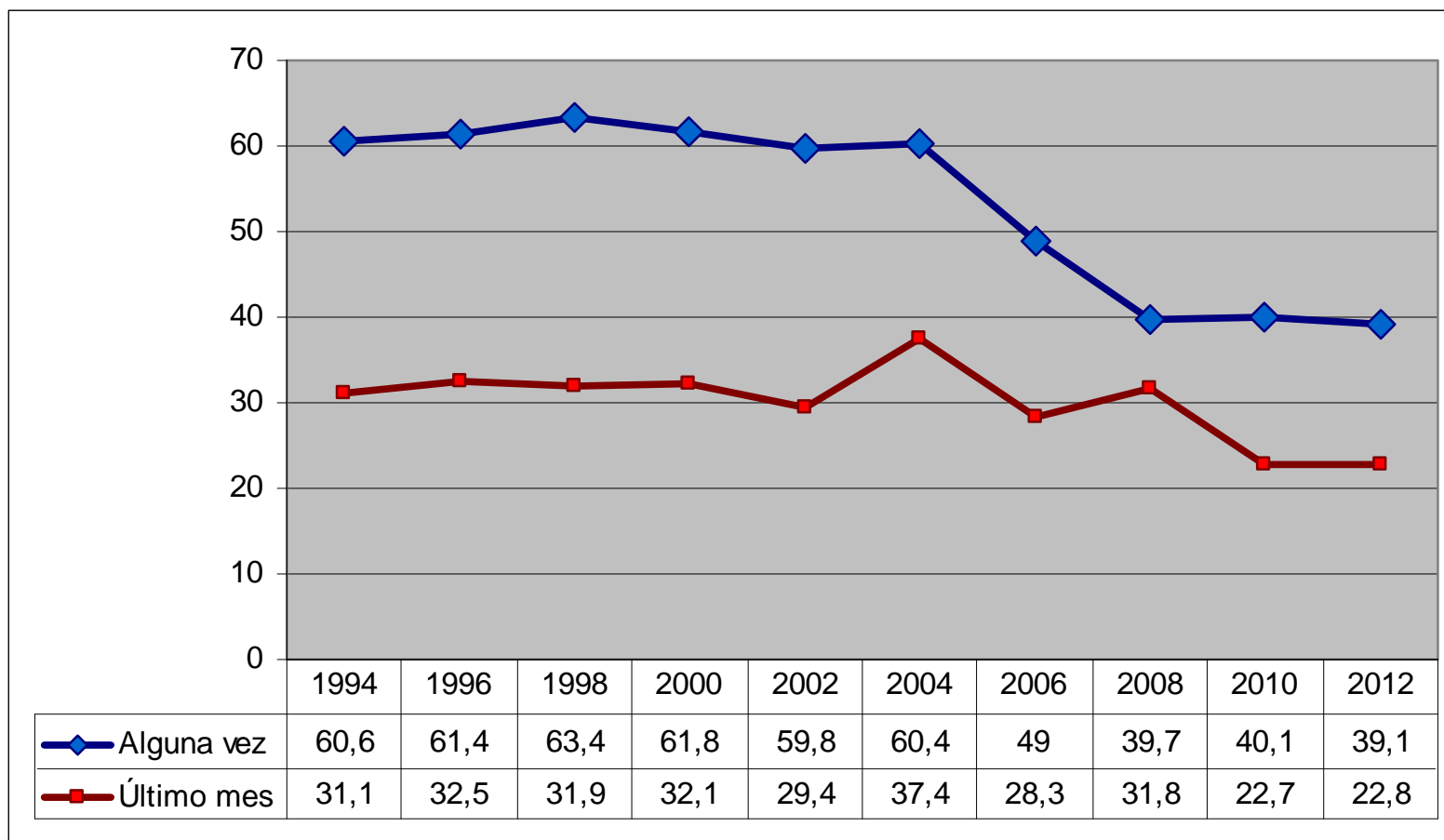
- Se estabiliza la tendencia descendente del consumo iniciada en 2004.
- El consumo está mas extendido entre las mujeres (consumo de hombres y mujeres cada vez más cercano).
- La percepción de riesgo sigue aumentando





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

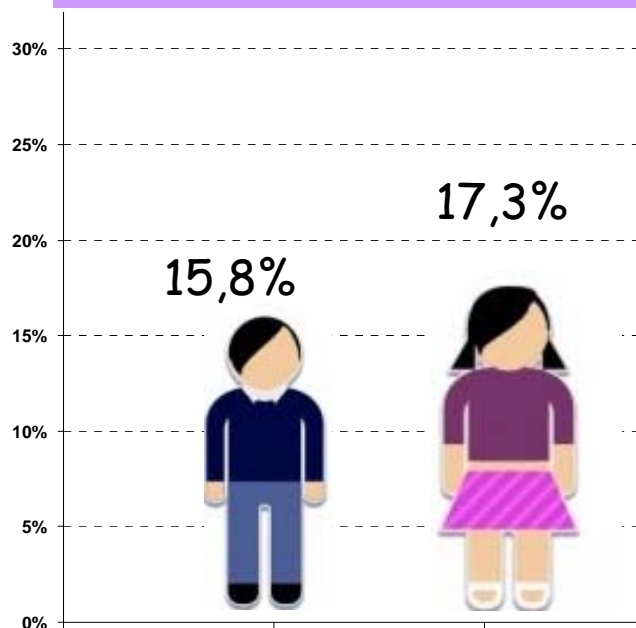
Evolución del consumo de tabaco (%) en escolares de 14-18 años Región de Murcia, 1994-2012 . ESTUDES



Fuente: Observatorio sobre Drogas de la Región de Murcia.

Evolución de consumo de tabaco en la RM II

CONSUMO ALGUNA VEZ

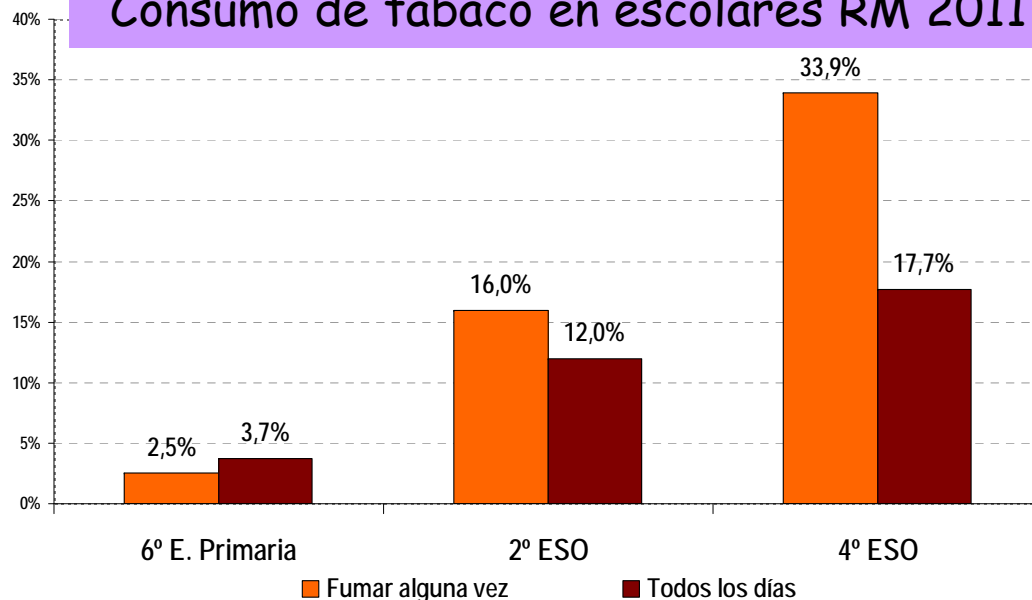


2011

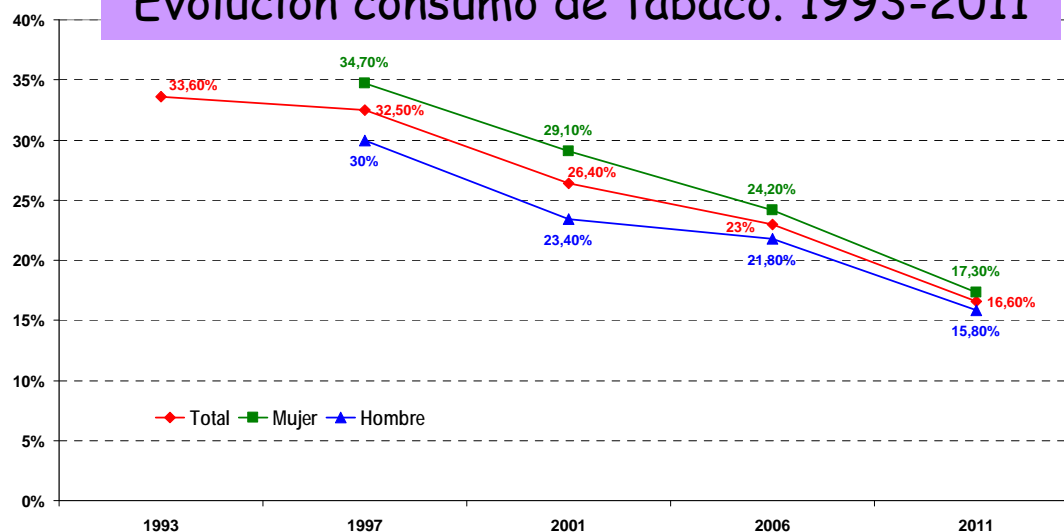


FUENTE: PROCRES, 2011

Consumo de tabaco en escolares RM 2011



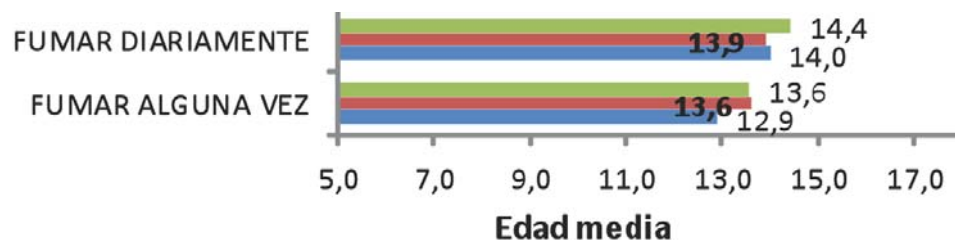
Evolución consumo de tabaco. 1993-2011





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).

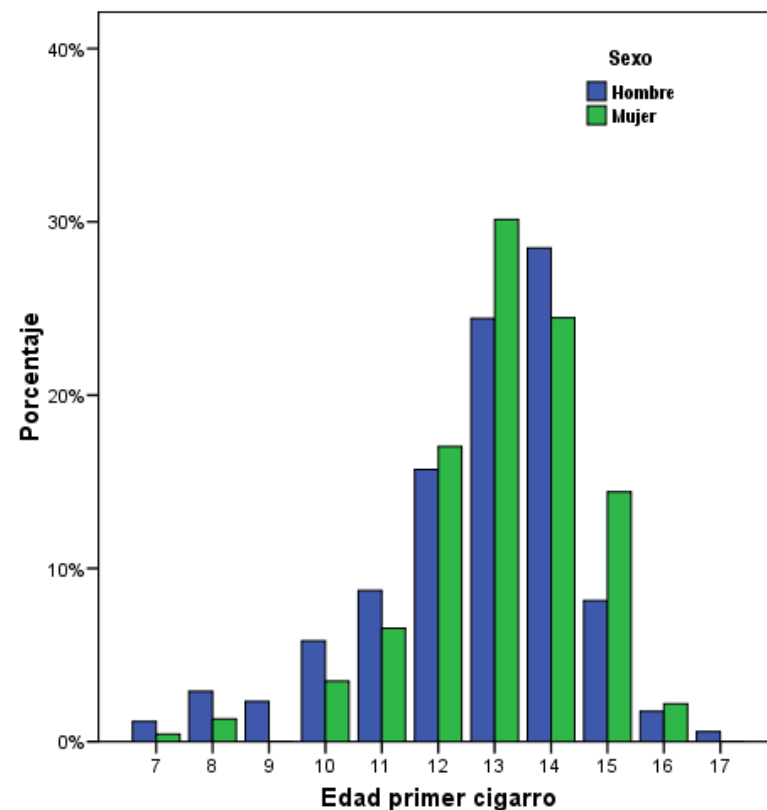


■ 2012

■ 2010

■ 2008

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



Fuente: PROCRES, 2011



Influencia del entorno

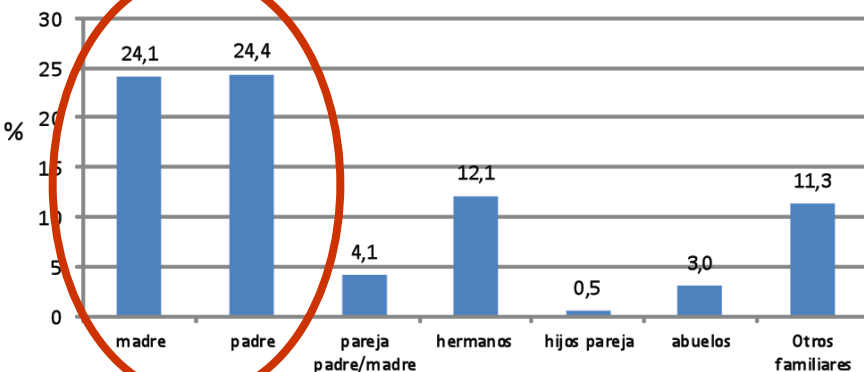
Iguales, películas, dibujos, personajes famosos, y



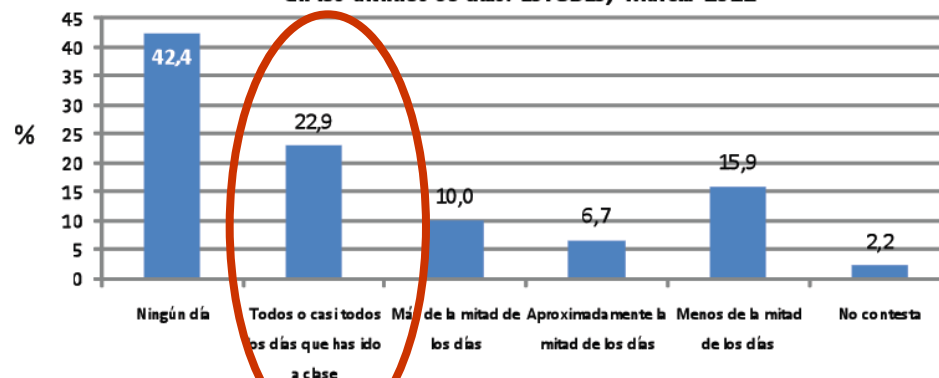


Influencias del entorno

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



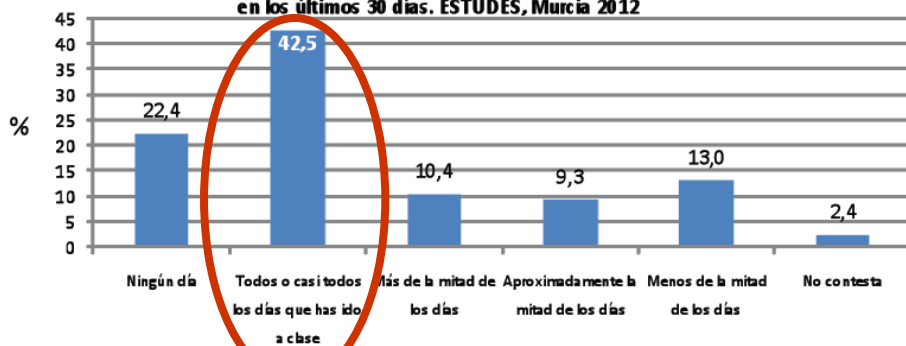
Frecuencia con la que han visto fumar a profesores en los últimos 30 días. ESTUDES, Murcia 2012



Fuente: ESTUDES 2012

Observatorio Regional sobre Drogas. www.e-Drogas.es

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



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

Y además....

Cohrente 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"





El agente principal en la escuela ha de ser:



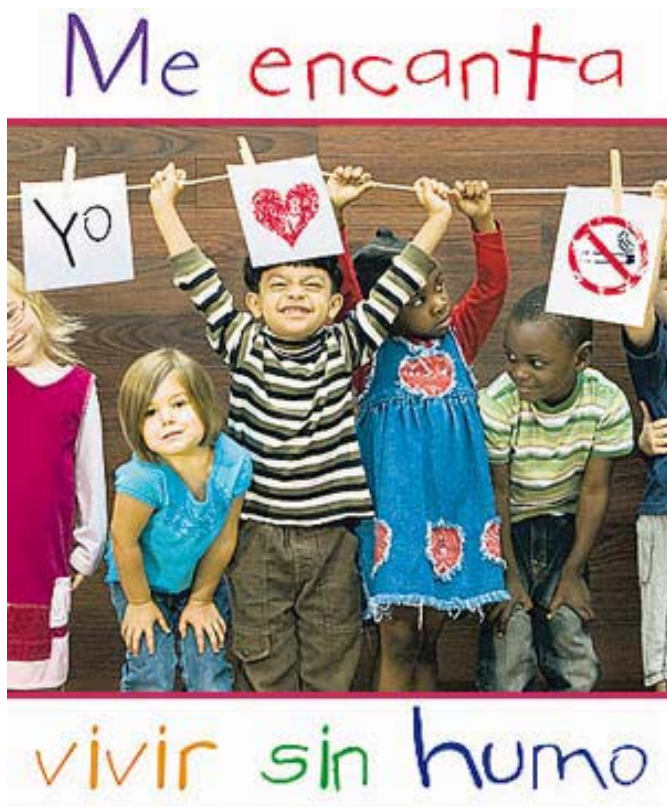
Profesorado



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:

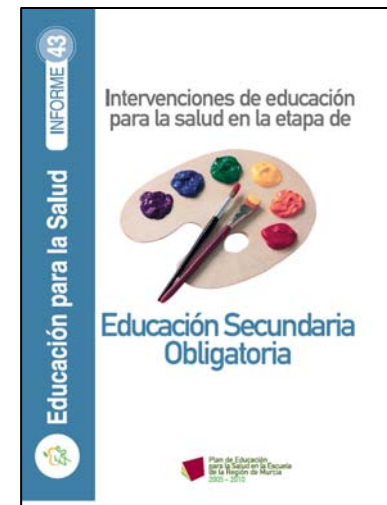
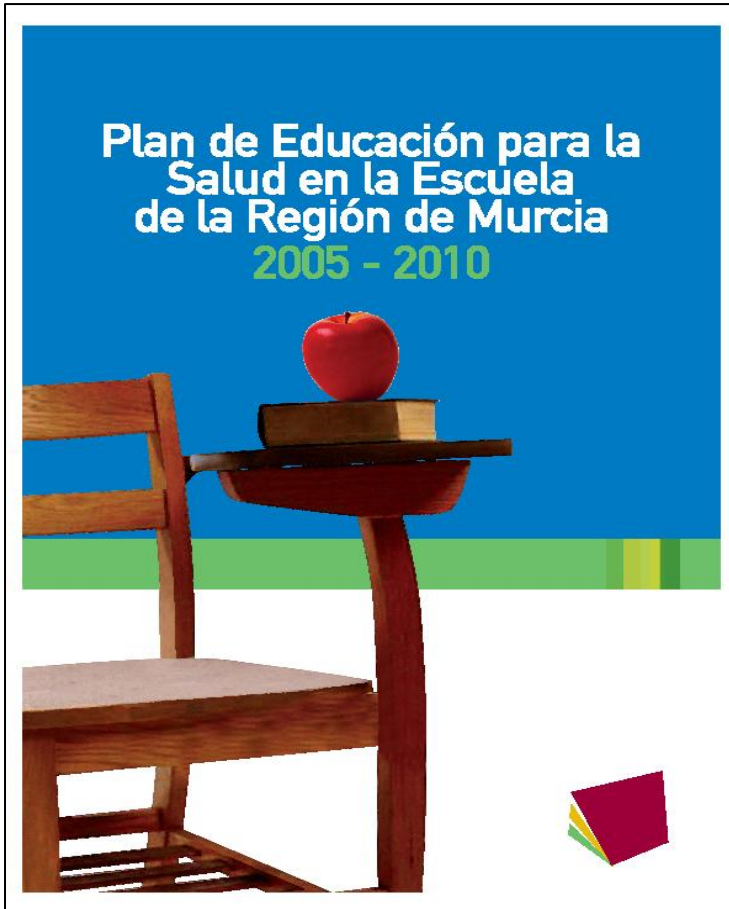
- **Influencias sociales + Competencias sociales**
[OR= 0.50 (0,28-0,87)]
- **Competencias sociales**
[OR= 0.52 (0,30-0,88)]
- La **información** por sí sola apenas produce efecto

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.

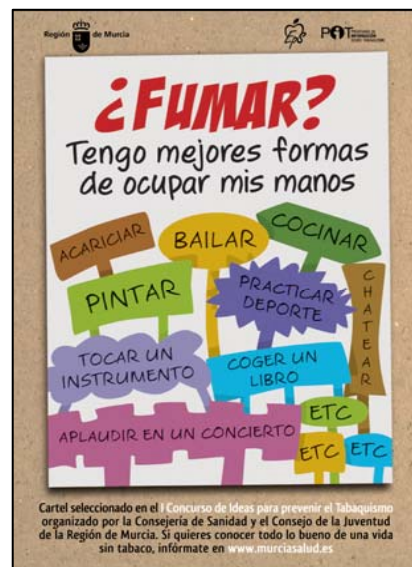
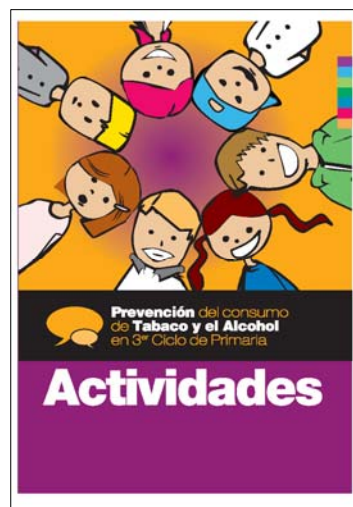
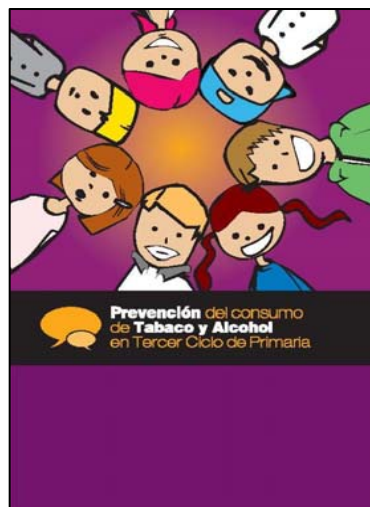
Metodología de EsT







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





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





**TU ESCUELA
LIBRE
DE HUMO
DE TABACO**



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>



PROGRAMA DE INFORMACIÓN SOBRE TABAQUISMO