



Día Mundial Sin tabaco: “Dejar de fumar es posible”

Con motivo de la celebración del Día Mundial Sin Tabaco, la Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias promueve actividades informativas en todas las islas y recuerda que la mejor decisión que puede tomar un fumador es dejar el tabaco, tanto para su salud como para la de las personas que le rodean

El 10,2% de los escolares canarios son fumadores actualmente y la edad media en la que han probado el tabaco es a los 13,5 años, según la Encuesta sobre tabaquismo en jóvenes de Canarias

Sólo el 20% de los fumadores protege a los niños del humo de tabaco en todos los lugares y el 94,7% estarían de acuerdo en prohibir fumar en el coche si hay niños/as en su interior, según la encuesta realizada por la Sociedad Española de Medicina familiar y Comunitaria (semFYC) con motivo de la XV Semana Sin Humo

La Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias, con motivo de la celebración del Día Mundial sin tabaco el próximo 31 de mayo, insiste en la necesidad que tiene el fumador de tomar la decisión de dejarlo, y recuerda que el consumo de tabaco aumenta enormemente, en el fumador y en las personas que le rodean, la probabilidad de contraer enfermedades incapacitantes y que pueden ocasionar la muerte.

Dejar de fumar es la única opción que consigue los mayores beneficios, tanto en la salud del fumador como en la de las personas que le rodean.

Actualmente hay tratamientos efectivos para ayudar a dejar de fumar que consiguen tasas de éxito elevadas. La mejor opción es ponerse en contacto con los profesionales sanitarios que cuidan de su salud y preguntar por las opciones disponibles.

Campaña del Día Mundial Sin Tabaco 2014: *Dejar de fumar es posible*

La Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias, a través de su Dirección General de Salud Pública, ha preparado para la edición del Día Mundial Sin Tabaco de este año nuevos materiales divulgativos que, bajo el lema “*dejar de fumar es posible*”, quiere concienciar sobre su importante papel en el inicio del consumo de los más pequeños.

Comunicación. Consejería de Sanidad

Teléfono: 928 11 89 78-79/928 58 03 48/922 08 37 17/Fax: 928 11 88 01

Avenida Juan XXIII, nº 17. Las Palmas de Gran Canaria

Rambla de Santa Cruz, nº53. Santa Cruz de Tenerife

www.gobiernodecanarias.org/sanidad

comunicacion.cds@gobiernodecanarias.org



Se distribuirán 2.500 carteles y 65.000 trípticos informativos entre todos los Centros de Salud de Canarias, además de en institutos de enseñanza secundaria que participan en el programa de Prevención del Tabaquismo ITES.

Como en años anteriores, la colaboración con las diferentes direcciones de Área y gerencias sanitarias de Canarias, permitirá difundir el mensaje a través de más de 50 mesas y puestos informativos en todas las islas, atendidas por profesionales sanitarios y en las que se distribuirán materiales divulgativos, se aclararán dudas, se efectuará consejo sanitario breve a los fumadores y, en algunos casos, se realizarán cooximetrías.

Estrategias contra la epidemia de Tabaquismo de la Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias

En la estrategia de control de la epidemia de tabaquismo, la OMS recomienda una legislación que extienda los espacios libres de humo, un incremento de los precios de las labores del tabaco y la prohibición de la publicidad y la promoción de los productos del tabaco. Junto a estas medidas fundamentales, se recomienda la realización de programas específicos de prevención dirigidos a determinados grupos de población.

Dado que más del 80% de los fumadores adultos reconocen haber comenzado a fumar antes de los 18 años, los programas de prevención del tabaquismo deben hacerse a edades muy tempranas, en torno a los 12-16 años.

-Prevención del inicio del consumo de Tabaco. Programa ITES

Con este objetivo, el programa ITES se puso en marcha en 2001 por la Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias, a través de la Dirección General de Salud Pública y la colaboración de la Consejería de Educación, como intervención específica dirigida a prevenir el tabaquismo en los jóvenes que cursan enseñanza secundaria.

Se trata de un programa basado en actuaciones en la escuela, en concreto en la Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO), que se desarrolla durante los cuatro años que dura ésta. Es aplicado por los docentes en cada centro, que previamente participan en unas jornadas anuales de formación. Es efectivo en jóvenes de ambos sexos, fácil de aplicar y extensible a todos los centros del archipiélago.

Actualmente, con 60 centros participantes y alrededor de 13.900 alumnos. A falta de la evaluación de este curso, la proporción de fumadores entre los alumnos participantes del programa en años anteriores es de alrededor de un 50% inferior a la de los alumnos que no participan. El programa disminuye el consumo tanto en chicos como en chicas.

Comunicación. Consejería de Sanidad

Teléfono: 928 11 89 78-79/Fax: 928 11 88 01

Avenida Juan XXIII, nº 17. Las Palmas de Gran Canaria

Rambla de Santa Cruz, nº53. Santa Cruz de Tenerife

www.gobiernodecanarias.org/sanidad

comunicacion.sanidad@gobiernodecanarias.org

-Programa de formación de profesionales sanitarios

Es un programa de formación dirigido a profesionales sanitarios, con formación reglada y acreditada dirigido a medicina y enfermería. Han participado en los últimos cinco años unos 400 profesionales de todas las islas. Para este año se espera realizar otros cuatro cursos más.

-Programa Programa de Ayuda al Fumador en Canarias PAFCAN

Muchos pacientes pueden beneficiarse de este programa piloto implantado en el Servicio Canario de la Salud. En este programa se proporciona la mitad de los fármacos necesarios para dejar de fumar a pacientes que, además del tabaquismo, tienen algún otro factor de riesgo importante para su salud.

El diagnóstico y seguimiento lo realizan profesionales sanitarios cualificados que realizan el control y seguimiento del tratamiento. El Servicio Canario de la Salud proporciona la mitad de la medicación que necesita cada paciente para dejar de fumar. Participan todas las áreas de salud, a excepción de la Gomera, con la colaboración de los colegios de farmacéuticos.

-Participación en la estrategia de “Los Círculos de la Vida Saludable”

Se participa en esta iniciativa del Servicio de Promoción de la Salud de la Dirección General de Salud Pública tanto en la difusión de la estrategia como en la formación de mediadores para trasladar la idea de un cuidado integral a la población. Este año se ha participado en tres cursos y está previsto hacerlo en tres más

-Programa de inspecciones. Ley 28/2005

Este programa de inspecciones sobre la modificación de la ley efectuada en 2010 se lleva a cabo desde el 1 de enero de 2011 en todas las áreas de salud de Canarias. Hasta la fecha se han efectuado 8.773 inspecciones. Los resultados de las mismas revelan que el grado de cumplimiento de la Ley es superior al 87%. La mayoría de las infracciones son leves (señalización), y se han remitido 284 propuestas para sanción (3,4%).

Los hechos y las cifras

El tabaquismo supone alrededor del 15% del gasto sanitario y sigue siendo a primera causa de muerte evitable en nuestro entorno, según la Organización Mundial de la Salud. En España causa unas 52.000 muertes al año. En Canarias se estima que puede ser el responsable de la muerte de 2.400 personas.

Comunicación. Consejería de Sanidad

Teléfono: 928 11 89 78-79/Fax: 928 11 88 01

Avenida Juan XXIII, nº 17. Las Palmas de Gran Canaria

Rambla de Santa Cruz, nº53. Santa Cruz de Tenerife

www.gobiernodecanarias.org/sanidad

comunicacion.sanidad@gobiernodecanarias.org

Según la última Encuesta Nacional de Salud (2012), en España ha descendido el consumo de tabaco. En Canarias hay unos 480.000 fumadores, pero también ha descendido el consumo. Es importante que haya descendido por primera vez también en mujeres.

Encuesta Nacional de Salud		Total	Varones	Mujeres	Exfumadores
España	2006	29,5%	34,6%	24,5%	20,5%
	2012	27%	31,4%	22,8%	19,6%
Encuesta de Salud de Canarias					
Canarias	2004	31,7%	36,9%	26,4%	17,8%
	2009	28,4 %	33,2%	23,7%	15,9%

Perfil del joven fumador canario

La “*Encuesta sobre Tabaquismo en Jóvenes. Canarias*”, dada a conocer el pasado año, proporcionaba el perfil del joven fumador canario:

Tiene entre 15 y 18 años, probablemente de sexo masculino.

Fumó el primer cigarrillo a los 13,5 años.

Comparte espacios cerrados con dos progenitores fumadores y tiene hermanos mayores fumadores.

También es más frecuente que en su grupo de amigos haya fumadores.

Tiene una percepción de riesgo por el consumo de tabaco baja.

Tiene una autoestima más baja que sus compañeros no fumadores, mostrando menos agrado por su imagen corporal, sobre todo las chicas.

Con respecto a otras hábitos de vida, se suele saltar más frecuentemente alguna de las comidas principales, duerme de media una hora menos al día que los no fumadores, hace mucho menos ejercicio y presenta una nivel de estrés académico ligeramente mayor.

En cuanto al consumo de otras sustancias, consume de media más bebidas alcohólicas a la semana y ha tenido más episodios de embriaguez que sus compañeros no fumadores.

Por último, para el consumo de otras drogas de curso no legal, consume marihuana en una proporción siete veces superior que los que no fuman tabaco y unas 3 veces más sustancias como inhalables volátiles.

Comunicación. Consejería de Sanidad

Teléfono: 928 11 89 78-79/Fax: 928 11 88 01

Avenida Juan XXIII, nº 17. Las Palmas de Gran Canaria

Rambla de Santa Cruz, nº53. Santa Cruz de Tenerife

www.gobiernodecanarias.org/sanidad

comunicacion.sanidad@gobiernodecanarias.org

Resultados destacados de esta encuesta sobre tabaquismo en jóvenes canarios

El 10,2% de los escolares canarios son fumadores actualmente (10,9% de los chicos y 9,6% de las chicas) y el consumo máximo se produce a los 18 años (18%), tanto en chicas (14,7%) como en chicos (20,6%).

La edad media a la que se ha probado el tabaco es a los 13,5 años, y el producto más consumido son los cigarrillos (62,2% de los fumadores los consumen), seguidos del tabaco de liar (15,7%). El consumo medio de los fumadores es de 5 cigarrillos diarios.

El 21,8% de los fumadores encuestados reconoce que ahora fuma menos que antes de la entrada en vigor de la Ley 42/2010.

Un dato negativo es que casi la mitad (48%) compra el tabaco que fuma, aunque no tiene la edad legal para hacerlo.

En los hogares en los que fuman ambos progenitores y los hermanos es en los que hay más probabilidades de que los jóvenes encuestados sena fumadores.

Encuesta nacional de la semFYC

La Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria (semFYC) ha elaborado una encuesta realizada en centros de atención primaria de toda España a 6.857 ciudadanos de todas las comunidades autónomas, entre los cuales había fumadores (1.827), no fumadores (2.720) y ex fumadores (2.309), con una media de edad de 48 años.

La encuesta de semFYC ha puesto especial atención a la exposición al humo del tabaco en niños. En este sentido, y a pesar de que el 85% (fumadores y no fumadores) es consciente de que la exposición al humo del tabaco es muy nociva para los más pequeños, sólo un 21% de los españoles protege a los niños del humo del tabaco en casa y el coche.

Este dato implica una clara indefensión por parte de los más pequeños ante los perjuicios del tabaco así como la necesidad de realizar una importante labor de concienciación entre los adultos para proteger a los niños.

Más del 94% estaría de acuerdo en adoptar la iniciativa que ya existe en Reino Unido para prohibir fumar en el coche cuando hay niños en su interior.

La realidad es que a la población general cada vez le importuna más el humo del tabaco, incluso a los que fuman, tal y como lo afirma el 31% de los fumadores del sondeo. Porcentaje que asciende al 64% en los ex fumadores y al 86% en los no fumadores

Comunicación. Consejería de Sanidad

Teléfono: 928 11 89 78-79/Fax: 928 11 88 01
Avenida Juan XXIII, nº 17. Las Palmas de Gran Canaria
Rambla de Santa Cruz, nº53. Santa Cruz de Tenerife
www.gobiernodecanarias.org/sanidad
comunicacion.sanidad@gobiernodecanarias.org

Los cigarrillos electrónicos no ayudan a dejar de fumar

Las nuevas formas de consumo de productos del tabaco, como el cigarrillo electrónico, tampoco son saludables desde ningún punto de vista científico. Por ello, la mejor decisión que puede tomar un fumador con respecto al tabaco es dejarlo completamente.

Los cigarrillos electrónicos que contienen nicotina no han demostrado ser una ayuda efectiva para dejar de fumar. La mayoría de los consumidores los emplean en combinación con cigarrillos convencionales. Muchos fumadores que tenían la idea de dejar de fumar han seguido enganchados a la nicotina a través de estos dispositivos.

Los cigarrillos electrónicos conllevan riesgos para la salud. Por un lado, la nicotina es una sustancia muy adictiva, que perpetúa o es capaz de iniciar la dependencia al tabaco. Por otro lado, tiene importantes efectos negativos sobre el árbol cardiovascular, pudiendo ser responsable de la aparición de infartos en corazón, cerebro y otros órganos vitales.

Entre los consumidores de cigarrillos electrónicos ya están apareciendo casos de intoxicación por nicotina y alteraciones en bronquios y pulmones (neumonía lipóide).



Comunicación. Consejería de Sanidad

Teléfono: 928 11 89 78-79/Fax: 928 11 88 01

Avenida Juan XXIII, nº 17. Las Palmas de Gran Canaria

Rambla de Santa Cruz, nº53. Santa Cruz de Tenerife

www.gobiernodecanarias.org/sanidad

comunicacion.sanidad@gobiernodecanarias.org