

DÍA MUNDIAL SIN TABACO

Guión intervención en radios

Servicios Territoriales de Salud Pública. Mayo, 2013.

Como todos los años, el día 31 de Mayo se celebra el Día Mundial Sin Tabaco, promovido por la Organización Mundial de la Salud. El objetivo primordial de esta celebración es señalar los riesgos que supone para la salud el consumo de tabaco así como fomentar políticas de control y prevención que sean eficaces para reducir dicho consumo, ya que el tabaquismo es la 2ª causa mundial de muerte después de la hipertensión arterial.

Para hablar sobre la epidemia de tabaquismo y destacar mensajes concretos relacionados con la prevención y el control del consumo de tabaco, tenemos hoy aquí a del **Servicio Territorial de Salud Pública nº ... de la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid.**

Sabemos que todos los años la Organización Mundial de la Salud, selecciona un lema para difundir este día.

¿Cual es el lema de este año? Y ¿Por qué?

El lema de este año trata de la **prohibición de publicidad, promoción y patrocinio del tabaco**, ya que los resultados de diferentes estudios muestran que la prohibición completa de publicidad y patrocinio del tabaco, ayuda a disminuir el número de personas que inician el hábito tabáquico y de aquellas que continúan fumando. Es por esto que la organización mundial de la salud pide la "**prohibición total**" y entre sus objetivos para este año destaca la necesidad de **impulsar esfuerzos locales, nacionales e internacionales para contrarrestar a la industria tabacalera**, que pretende paralizar las prohibiciones totales que los países hacen sobre la publicidad, promoción y patrocinio del tabaco.

¿Cuál es la situación de consumo de tabaco en la Comunidad de Madrid?

En la Comunidad de Madrid, en el año 2012, el 28,1% de población adulta era fumadora, cifra algo menor que en 2011. Esta tendencia de disminución de consumo, se viene observando desde hace varios años, y ya hay un 25,6% de ex-fumadores.

Respecto a los jóvenes, parece que en los últimos años está disminuyendo el número de los que empiezan a fumar. En el año 2012 el 26% de los adolescentes madrileños entre 15 y 16 años fumaban de manera habitual o de forma ocasional. La proporción de jóvenes que fuma diariamente es del 12% en las mujeres y 9,5% en los hombres, aumentando con respecto al año anterior el consumo de tabaco en las chicas.

¿Desde la Consejería de Sanidad, qué actuaciones lleváis a cabo para intentar disminuir el consumo de tabaco en la población?

Desde la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid, y para celebrar este día mundial contra el tabaco, se realizarán múltiples intervenciones dirigidas a la prevención y control de tabaquismo, tales como charlas, concursos o mesas informativas en hospitales, centros de salud, espacios de ocio o centros docentes, además de intervenciones como esta, en medios de comunicación.

Estas actuaciones no tendrían mucho impacto si solo se celebrase este día, por ello hay que complementarlas con la realización de actividades a lo largo del año en diferentes ámbitos:

- El primero se dirige a la protección de los las personas no fumadoras, es decir, se toman medidas para delimitar "espacios libres del humo de tabaco".
- El segundo frente consiste, en la oferta de ayuda para la deshabituación tabaquica a los fumadores que quieran dejarlo.

➤ Y el tercer frente, y probablemente el más importante de cara al futuro, está relacionado con la prevención del inicio del consumo de tabaco en adolescentes, es decir, evitar que los jóvenes empiecen a fumar.

Respecto a los jóvenes, ¿nos podrías contar de manera más detallada que actuaciones lleváis a cabo?

Por supuesto. En realidad, la prevención del inicio del consumo de tabaco entre los jóvenes es uno de los puntos clave de nuestro trabajo. En la actualidad, se vienen realizando año tras año concursos y talleres de prevención de inicio de consumo de tabaco en Centros de Educación Secundaria de la Comunidad de Madrid, además del trabajo con profesores y familias.

Y en casa ¿qué podemos hacer para evitar que nuestros hijos empiecen a fumar?

Es importante recordar, que en el hogar, desde antes de que llegue la adolescencia, es necesario mantener una comunicación fluida con los hijos, para que puedan enfrentarse con recursos suficientes, es decir con habilidad y formación suficiente a cualquier ofrecimiento de consumo tabaco. Conversar abiertamente con ellos, ofreciéndoles información sobre el tabaco y sus consecuencias. **Muy importante** es saber transmitirles claramente y con firmeza nuestra postura de que: “el tabaco cuanto más lejos mejor”, e insistir en que no se dejen atrapar por la dependencia, ayudándoles a comprender que “es más fácil no empezar que luego dejarlo”.

Hay que tener en cuenta, que la adolescencia es un momento en el que se ven sometidos a la presión del grupo de amigos por lo que es importante darles un voto de confianza, recomendándoles que no cedan ante las presiones y que no hagan lo que no quieran hacer. Podemos también recordarles los incentivos para no fumar como puede ser tener más dinero, al no tener que gastarlo en tabaco, o más atractivo personal, y proponerles alternativas, sobre todo las relacionadas con la práctica de alguna actividad física.

Y en el caso que el adolescente fume ¿Cuál será nuestra postura?

Si el adolescente ya fuma, que no cunda el pánico. Si fuma regularmente necesitará ayuda para dejar de fumar. Las familias debemos apoyarles y ayudarles a conseguir que determinen los pros de dejar de fumar y los contras de consumir tabaco, y que, encuentren una razón clara para tomar la decisión de dejarlo. Además, en cualquier caso, se debe solicitar la ayuda de un profesional del centro de salud, que valorará la estrategia mas adecuada en cada caso.

Recordar que siempre hay una buena razón para dejar de fumar, solo tenemos que encontrar la nuestra