

Estrategia Nacional de Prevención y Control de Enfermedades no Transmisibles.
Componente: Promoción de la Salud

AUTORIDADES

Sra. Presidenta de la Nación

- Dra. Cristina Fernández de Kirchner

Sr. Ministro de Salud

- Dr. Juan Luis Manzur

Sr. Secretario de Promoción y Programas Sanitarios

- Dr. Máximo Diosque

Sra. Subsecretaria de Prevención y Control de Riesgos

- Dra. Marina Kosacoff

Sr. Director de Promoción de la Salud y Control de Enfermedades No Transmisibles

- Dr. Sebastián Laspiur

Sr. Coordinador del Programa Nacional de Control del Tabaco

- Lic. Mario Virgolini

MANUAL DE ESCUELAS ► LIBRES DE HUMO DE TABACO

PROGRAMA NACIONAL DE CONTROL DEL TABACO
Año 2011



INDICE

7	INTRODUCCIÓN
7	ANTECEDENTES
9	OBJETIVOS DE LA POLÍTICA DEL MINISTERIO RESPECTO A LOS AMBIENTES LIBRES DE HUMO DE TABACO
9	QUE PASOS SE HAN IDO TOMANDO
	Creación del RELH
	Capacitaciones
	Apoyo a la sanción e implementación de leyes de ambientes libres de humo de tabaco
	Concursos
11	CONSECUENCIAS DEL HUMO DE TABACO PARA LA SALUD
	IMPORTANCIA Y BENEFICIO DE LOS AMBIENTES DE TRABAJO Y DE ESTUDIO LIBRES DE HUMO DE TABACO
	¿Por qué son importantes las escuelas libre de tabaco?
	¿Cuáles son los beneficios de generar escuelas libres de humo de tabaco?
12	FUNDAMENTOS PARA LA IMPLEMENTACION DE ESCUELAS LIBRES DE HUMO
12	METODOLOGÍA PARA LA CREACIÓN DE ESCUELAS LIBRES DE TABACO
	1. Conformación de un grupo de trabajo compuesto por miembros de la Institución.
	2. Elaboración de un diagnóstico y proyecto de escuela libre de humo
	3. Presentación del proyecto a todo el personal, alumnos y padres
	4. Diseño e implementación de la campaña comunicacional
	5. Talleres de motivación e información para la comunidad escolar
	6. Diseño e implementación de una estrategia de señalización
	7. Apoyo para dejar de fumar (cesación) para los empleados fumadores
	8. Aprovechamiento de Jornadas Especiales: Día Mundial sin Tabaco, Día Mundial del Corazón, Día Internacional del Aire Puro.
	9. Evaluación de la intervención implementada.
18	CONCLUSIONES
20	ANEXO 1: EJEMPLO DE CARTA PARA LOS PADRES
	ANEXO 2: MODELO DE ENCUESTA
22	ANEXO 3: EJEMPLOS DE EXPERIENCIAS EN NUESTRO PAIS
	Instituto Carlos Pellegrini, Tucumán
	Escuela Anexa, La Plata
	Escuela de educación media numero 7, Berazategui, Pcia. de Buenos Aires

INTRODUCCIÓN

Este manual fue realizado bajo la coordinación del Lic. Mario Virgolini y la Dra. Paola Morello en el marco del Programa Nacional de Control del Tabaco.

Ante la abrumadora evidencia del daño individual y social que provoca el consumo de tabaco, los argentinos tenemos la oportunidad y la responsabilidad histórica de luchar contra esta creciente epidemia y promover una mejor salud para todos.

Desde el Ministerio de Salud de la Nación hemos impulsado diversas iniciativas para el control del tabaco a través de un tratamiento integral de esta problemática. Estas incluyen: campañas de comunicación social para sensibilizar a la población, impulso a proyectos legislativos tendientes a aumento de precios e impuestos al tabaco y la máxima restricción posible de la publicidad del tabaco, promoción de ambientes cerrados 100% libres de humo de tabaco y promoción de servicios de cesación. En Argentina respiran humo de tabaco mucho más que los 7,5 millones de adultos y adolescentes que se declaran fumadores: una gran parte de nuestra población fuma pasivamente tanto en el trabajo como en el hogar. Estos no fumadores expuestos al humo de tabaco pueden sufrir consecuencias tan graves como las que afectan a los fumadores, pues el humo de tabaco enferma y mata tanto a fumadores como a no fumadores expuestos. La escuela es clave en su rol modélico y desde todo punto de vista debe ser un espacio libre de humo de tabaco, no solo para proteger la salud de los alumnos y de todo el personal que trabaja en la misma sino también para contribuir a hacer que el consumo de tabaco sea menos aceptable y para construir un espacio donde pueda enseñarse la promoción y protección de la salud. Esto no implica de ninguna manera que los maestros, directores, personal administrativo y personal de limpieza tengan que dejar de fumar. Esta iniciativa de "escuelas libres de humo de tabaco" solo plantea la prohibición del consumo en el perímetro de la escuela. Es probable que, ante esta iniciativa algunos fumadores decidan dejar de fumar pero no es este el objetivo principal.

En síntesis, son muchas y significativas las buenas razones para implementar esta estrategia. Conscientes de ello, presentamos este manual para adoptar una política de escuelas libres de humo, con la certeza de que es un paso importante para mejorar la salud de todos.

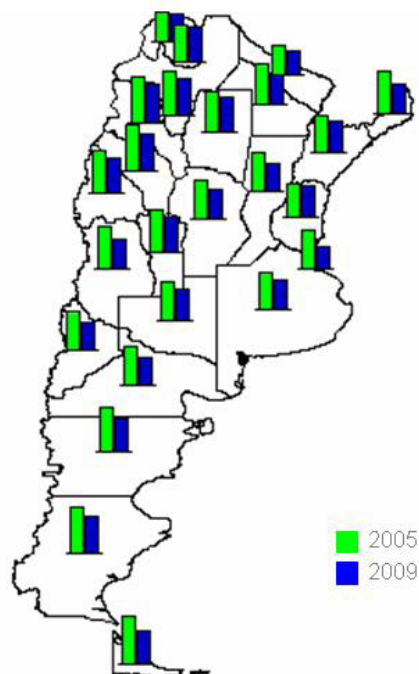
El consumo de tabaco es la principal causa de enfermedad y mortalidad evitable en el mundo. Es actualmente responsable de 5,4 millones de defunciones anuales (alrededor de 8 muertes por segundo) y, de no implementarse acciones enérgicas que contrarresten esta tendencia, se espera que esta cifra aumente a 8 millones en el año 2020. El 80% de esas muertes se van a producir en países en desarrollo.¹

La prevalencia de consumo de tabaco en Argentina, si bien en descenso con respecto a años anteriores, es una de las más elevadas de América Latina. En el año 2005 el consumo de tabaco en adultos de 18 a 64 años era de 33,4% y disminuyó a 30,1% en el 2009. En los adolescentes la situación es preocupante. Datos de la Encuesta Mundial de Tabaquismo en Jóvenes llevada a cabo en el 2007 a nivel nacional muestran que el 52% de los jóvenes de 13-15 ha probado un cigarrillo, que el 36% de estos jóvenes comenzó a fumar entre los 12 y 13 años y que el 29,3% de los varones y el 32,2% de las mujeres de 15 años son fumadores.³

Exposición al Humo de tabaco ajeno. ENFR 2005-2009.

1

EXPOSICIÓN AL HTA POR PROVINCIA



¹WHO report on the Global Tobacco Epidemic, 2008: The MPOWER package. Geneva, World Health Organization, 2008

²Ministerio de Salud. Primera Encuesta Nacional de Factores de Riesgo 2005 y Segunda Encuesta Nacional de Factores de Riesgo 2009.


³Ministerio de Salud, OPS y CDC: Encuesta Mundial de Tabaquismo en Adolescentes (GYTS) en Argentina 2007.



Por otra parte, la exposición al humo en el ambiente es muy alta. La Encuesta Nacional de Factores de Riesgo del 2009 muestra que, a nivel nacional, aproximadamente el **50% de la población** está expuesta al humo de tabaco con algunas diferencias entre provincias.

Se estima que en nuestro país, el tabaco es responsable de más de 40.000 muertes cada año, y se gastan unos **20 millones de pesos por día** para atender enfermedades relacionadas con el consumo de cigarrillos.

Hasta hace pocos años, las políticas de control del tabaquismo en nuestro país habían sido precarias y la industria tabacalera tenía un mercado sin restricciones para la comercialización y publicidad. Sin embargo, desde el 2003, el Ministerio de Salud viene implementando el **Programa Nacional de Control del Tabaco (PNCT)**, que se basa en el desarrollo de políticas públicas acordes a la realidad del país y tendientes a disminuir todos los aspectos nocivos relacionados con el consumo de tabaco. Una de las líneas de acción más importantes está relacionada con la promoción de ambientes cerrados 100% libres de humo que protejan la salud de todos, fumadores y no fumadores. La Ley Nacional de control del tabaco promulgada en junio de 2011 incluye en el art. 24 la implementación de establecimientos educativos 100% libres de humo, incluyendo los patios.

El 21 de mayo de 2003, los 192 Estados Miembros de la Organización Mundial de la Salud adoptaron por unanimidad el **primer tratado mundial de salud pública**, el Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco (CMCT), un instrumento jurídico diseñado para reducir las defunciones y enfermedades relacionadas con el tabaco en todo el mundo que entró en vigor en febrero de 2005. Hasta Mayo 2011, había sido ratificado por 172 países. Argentina  uno de los pocos países del mundo que aún no lo ha ratificado.

Este convenio pone gran énfasis en la reglamentación de los **espacios cerrados 100% libres de humo de tabaco**. El Artículo 8, que a ello se refiere, detalla lo siguiente:

“1. Las partes reconocen que la ciencia ha demostrado de manera inequívoca que la exposición al humo de tabaco es causa de mortalidad, morbilidad y discapacidad.

2. Cada parte adoptará y aplicará en áreas de la jurisdicción nacional existente y conforme

determine la legislación nacional, medidas legislativas, ejecutivas, administrativas y /u otras medidas eficaces de protección contra la exposición al humo de tabaco en lugares de trabajo en interiores, medios de transporte público, lugares públicos cerrados y, según proceda otros lugares públicos y proveerá activamente la adopción y aplicación de esas medidas en otros países jurisdiccionales.”

En julio del 2007 se llevó a cabo en Bangkok, la Segunda Conferencia de las Partes (COP 2) del CMCT. La COP 2 adoptó las directrices sobre ambientes libres de humo, las cuales detallan los alcances y orientan la aplicación del artículo 8 del CMCT. Dichas directrices establecen que “el deber de proteger contra la exposición al humo de tabaco está basado en las libertades y derechos humanos fundamentales”. Señala la “obligación de proporcionar protección universal, asegurando que todos los lugares públicos cerrados, todos los lugares de trabajo interiores y todos los medios de transporte público, estén libres de la exposición al humo de tabaco ajeno.

No hay exención alguna que se justifique sobre la base de argumentos sanitarios ni jurídicos.” Además agrega que “los métodos basados en soluciones técnicas tales como la ventilación, la renovación del aire y el uso de zonas destinadas a los fumadores no protegen contra la exposición al humo de tabaco.”

Ello se corresponde con las “Recomendaciones Normativas sobre la Protección contra la exposición al humo de tabaco ajeno” publicadas en el año 2007 por la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Las mismas establecen que es necesario:

- Eliminar el humo de tabaco mediante el establecimiento de ambientes cerrados 100% libres de humo de tabaco, no se recomiendan los lugares que usan ventilación ni zonas designadas para fumadores
- Promulgar legislación que exija que todos los lugares de trabajo y espacios públicos cerrados sean absolutamente libres de humo de tabaco. Las políticas voluntarias no son aceptables
- Ejecutar y hacer cumplir la ley
- Poner en práctica estrategias educativas destinadas a reducir la exposición al humo ajeno de tabaco en el hogar

⁴Pitarque R, Perel P, Sánchez G “Mortalidad anual atribuible al tabaco en Argentina, año 2000” Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación. Disponible en: http://www.msal.gov.ar/htm/site_tabaco/pdf/mortalidad_atribuible_al_tabaco.pdf

⁵Bruni JM. Costos directos de la atención médica de las enfermedades atribuibles al consumo de tabaco en Argentina. Ministerio de Salud y Ambiente de la Nación. 2006

OBJETIVOS DE LA POLÍTICA DEL MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN RESPECTO A LOS AMBIENTES LIBRES DE HUMO DE TABACO

Objetivo general

Desarrollar una estrategia para promover los ambientes 100% libres de humo de tabaco.

Objetivos específicos

1. Instalar en la agenda pública la gravedad de la epidemia de tabaquismo en la Argentina
2. Generar conciencia acerca del riesgo que ocasiona para fumadores y no fumadores el humo de tabaco en el ambiente y de la necesidad de que los ambientes cerrados sean 100% libres de humo de tabaco.
3. Implementar una metodología de trabajo basada en la evidencia para lograr espacios 100% Libres de Humo de tabaco.
4. Favorecer la implementación de dicha estrategia.

Asimismo, cabe mencionar que esta iniciativa está acorde a la Constitución Nacional Argentina que en su art. 41 establece el "derecho a un ambiente sano" y en el art. 42 "a la protección de su salud"; a la Convención Interamericana de Derechos Humanos, que señala que "toda persona tiene derecho a que se respete su vida... su integridad física, psíquica y moral" (art. 4 y 5), a la Convención sobre los Derechos del Niño, que proclama "asegurar al niño la protección y el cuidado que sean necesarios para su bienestar" (art.3) "...el derecho intrínseco a la vida" y que se debe garantizar "la supervivencia y el desarrollo del niño" (art.6); a las recomendaciones del Instituto Nacional contra la Discriminación, la Xenofobia y el Racismo (INADI) que, en su Recomendación General N°5/2008 CONTRA LA DISCRIMINACIÓN EN EL ÁMBITO DE LA SALUD, señala que "...la falta de medidas adecuadas para controlar la utilización del tabaco constituyen una discriminación no sólo a quienes se ven obligados a sufrir como fumadores pasivos (especialmente los/as niños/as, así como los/as trabajadores/as, cuyas posibilidades para reclamar que no se fume en el ámbito laboral se ven restringidas) sino también para los/as fumadores/as, por el daño que causa a su salud la ausencia de adecuadas políticas estatales de prevención".

QUÉ PASOS SE HAN IDO TOMANDO

Creación del RELH

En el año 2004, el Ministerio de Salud de la Nación puso en marcha el Registro Nacional de Empresas e Instituciones Libres de Humo de Tabaco. A través del mismo, se identifican y publican en la web y por diversos medios,

aquellas empresas e instituciones que están realizando políticas activas en materia de control del tabaco, con una posterior certificación otorgada por el Ministerio de Salud de la Nación a aquellas que cumplan con los requisitos. El registro se encuentra disponible en la página web del Ministerio: www.msal.gov.ar/tabaco
El registro abarca una gran diversidad de empresas y de instituciones, entre las cuales hay algunas educativas: escuelas, colegios y universidades de varias provincias argentinas.

Hasta la fecha hay inscriptas más de 200 instituciones de las cuales menos del 10% son instituciones educativas. El sector educación es prioritario en la implementación de estas medidas y el objetivo de este registro es incluir el mayor número de instituciones educativas posibles.

Página web para inscribir una institución en el Registro Nacional de Instituciones Libres de Humo de Tabaco.

2

WEB DEL REGISTRO

PROGRAMA NACIONAL DE CONTROL DEL TABACO

Ministerio de Salud
Presidencia de la Nación

1 de Febrero de 2011

ARGENTINA LIBRE DE TABACO

Registro Nacional de Instituciones y Empresas Libres de Humo de Tabaco

Inicio Registrarse Empresas e Instituciones Certificadas Documentos Contacto

¿Qué es el Registro Nacional de Instituciones y Empresas Libres de Humo?

Dentro del marco del Programa Nacional de Control de Tabaco, y cumpliendo con el objetivo de reducir la exposición al humo ambiental de tabaco en la población, el Ministerio de Salud de la Nación lanzó en septiembre del 2004 la iniciativa "Registro de Instituciones y Empresas libres de humo de tabaco".

El objetivo de esta propuesta es fomentar los ambientes de trabajo libres de tabaco ya que esta visto que los adultos pasan la mayor parte del día en el ambiente laboral.

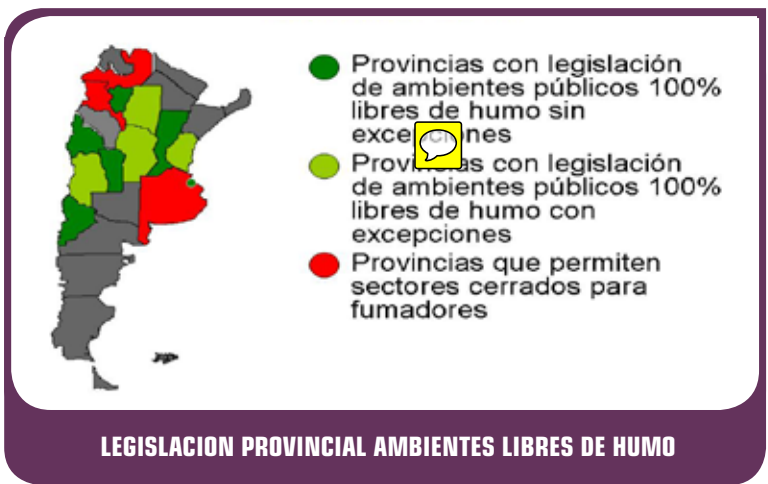
Capacitaciones

Se han realizado numerosas capacitaciones con representantes de todas las provincias a fin de promover espacios cerrados libres de humo de tabaco. Se han capacitado Ministerios de Salud, municipios, empresas privadas e universidades, pero falta aún alcanzar a los establecimientos de nivel inicial, básico y medio. Este manual tiene como objetivo avanzar en este sentido.

Apoyo a la sanción e implementación de leyes de ambientes libres de humo de tabaco

Desde el año 2004, el PNCT ha venido apoyando técnicamente a los distintos niveles de gobierno y, hoy en día, ha habido un gran avance en cuanto a la sanción de leyes de control de tabaco provinciales y municipales, particularmente leyes que determinan la implementación de ambientes cerrados 100% libres de humo. En junio de 2011 se promulgó la Ley n° 26.687 de control de tabaco de alcance nacional que establece que todos los espacios cerrados laborales y de uso público deben ser 100% libres de humo.

En el siguiente gráfico se muestra legislación provincial a enero de 2011. Las provincias se clasifican en 3 grupos:



- Las que son 100% libres de humo sin excepciones: Santa Fe, Tucumán, Neuquén, San Juan, San Luis y ahora la Ciudad de Buenos Aires
- Las que son 100% Libres de humo pero con excepciones: Córdoba, Entre Ríos, Mendoza, Santiago del Estero
- Las que permiten sectores cerrados para fumadores: Provincia de Buenos Aires, Catamarca y Salta

Desde el PNCT, teniendo en cuenta las recomendaciones de los organismos internacionales expertos en el tema, solo se recomienda la legislación 100% libre de humo, sin excepciones. La Ciudad de Buenos Aires, por ejemplo, que comenzó teniendo sectores para fumadores, debió ser modificada en 2010 para proteger adecuadamente la salud de la población.

De esta manera, aproximadamente el 80% de la población vive en provincias con legislación de ambientes 100% libres de humo.

Concursos

En el año 2008 se realizó el concurso de Escuelas libres de humo de tabaco. Participaron 40 escuelas de 17 provincias de las cuales sortearon 3 ganadoras entre aquellas que confirmaron ser 100% libres de humo de tabaco. Los años próximos se planea realizar nuevamente el concurso.

ESCUELAS GANADORAS DEL 1º CONCURSO NACIONAL DE ESCUELAS LIBRES DE HUMO.

ESCUELAS GANADORAS

José Hernández

Calle Pública S/N - Villa El Chacay, Corrientes

Escuela N° 21

Mercedes Alvarado s/n Luis A. Bougainville - Adolfo Van Praet, La Pampa

Instituto de Educación Católica

Avellaneda 26 - Chacabuco, Buenos Aires



Alumnos y profesores de escuela ganadora del primer concurso "Escuela libres de humo de tabaco".

CONSECUENCIAS

DEL HUMO DE TABACO PARA LA SALUD. El humo de tabaco está compuesto por dos corrientes de humo, la principal (exhalada en cada pitada por el fumador) y la lateral (la que se desprende del cigarrillo encendido). Debido a la temperatura de combustión, esta última contiene una mayor concentración de elementos tóxicos y cancerígenos.

En ambientes cerrados, la exposición al humo es constante y no se limita solamente al tiempo en que se tarda en fumar un cigarrillo, ya que los componentes tóxicos del humo permanecen en el ambiente durante mucho tiempo.

La evidencia científica demuestra que, para que un extractor de aire sea efectivo en eliminar estos tóxicos, necesitaría generar una corriente similar a la de un huracán. Por lo tanto, los extractores disponibles no son efectivos para eliminar las partículas tóxicas del humo de tabaco de los ambientes cerrados. Tampoco sirve abrir las ventanas, poner desodorante de ambientes o encender aparatos de aire acondicionado. Estas medidas eliminan el olor y el humo pero no los compuestos químicos, que son los que producen daño. Estos pueden permanecer hasta dos semanas, adheridos a los muebles, tapizados o cortinas y se liberan de manera periódica como gases. Este es el fundamento para una nueva terminología que habla del humo de "tercera mano" que es justamente el que permanece pegado en la ropa, cortinas, sillones, etc. y que afecta particularmente a los niños de padres fumadores que fuman en sus hogares cuando los niños no están, asumiendo que así evitan el daño.⁶

Los estudios realizados hasta la fecha indican que **cualquier nivel de exposición al humo de tabaco implica un riesgo para la salud**, ya que no existe una dosis umbral segura. Además, **hay una clara relación dosis-respuesta: a mayor exposición mayor daño.**

El humo de tabaco está compuesto por más de 7.000 compuestos químicos, entre los que se encuentran: monóxido de carbono, nicotina, cianuro, alquitranes, más de 60 sustancias que producen cáncer, arsénico, irritantes y tóxicos. Se lo considera un carcinógeno del GRUPO A; es decir, uno de los más peligrosos para la salud.

Todas las personas expuestas al humo, sean fumadoras o no, tienen un riesgo para su salud. En Argentina, se calcula que un 15% de las más de 40.000 muertes anuales por tabaco, corresponden a no fumadores expuestos al HAT. Es decir que **cada año mueren 6000 no fumadores** de enfermedades causadas por la exposición al humo.

Los **adultos** no fumadores expuestos al humo de tabaco tienen un riesgo de cáncer de pulmón e infarto agudo de miocardio entre un 30 y un 40% mayor que los no expuestos. El cáncer de mama en mujeres no fumadoras expuestas al HAT es también una causa importante de muerte. Otras patologías, particularmente cáncer de otros órganos y enfermedades respiratorias están siendo estudiadas. En los **niños**, la exposición al humo aumenta considerablemente el riesgo de asma, otitis a repetición y bronquitis. Una consecuencia de esto es un mayor número de consultas a los centros de salud, mayor número de internaciones y mayor ausentismo escolar. También se duplica el riesgo de muerte súbita del lactante y la aparición de cáncer en edad adulta. Los niños expuestos al humo de tabaco presentan con frecuencia trastornos del comportamiento y problemas de aprendizaje.⁷

IMPORTANCIA

Y BENEFICIOS DE LOS AMBIENTES DE TRABAJO Y ESTUDIO LIBRES DE HUMO DE TABACO. En función de lo expuesto anteriormente, queda claro que la exposición al humo de tabaco es sumamente dañina para la salud y que la **única manera de realmente proteger la salud** es evitar la exposición a través de la implementación de **ambientes cerrados 100% libres de humo de tabaco.**

Es por esto que el objetivo de la restricción de fumar en espacios cerrados es proteger al no fumador.

Es frecuente que, al implementar ambientes cerrados 100% libres de tabaco, los fumadores acostumbrados a fumar en todos lados se sientan discriminados. Se genera así la típica respuesta de "nosotros tenemos derecho de fumar" o "están en contra de los fumadores". Por esto es importante educar y explicar las consecuencias de la exposición al humo en la salud para ir generando conciencia social y evitar la clásica antinomia fumador- no fumador. El mensaje debe ser "no debes fumar en los lugares cerrados" pero sí podés hacerlo al aire libre donde no afectás a otras personas.

⁶Winickoff, J et al. Beliefs About the Health Effects of "Thirdhand" Smoke and Home Smoking Bans PEDIATRICS Vol. 123 No. 1 January 2009, pp. e74-e79

(doi:10.1542/peds.2008-2184)

⁷2006 SGR - Las consecuencias a la salud debido a la exposición involuntaria al humo del tabaco: Lo que Significa para Usted. Disponible en: http://www.surgeongeneral.gov/library/secondhandsmoke/secondhandsmoke_sp.pdf

¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LAS ESCUELAS LIBRES DE TABACO?

La implementación individual y aislada de ambientes libres de humo de tabaco es muy importante pero insuficiente para generar el impacto social necesario. Las campañas para evitar la exposición al humo ambiental de tabaco son, intrínsecamente, campañas de salud pública que deben ser extensivas a múltiples ámbitos y regiones y que requieren el apoyo de la comunidad. Las escuelas están a la cabeza en la escala de prioridades de la generación de ambientes libres de humo ya que, por un lado los niños pasan muchas horas en la misma y por otro, son un espacio clave como modelo de aprendizaje social.

¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE GENERAR ESCUELAS LIBRES DE HUMO DE TABACO?

Los beneficios son múltiples y se basan principalmente en proteger la salud de los alumnos, docentes, personal no docente y de todas las personas presentes o visitantes a la escuela evitando la inhalación del humo y sus consecuencias para la salud. Otros beneficios incluyen:

- Adecuarse a las políticas nacionales e internacionales que promueven los ambientes libres de humo de tabaco.
- Ofrecer una imagen coherente de establecimiento educativo saludable y promotor de la salud de sus alumnos y personal.
- Brindar el ambiente propicio para promover estrategias de prevención de consumo de tabaco en los niños (es contradictorio promover la prevención del tabaquismo en un ambiente donde el tabaquismo es practicado o aceptado)
- Generar mensajes educativos a las familias de los alumnos y de toda la comunidad educativa y promover los hogares libres de humo de tabaco.
- Aumentar la satisfacción de todos los que trabajan y estudian en la escuela por sentirse cuidados por la institución.
- Reducir la cantidad de tabaco consumida por los docentes, no docentes y aún los propios alumnos fumadores y alentarlos y ayudarlos a que dejen de fumar.
- Reducir las enfermedades, los gastos médicos y el ausentismo laboral.
- Disminuir el riesgo de incendios.
- Disminuir los costos de mantenimiento de materiales, pintura, muebles, alfombras, computadoras (entre otros insumos) y limpieza que llevan aparejados el acto de fumar dentro de un edificio.
- Proteger a la escuela contra demandas debidas a enfermedades o muertes ocasionadas por la exposición al humo de tabaco.

Justamente al ser una actividad propuesta para ser implementada en todos los ámbitos, ejerce un gran impacto sobre la sociedad en su conjunto y se constituye en modelo para la implementación de proyectos similares en otros ámbitos incluyendo el hogar, el trabajo, el automóvil, etc.

FUNDAMENTOS

PARA IMPLEMENTAR ESCUELAS LIBRES DE HUMO DE TABACO.

La tendencia mundial a prevenir el tabaquismo en el ámbito escolar, se basa sobre todo en los siguientes motivos:

- El creciente conocimiento sobre los efectos en la salud de la exposición al humo de tabaco en fumadores y no fumadores.
- El aumento del conocimiento sobre el impacto económico y social del tabaquismo
- El aumento a nivel mundial de leyes que imponen restricciones del consumo en los lugares de uso público, de estudio y de trabajo.
- La imposibilidad de educar para la prevención del consumo en un espacio donde los propios maestros fuman y donde el tabaquismo es visto como algo normal
- La legislación laboral que atañe a los maestros y personal no docente de la escuela

La legislación sobre salud y seguridad laboral exige que el personal esté protegido contra las sustancias nocivas en el ámbito laboral y que se tomen medidas apropiadas para promover la salud y garantizar la seguridad y el bienestar de sus empleados. Dentro de la promoción de la salud en el ambiente laboral, el tabaquismo ocupa un espacio central, dado que no se conoce otra causa más perjudicial para la salud de los empleados que la exposición al humo de tabaco.

METODOLOGÍA

PARA LA CREACIÓN DE ESCUELAS LIBRES DE TABACO.

Un análisis de 22 estudios que evaluaron la efectividad de distintas intervenciones para reducir el tabaquismo, como restricciones y prohibiciones de fumar, elaboración y distribución de materiales educativos, realización de capacitaciones, avisos y estrategias combinadas (en hospitales, lugares de trabajo, tiendas y peluquerías, supermercados, ascensores y cafeterías), concluyó que:

- Son más efectivas las intervenciones en las que las autoridades institucionales desarrollan y apoyan programas integrales.

- Las intervenciones integrales o múltiples (multi-componente) son más efectivas que las intervenciones específicas aisladas. Así, la colocación de carteles bien visibles, difusión de la información, acciones de educación, ofrecimiento de apoyo para cesación al personal, advertencias e información individual a los fumadores, son más efectivas en conjunto que cuando se aplican de manera individual.
- La simple promulgación de normas carece de efectividad, si no se acompaña con una estrategia de implementación.

Todo esto permite concluir que las intervenciones institucionales y organizacionales son muy útiles para reducir el consumo en el ámbito laboral y la exposición al HAT. Es por ello que proponemos, de acuerdo a la evidencia científica disponible y a diversas recomendaciones internacionales, la implementación de estrategias simultáneas que incluyan también un programa de cesación para impactar sobre la prevalencia de fumadores.⁸

Existen diversas teorías del cambio organizacional. La Teoría del Desarrollo Organizacional reconoce que las estructuras y los procesos organizativos influyen en el comportamiento y la motivación del trabajador. Busca identificar los problemas de funcionamiento de la organización. La Teoría de las Etapas se basa en la idea de que las organizaciones pasan por una serie de etapas a medida que cambian. Al reconocerlas, las estrategias para promover el cambio pueden ajustarse a los diversos puntos del proceso. El cuadro adyacente muestra la evolución de las etapas

Los siguientes enunciados constituyen el marco ideológico y práctico de una intervención efectiva para implementar Escuelas Libres de Humo de tabaco.

- El compromiso y convicción del nivel jerárquico es un elemento clave para la implementación y el éxito del programa.
- Todos los sectores: directivos, administrativos, personal docente, personal de limpieza, alumnos y padres deben estar involucrados en la decisión de declarar la Escuela Libre de Humo de tabaco. Esto facilita el consenso y democratiza la intervención, aumentando el sentido de pertenencia en el proceso de cambio.
- Debe señalizarse adecuadamente la reglamentación.
- Se respeta la libre decisión de las personas acerca de dejar de fumar o no.
- La declaración de una escuela Libre de Humo de tabaco debe acompañarse de una estrategia de ayuda para dejar de fumar a los empleados que lo requieran.
- La intervención debe acompañarse de una estrategia comunicacional que acompañe todas las etapas de la intervención, con información a todos los interesados en forma sistematizada y permanente, y que atienda a las demandas y sugerencias de todos los sectores de la Institución. En algunos casos se puede proponer la implementación de sanciones para aquellos que no cumplan con la norma.

Concepto	Definición	Aplicación
Definición del problema (etapa de toma de conciencia).	Los problemas se reconocen y se analizan; se buscan y se evalúan las soluciones.	Hacer participar a la administración y demás personal en actividades destinadas a despertar la conciencia.
Inicio de la aplicación (etapa de adopción).	Se formulan políticas o normas y se asignan recursos para iniciar el cambio.	Proporcionar consulta del proceso para informar a los encargados de tomar decisiones y a los ejecutores sobre qué conlleva la adopción.
Implantación del cambio.	Se implanta la innovación, ocurren reacciones y cambios de funciones.	Proporcionar capacitación, asistencia técnica y ayudar a resolver problemas.
Institucionalización del cambio.	Las políticas o programas se arraigan en la organización y se internalizan nuevas metas y valores.	Identificar a un líder de alto nivel, trabajar para superar obstáculos a la institucionalización y crear estructuras para la integración.

⁸Making Your Workplace smokefree. A decision Maker Guide. U S Departmente of Health and Human Services of Center and Deseases Control and Prevencion. Office on Smoking and Health. Capítulos 1 a 5.

LOS REQUISITOS PARA QUE UNA ESCUELA SEA LIBRE DE HUMO INCLUYEN:

- Que todas las instalaciones de la escuela incluyendo los patios internos sean 100% libres de humo de tabaco
- Que todos los eventos realizados en la escuela sean 100% libres de tabaco (que no fumen ni profesores, ni alumnos, ni padres ni visitas)
- Que el transporte escolar de la escuela sea 100% libre de humo de tabaco
- Que no haya ceniceros en ningún lugar de la institución
- Que haya señales adecuadas a la entrada del establecimiento y en otros lugares como pasillos, aulas y baños mostrando que no se permite fumar
- Que la escuela celebre al menos una de las fechas del año relacionadas con el control del tabaquismo: 31 de mayo, Día Mundial sin Tabaco y tercer jueves de noviembre, Día Internacional del Aire Puro.
- Que la escuela no acepte recibir, bajo ningún concepto, ayuda ni material “educativo” proveniente de las tabacaleras o de asociaciones o instituciones vinculadas a las mismas



CERTIFICADO DE INSTITUCIÓN EDUCATIVA LIBRE DE HUMO DE TABACO

Por cuanto la **Fundación Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales** en todas sus sedes, cumple con los requisitos para acreditar como institución 100% Libre de Humo de Tabaco, se extiende la presente constancia que así lo certifica.

Ciudad de Buenos Aires, 30 de mayo de 2008

Certificado de Institución Educativa Libre de Humo de Tabaco

¿Cuáles son los pasos claves de la Estrategia “Escuelas Libres de Humo de Tabaco”?

1. Conformación de un grupo de trabajo compuesto por miembros de la Institución.
2. Elaboración de un diagnóstico y proyecto de escuela libre de humo
3. Presentación del proyecto a todo el personal, alumnos y padres
4. Diseño e implementación de la campaña comunicacional
5. Talleres de motivación e información para la comunidad escolar
6. Diseño e implementación de una estrategia de señalización
7. Apoyo para dejar de fumar (cesación) para los empleados fumadores
8. Aprovechamiento de Jornadas Especiales: Día Mundial sin Tabaco, Día Mundial del Corazón, Día Internacional del Aire Puro.
9. Evaluación de la intervención implementada.

1 CONFORMACIÓN DE UN GRUPO DE TRABAJO COMPUESTO POR MIEMBROS DE LA INSTITUCIÓN

La creación de un Comité o grupo de trabajo representativo de todos los sectores de la institución (directivos, empleados administrativos y de maestranza, docentes, alumnos, padres, etc) es clave para la implementación de una escuela libre de humo de tabaco.⁹ Es importante que el mismo esté compuesto de personas motivadas por la causa y que incluya al menos un fumador para tener en cuenta la perspectiva de este grupo en las decisiones.

Responsabilidades y funciones del comité:

- Elaborar un diagnóstico de la situación de la escuela con respecto al tabaquismo.
- Evaluar las políticas previas en cuanto al tabaco, su implementación, la recepción por parte del personal y el impacto que tuvieron.
- Investigar si existe normativa vigente dentro de la Institución acerca de la prohibición de fumar.
- Evaluar el cumplimiento de la normativa vigente.
- Fijar las metas y delinear una estrategia de acción.
- Diseñar la estrategia de trabajo y de comunicación tomando en cuenta la cultura Institucional para que las intervenciones sean exitosas.
- Supervisar y monitorear que se cumplan los objetivos fijados en el programa en tiempo y forma
- Diseñar y llevar a cabo la estrategia de comunicación y de información.

⁹Evaluación de las actividades de Lucha Contra el Tabaco. Experiencias y Principios Orientadores. Claire Cholat- Traquet. Organización Mundial de la Salud. Ginebra 1998.

LISTA DE COTEJO

	si	no
Existe una norma que prohíbe el consumo de tabaco en la escuela?		
La norma es conocida por todo el personal, alumnos, padres y visitantes?		
La norma la cumplen todos?		
Se cumple también en los espacios abiertos dentro del perímetro de la escuela?		
Hay carteles de prohibido fumar a la entrada y en diversos sectores de la escuela?		

2 DIAGNÓSTICO Y ELABORACIÓN DE UN PROYECTO DE ESCUELA LIBRE DE HUMO DE TABACO

El diagnóstico se puede completar con la aplicación de una encuesta dirigida a todos los miembros de la comunidad educativa. El propósito de la encuesta es establecer una línea de base para comunicar a la comunidad educativa y evaluar los cambios resultantes del proyecto. Al mismo tiempo, la encuesta permite dar a conocer que el tema de tabaquismo será abordado por el establecimiento educativo.

El proyecto debe contener al menos los siguientes componentes:

- Situación actual de la escuela
- Objetivos definidos para que la escuela sea libre de tabaco
- Destinatarios
- Cronograma de actividades
- Responsables de cada actividad
- Recursos humanos y económicos
- Propuesta de evaluación

3 PRESENTACIÓN DEL PROYECTO A TODA LA ESCUELA

Una vez que se ha diseñado el plan de acción, se necesita informar a todos los involucrados sobre los cambios a venir. Es clave reforzar el compromiso asumido por las autoridades, para ello se recomienda realizar una o más charlas motivacionales.

El plan de presentación del proyecto debe considerar:

- El momento en que debe ser anunciado. Se estima que debe ser lanzado unos 4 meses antes de la fecha de implementación definitiva de la prohibición de fumar. Esto es imprescindible para prepararse para el cambio.
- El listado de las actividades de apoyo que se realizarán con los fumadores que no deseen dejar de fumar y aquellos que deseen dejar de fumar y qué consideraciones se tendrán con los no fumadores.

Este punto aumenta la adhesión al cambio.

- El tiempo de acción calculado para la estrategia.
- Los mecanismos mediante los cuales se evaluará la respuesta a la estrategia de intervención (entrevistas, observaciones, encuestas, etc).

Se debe informar que todas las medidas se tomarán en función del previo consenso entre las autoridades, los empleados y sus organizaciones gremiales, anunciar el cronograma para las actividades de cesación y comunicar cual será la estrategia.

4 DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE UNA ESTRATEGIA COMUNICACIONAL

Es importante contar con una política de comunicación y mostrar que los responsables apoyan la medida y asumen un compromiso integral y explícito. Los destinatarios de los mensajes son el personal docente y no docente de la escuela, los alumnos, los padres y también los visitantes. Por esto, los mensajes deben ser claros para que todos comprendan las políticas de cambio y sus implicancias para la salud individual y grupal.

El objetivo de la estrategia de comunicación es lograr consenso, participación y compromiso con la creación de espacios libres de humo, más allá de las diferentes motivaciones y perfiles del personal. Por eso es importante que se informe claramente a todos, tanto fumadores como no fumadores, acerca de las diferentes acciones que se realicen y del resultado de las mismas. Recuerde que los mensajes más eficaces son aquellos que: son fáciles de entender, son convincentes, son memorables y concuerdan con las etapas de la campaña.

Dado que mucha gente no está correctamente informada, es importante brindar información científica acerca de los riesgos del humo de tabaco para la salud de fumadores y no fumadores así como del enorme riesgo que implica para el medio ambiente. Es fundamental explicar que los ventiladores y los aerosoles antitabaco NO sirven para

eliminar las sustancias tóxicas del humo. En la página web del PNCT (www.msal.gov.ar/tabaco) existe información actualizada sobre la temática que puede ayudar a preparar los materiales informativos. Por otra parte, es importante recalcar durante toda la campaña que los ambientes libres de humo están a favor de la salud de todos y no en contra de los fumadores. De ninguna manera debe plantearse como una persecución de los fumadores o una disputa entre fumadores y no fumadores. Carteles como los que se utilizaron en restaurantes de Uruguay que decían: "Los fumadores son bienvenidos, el humo no" son ilustrativos de este criterio.

Existen varias herramientas de comunicación que pueden utilizarse en las diversas instancias del proceso. En principio, para explicar el proyecto e invitar a todo el personal de la escuela a sumarse, se puede recurrir a cartas, e-mails, reuniones de grupos grandes o reducidos, folletos, afiches, etc. En el Anexo 1 encontrará un modelo de carta para informar a los padres de que la escuela será libre de humo de tabaco. Los mensajes de la campaña deben adecuarse también a las áreas definidas como problemáticas, estas son generalmente la sala de profesores para los docentes, el baño para los alumnos y los pasillos de entrada para los padres.

Finalmente, es importante señalar que la campaña de comunicación no culmina con la declaración de la escuela 100% libre de humo, sino que continúa, con mensajes y estrategias orientadas a mantener y reforzar el cumplimiento y la adhesión a la normativa. Por esto, el grupo de trabajo de escuela libre de humo debe organizar una estrategia comunicacional que acompañe todo el proceso.

Logo utilizado en la provincia de San Luis para identificar a los espacios libres de humo de tabaco.

3

AFICHE SAN LUIS

Espacio libre de humo de tabaco



5 TALLERES DE MOTIVACIÓN E INFORMACIÓN PARA LA COMUNIDAD ESCOLAR

Es necesario definir estrategias y acciones específicas para los no fumadores, para los fumadores que no quieren dejar el cigarrillo y para aquellos que sí estén dispuestos a dejar de fumar. Para esto, se recomienda organizar talleres, jornadas o eventos motivacionales y de información para toda la comunidad educativa.

Las capacitaciones deben estar a cargo de docentes con una formación propicia para asesorar sobre cesación tabáquica, impacto del tabaco en la salud, necesidad de implementar ambientes libres de humo, etc.

Los contenidos sugeridos para las actividades de motivación e información incluyen:

- Situación del tabaquismo en Argentina y diagnóstico de situación de la institución, según los resultados de la encuesta basal.
- Impacto para la salud de la exposición al humo de tabaco.
- Beneficios de generar escuelas Libres de Humo de tabaco incluyendo la necesidad de que la escuela sea 100% libre de humo para poder implementar de manera consistente acciones de prevención con los alumnos.
- Anuncio de entrega de materiales (carteles, folletos, etc.) y de realización de acciones educativas (exhibiciones, jornadas, talleres, etc.).
- Información sobre el daño del tabaco para los fumadores y beneficios de dejar de fumar.

6 DISEÑO E IMPLEMENTACIÓN DE UNA ESTRATEGIA DE SEÑALIZACIÓN

Es fundamental que todo el personal sepa claramente que NO se podrá fumar en el perímetro de la escuela. Esto puede lograrse a través de una adecuada señalización:

- Elegir los puntos donde se colocarán carteles, posters y/o telones que anuncien claramente la restricción al personal, alumnos y visitantes.
- Remover los elementos que incitan a fumar, como ceniceros.
- Colocar a la entrada del establecimiento carteles que indiquen que la Escuela es libre de humo y que, por favor, apaguen su cigarrillo antes de ingresar. Esta es una información clave para las personas que visitan el edificio o concurren transitoriamente.

7 APOYO PARA DEJAR DE FUMAR (CESACIÓN) PARA LOS FUMADORES

Cuando se decide implementar una política de institución libre de humo es fundamental brindar respuesta a los fumadores. El consumo de tabaco es una adicción, y por lo tanto dejar de fumar es muy difícil. Cuando las intervenciones para favorecer ambientes libres de humo se acompañan de actividades de cesación, los resultados son mucho mejores y el éxito del programa más notorio.

Por supuesto, es imprescindible respetar la decisión de cada persona acerca de participar o no de un programa de cesación. Es sabido que entre un 50 y 80% de los fumadores quiere dejar de fumar, por lo que un ofrecimiento como éste será bien recibido por buena parte del personal fumador, y eso será muy favorable para el proceso de cambio.

Los formatos de programas de cesación pueden ser muy variados, deben estar a cargo de profesionales entrenados y adaptarse a cada situación institucional en particular. Una opción accesible es el servicio telefónico para dejar de fumar del Ministerio de Salud de la Nación 0800 222 1002, que es gratuito desde cualquier lugar del país. Otra opción para la escuela es recurrir a servicios de salud donde haya profesionales entrenados en el tratamiento de la adicción al tabaco.

Por otra parte, sería deseable que los empleados gozaran de cobertura para dichos tratamientos como parte de la política del sector de favorecer un medio laboral libre de humo. Algunas obras sociales y empresas de medicina prepagas cubren esos tratamientos, así también algunos efectores de servicios públicos de salud brindan tratamientos gratuitos. Por esto, una de las funciones del Comité debería ser averiguar si la obra social a la que pertenecen los empleados brinda este tipo de tratamiento.

8 APROVECHAMIENTO DE JORNADAS ESPECIALES: DÍA MUNDIAL SIN TABACO, DÍA INTERNACIONAL DEL AIRE PURO.

Todos los años se celebran en todo el mundo distintas fechas relacionadas con la promoción de una vida sin tabaco: Día Mundial sin Tabaco (31 de Mayo), Día Mundial del Corazón (26 de setiembre) y Día Internacional del aire puro (tercer jueves de Noviembre). Estas se encuentran en el período de clases y pueden ser aprovechadas para discutir el tema en el aula, incorporándolas de esta manera al calendario escolar y motivando la participación de los alumnos en el proceso de implementar una escuela libre de humo.



4

• 31 de mayo: Día Mundial Sin tabaco

El 31 de mayo se celebra en todo el planeta el Día Mundial sin Tabaco con el objeto de mostrar la importancia de la lucha contra la epidemia del tabaquismo: la principal causa de muerte prevenible en todo el mundo. Cada año, desde 1987, se escoge un tema específico y se aprovecha para informar al público de los peligros del consumo de tabaco. En años anteriores los temas han sido: el tabaco es mortal en todas sus formas, profesionales de la salud y tabaco, cine y tabaco, deportes y tabaco, moda y tabaco, entre otros. Se trata de que los temas sean de actualidad. El mensaje del Día Mundial sin Tabaco del 2007 fue la importancia de promover ambientes 100% libres de humo de tabaco, en el 2008 se enfocó sobre la prevención del consumo en los jóvenes enfocándose en el concepto de que la publicidad, promoción y patrocinio del tabaco son claves para "engancharse" a los jóvenes con un producto que, usado como corresponde, mata a la MITAD de sus consumidores, en el 2009 en la importancia de que los paquetes de cigarrillos incluyan advertencias sanitarias con fotos y mensajes claros y en el 2010 se abordó la cuestión del género en el consumo de tabaco, particularmente el aumento de la publicidad dirigida específicamente a las mujeres.

• Tercer jueves de noviembre: Día Internacional del Aire Puro

El Día Internacional del Aire Puro fue instituido en 1977 por la Organización Mundial de la Salud y se celebra todos los años el tercer jueves de noviembre.

Escolares celebran en la vía pública el Día Mundial sin Tabaco.

Su origen se remonta a una gran movilización en pos del cuidado del medio ambiente que, cuatro años antes, había comenzado con reclamos motivados por una serie de notas de un periodista norteamericano. La importancia de este día es reconocida en todo el mundo.

El humo de tabaco es el principal contaminante de los ambientes cerrados. En el Día Internacional del Aire Puro, el Ministerio de Salud de la Nación insta a que los hogares, autos, ambientes públicos y lugares de trabajo sean libres de humo de tabaco. El 17 de noviembre, se celebra el Día Mundial del EPOC, que es una enfermedad respiratoria discapacitante causada en la mayoría de los casos por el consumo de tabaco.

En ambas fechas, el Ministerio de Salud de la Nación y los ministerios provinciales organizan eventos que pueden ser coordinados con las escuelas. Durante esos días, promotores en la calle intercambian un cigarrillo por una flor o realizan actividades similares. El objetivo es generar conciencia en la comunidad y animar a los fumadores a abstenerse de fumar por 24 horas.

Desde el Ministerio de Salud se han organizado concursos de afiches en escolares a fin de incorporar el tema del tabaquismo, sus efectos y las formas de control entre los docentes y alumnos con excelente repercusión. En este sitio encontrará más información y podrá ver los afiches ganadores de los concursos de años anteriores: http://www.msal.gov.ar/htm/site_tabaco/concursos.asp

9 EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN IMPLEMENTADA.

Es importante planificar desde el comienzo alguna estrategia para evaluar el proyecto, conocer el impacto de la intervención y corregir errores o mejorar la calidad de la misma. Establecer una cultura de medición de resultados es también una forma de asegurar la sustentabilidad de la medida.

Para realizar las mediciones, puede ser de gran utilidad realizar una encuesta basal a todo el personal interrogando sobre consumo de tabaco, exposición ambiental y voluntad de que la escuela sea o no libre de humo. Una encuesta similar se puede aplicar a los alumnos. Es muy importante utilizar instrumentos de medición validados que permitan comparaciones con otras instituciones; por ese motivo, se recomienda tomar encuestas que ya han sido diseñadas para tal fin. De lo contrario, si cada uno mide a su manera y con su propio instrumento, los resultados obtenidos carecen de poder de comparación y extrapolación.

Si se vuelve a aplicar la misma encuesta al final de la intervención, se podrá conocer el nivel de satisfacción del personal, los resultados y el grado de cumplimiento de la intervención, la cantidad de gente que dejó de fumar, el cambio de pensamiento, etc.

Otra manera objetiva de evaluar si la medida está funcionando es observar el número de colillas de cigarrillos en el piso, o en los baños y la presencia de olor a cigarrillos.

En el anexo 2 se adjunta un modelo de encuesta que puede servir para la evaluación. La misma puede ser utilizada para hacer el diagnóstico basal y luego puede volver a hacerse al año de implementarse el proyecto para evaluar su funcionamiento.

CONCLUSIONES

Este manual constituye una primera aproximación a las estrategias internacionalmente avaladas para desarrollar ambientes laborales libres de humo.

Es imprescindible que cada escuela adapte estas recomendaciones a su situación específica y profundice el conocimiento sobre estos programas para llevar a cabo intervenciones exitosas.

Creemos que generar ambientes libres de humo en todas las instituciones educativas de nuestro país es una estrategia de gran impacto para la salud pública de la Argentina.

Trabajar en red permitirá mancomunar esfuerzos, comparar resultados obtenidos y favorecer al cambio cultural que necesitamos para tener comunidades más sanas.

Dónde obtener más información:
www.msal.gov.ar/tabaco

ANEXOS



ANEXO 1

EJEMPLO DE CARTA A LOS PADRES.

Estimados Padres:

El consumo de tabaco es la principal causa de mortalidad prematura en el mundo y en nuestro país donde se cobra la vida de 40.000 personas cada año, entre ellas 6000 que nunca fumaron. Esto es así porque en Argentina respiran humo de tabaco mucho más que los 8 millones de adultos que se declaran fumadores: la gran mayoría de la población fuma pasivamente tanto en el trabajo como en el hogar. Estos fumadores pasivos pueden sufrir consecuencias tan graves como las que afectan a los fumadores, pues el humo de tabaco enferma y mata tanto a fumadores como a los no fumadores expuestos.

Teniendo en cuenta esta realidad y considerando que la escuela es clave en su rol modélico, pensamos que, desde todo punto de vista, esta debe ser un espacio libre de humo de tabaco. Esta iniciativa no solo busca proteger la salud de los alumnos y de todo el personal que trabaja en la escuela sino también contribuir a hacer que el consumo de tabaco sea menos aceptable y brindar un espacio saludable donde puede enseñarse la promoción y protección de la salud.

Esta decisión de implementar una "escuela 100% libre de humo de tabaco" implica la prohibición del consumo en todo el perímetro de la escuela para TODOS (docentes, no docentes, alumnos, padres y visitas). Esto no implica que los fumadores deban dejar de fumar, pues pueden seguir haciéndolo en otros espacios. Pero es probable que muchos decidan no iniciar y otros decidan dejar de fumar como resultado de esta intervención cuyo objetivo central es proteger la salud de todos (fumadores y no fumadores).

En síntesis, son muchas y significativas las buenas razones para implementar esta iniciativa. Esperamos contar con su colaboración.

Saludos cordiales

Director.

ANEXO 2

MODELO DE ENCUESTA.

Encuesta confidencial y anónima

INSTITUCIÓN: _____

LOCALIDAD: _____

PROVINCIA: _____

1. *Edad: años*
2. *Sexo:*
 1. *Mujer*
 2. *Varón*
3. *¿Cuál es el máximo nivel educativo que alcanzó?*
 1. *Primaria incompleta*
 2. *Primaria completa*
 3. *Secundaria incompleta*
 4. *Secundaria completa*
 5. *Terciaria Incompleta*
 6. *Terciaria completa*
 7. *Universitaria incompleta*
 8. *Universitaria completa*
 9. *Postgrado Universitario*
4. *¿Cuál es su función dentro de la institución?*
 1. *Docente*
 2. *Personal de servicios (limpieza, cocina, maestranza)*
 3. *Personal administrativo*
 6. *Directivo de la institución*
5. *¿Usted cree que el humo de cigarrillo en el ambiente es perjudicial para las personas que no fuman?*
 1. *Si*
 2. *No*
 3. *No sé, no estoy seguro*
6. *Si usted es fumador, ¿fuma en la escuela?*
 1. *Si Número de cigarrillos por día*
 2. *No*
7. *Durante los últimos siete días, ¿en cuántas ocasiones hubo gente que fumó delante suyo, en la escuela?*
 1. *Nunca*
 2. *Uno o dos días.*
 3. *Tres o cuatro días*
 4. *Cinco o seis días*
 5. *Siete días*
8. *¿Cuál de las oraciones siguientes describe mejor la política oficial sobre fumar en la escuela?*
 1. *No se permite fumar en ningún área*
 2. *Se permite fumar en algunas áreas*
 3. *Se permite fumar en todas las áreas*
 4. *No hay una política oficial*
 5. *No sé / No estoy seguro*
9. *¿Está de acuerdo con que se prohíba fumar en su lugar de trabajo?*

1. Si
2. No

10. *¿Cuál cree Ud. que debe ser la política con respecto al cigarrillo en la escuela?*

1. Se debe prohibir fumar en todos lados
2. Se debe permitir fumar sólo en áreas habilitadas
3. Se debe permitir fumar en todos lados
4. No sé / No estoy seguro.

11. *Si usted se encuentra en un lugar donde está prohibido fumar y ve a alguien fumando, ¿que haría?*

1. No haría nada
2. Plantearía una queja a alguna autoridad del lugar
3. Me retiraría del lugar
4. Me acercaría a la persona y le pediría que apague el cigarrillo.
5. Otro

12. *¿Cómo cree usted, que el humo de tabaco ajeno afecta a los no fumadores? (puede marcar más de una opción)*

1. Le irrita los ojos y la nariz
2. Le aumenta el riesgo de cáncer de pulmón
3. Le aumenta el riesgo de un infarto de corazón
4. Le aumenta el riesgo de accidente cerebrovascular
5. Le aumenta el riesgo de asma
6. Le aumenta el riesgo de bronquitis crónica
7. Le aumenta el riesgo de muerte súbita a los bebés expuestos
8. Le aumenta el riesgo de otitis y bronquitis a los niños
9. El humo ajeno solo molesta pero no enferma.

13. *Por favor, exprese su opinión sobre las siguientes afirmaciones:*

Si (1) No (2) No Sé (3)

- 13.1 Debería estar prohibido fumar en lugares públicos cerrados
- 13.2 Debería estar prohibido fumar en los lugares de trabajo
- 13.3 Debería estar prohibido fumar en restaurantes y confiterías
- 13.4 Debería estar prohibido fumar en discotecas

14. *¿Alguna vez fumó cigarrillos?*

1. Si
2. No (Finaliza el cuestionario)

15. *¿En toda su vida ha fumado por lo menos 100 cigarrillos?*

1. Si
2. No
3. No sé, no me acuerdo

16. *¿Actualmente usted, fuma cigarrillos?*

1. Si
2. No

17. *¿Cuándo fue la última vez que fumó?*

1. Hace 1 día o menos
2. Hace más de 1 día y menos de 6 meses.
3. Hace más de 6 meses y menos de un año
4. Más de un año (Finaliza el cuestionario)

18. *Durante los últimos 30 días, en promedio ¿cuántos cigarrillos fumó por día?*

1. No sé
2. Ya dejé de fumar

19. *¿Cuántos minutos después de despertar usted fuma el primer cigarrillo?*

1. En los primeros 5 minutos
2. De 6 a 30 minutos.
3. De 31 a 60 minutos
4. Más de 60 minutos
5. Ya dejé de fumar

20. *¿En los últimos 12 meses, cuántas veces dejó de fumar por lo menos 24 horas?*

Número de veces

21. *¿En los últimos 12 meses, recibió ayuda profesional para dejar de fumar?*

1. Si
2. No

22. *¿Está usted pensando seriamente en dejar de fumar?*

1. Si
2. No
3. Ya dejé de fumar

23. *¿Cuándo tiene pensado dejar de fumar?*

1. En el próximo mes o antes
2. Dentro de 1-6 meses.
3. Dentro de más de 6 meses
4. Ya dejé de fumar

24. *Si Ud. quisiera dejar de fumar, ¿pediría ayuda profesional?*

1. Si
2. No
3. No Sé
4. Ya dejé de fumar

ANEXO 3

EJEMPLOS DE EXPERIENCIAS EN NUESTRO PAÍS.

TUCUMAN

Instituto Dr. Carlos Pellegrini:

El Instituto Carlos Pellegrini es una de las primeras instituciones educativas que solicitó la certificación de ALH en la ciudad de Tucumán y es un modelo claro de intervención en instituciones educativas.

A partir de la inscripción en la página Web del Ministerio Salud de la nación el día 25/6/07, se determinó el día D y se comenzó con una fuerte campaña de comunicación escolar que constó de:

- Fortalecimiento y difusión de la normativa escolar que prohíbe fumar en la institución a través de la notificación a todo el personal docente y no docente.
- Anuncios a padres y alumnos a través de notificaciones y reuniones de padres.
- Anuncios por altavoz al inicio y al fin de la jornada (tipo cuenta regresiva).
- Distribución de cartelera en aulas, pasillos, oficinas, patios, salones y baños de la escuela.
- Creación de un cenicero gigante en la entrada de la escuela invitando a apagar el cigarrillo antes de entrar.

Capacitación a miembros del Inst. Pellegrini en Tucumán previa certificación del mismo como 100% libre de humo.

5

INSTITUTO PELLEGRINI, TUCUMAN



Luego se desarrollaron talleres de motivación destinados a docentes y padres enfocados en los siguientes temas.

- Realidad del tabaquismo en nuestro medio.
- El tabaquismo como adicción.
- Importancia de escuelas y hogares 100% libres de humo de tabaco y su impacto en:
 - Protección de la salud de fumadores y fumadores pasivos (disminución del ausentismo laboral y escolar por patologías relacionadas con el tabaco).
 - Prevención del inicio del consumo del tabaco en los alumnos (desnormalización del tabaquismo).
 - Cesación en fumadores (Métodos para su aplicación).
- Riesgos del tabaquismo.
- Beneficios de dejar de fumar.
- Estrategias de intervención efectiva en niños y adolescentes.
- Prevención de la iniciación.
- Publicidad, contra publicidad y medios de comunicación.
- Importancia de la incorporación en la currícula del tema tabaquismo.
- Realización de actividades motivadoras para promover ambientes libres de humo de tabaco.

A partir de estos primeros talleres, surgieron numerosas actividades:

- Talleres para alumnos:
 - Análisis e interpretación de publicidades y la influencia de los medios de comunicación relacionada con la promoción de tabaquismo en adolescente y niños.
 - Acciones para defender y promover ambientes libres de humo de tabaco.
- Programa de TV escolar dedicado a la concientización de ALH.
- Representación teatral

LA PLATA

Escuela Anexa. La Plata

En el marco de un Convenio de Cooperación entre la U.N.L.P. y el Ministerio de Salud de la Nación para implementar "Universidad libre de humo de tabaco", se invitó a participar a la Escuela Anexa al proyecto "Escuelas sin Humo". Se realizaron reuniones en la U.N.L.P. coordinadas por el Programa Nacional de Control del Tabaco del Ministerio de Salud con el fin de acordar pautas referidas a la implementación del Proyecto. La Escuela conformó una Comisión interna, integrada por docentes, no docentes, padres y alumnos, la cual a través de reuniones quincenales acordó:

- Adecuar la encuesta, que en su oportunidad fuera entregada a la Comisión por el Programa Nacional de Control del Tabaco, para aplicarla a la Institución.
- Presentar el Programa al Consejo Asesor de la Escuela.
- Aplicar la encuesta a todo el personal (docente y no docente). La misma no se aplicó a alumnos pues es una Escuela Primaria, y los alumnos no fuman.
- Coordinar la forma en que se aplicaría y tabularía la encuesta.
- Programar acciones puntuales a desarrollar dentro de la Escuela entre ellas:
- Preparación de cartelera para ser colocada en distintos espacios dentro del establecimiento, con mensajes que ayudarían a la puesta en marcha del programa.
- Planificación de etapas de avances respecto de la restricción de fumar.
- Acordar que a partir del mes de octubre del 2005 se respetaría la consigna "Miércoles sin Humo".
- Fijar espacios abiertos transitorios para los fumadores, hasta tanto se lograra concientizar al personal sobre la necesidad de tener una Escuela sin Humo de tabaco.
- Organizar charlas, grupos de reflexión que permitan analizar la información obtenida periódicamente por la Dirección de Salud y Prosecretaría Académica de la U.N.L.P.
- Comunicar a través de carteles ubicados en diferentes espacios, la información enviada por la Dirección de Salud de la U.N.L.P. sobre el "Centro Provincial de Atención a las adicciones".
- Colocar en la entrada de la Escuela un gran cenicero con cartel indicativo "Establecimiento Educativo: no se permite fumar".
- Si bien al comienzo hubo alguna resistencia por parte de algunas personas, que creían que no iban a poder cumplir con la consigna "Escuela sin Humo", en el mes de Mayo del 2006, se dejó de fumar totalmente dentro del ámbito de la Escuela.

BERAZATEGUI- PCIA DE BUENOS AIRES Escuela de Ed. media n°7

De la escuela a la comunidad.

Cuando se inauguró la escuela en mayo del 2004 con 50 alumnos en total, el director y el secretario de la escuela decidieron: buscar un terreno para la construcción de un edificio y hacer una escuela de prevención en la salud.

Se contrató a un Preventor de Adicciones y a un Trabajador Social para que realizaran encuestas en la comunidad (alumnos y vecinos) sobre lo que esperaban de la escuela. Los resultados fueron: 1) sacar a los chicos de la calle 2) prevenir la drogadicción barrial 3) ayudar a la falta de trabajo (en ese momento el 64% de la población tenía el plan trabajar).

Para el primer punto se buscó otro edificio no ocupado por tener matrícula muy baja y se abrió el Polimodal en el 2005 en turnos mañana y tarde con talleres a contra turno (los talleres son sobre ecología), de esta forma los chicos están más tiempo en la escuela y menos en la calle.

Para el tercer punto se crearon dos Especialidades llamadas Mercado Laboral y Búsqueda de trabajo que ayudan enormemente a los alumnos a proyectar sus vidas. Y para el segundo punto, se crearon dos materias Prevención de Adicciones y Psicología que se transformaron en talleres permanentes para aprender entre todos (alumnos, docentes y directivos) sobre lo que es una adicción. En ese contexto y desde el 2004 la escuela se declaró libre de humo de tabaco, se hicieron múltiples clases, charlas debates, etc.

A fines del 2007 se habló con el Intendente, el presidente del Consejo Escolar, el Inspector y el Secretario de Gobierno, sobre la importancia de replicar este proyecto en otras escuelas del distrito, y el Intendente propuso hacerlo en todo Berazategui.

Durante el 2008, luego de varias reuniones entre todas las partes, Escuela, Consejo Escolar, Inspección y Municipalidad se acordó crear la Ordenanza Municipal Berazategui 100% libre de humo de tabaco.

El jueves 29 de mayo y por unanimidad de todos los 24 concejales y frente a 1000 personas invitadas, vecinos alumnos, etc. la ordenanza se puso en vigencia.

Berazategui se convirtió así en el primer municipio de la provincia de Buenos Aires en ser libre de humo de tabaco. Los alumnos de la escuela están conmovidos, alegres y con unas ganas tremendas de trabajar. Han hecho notas en los diarios, la TV y las radios llevando su mensaje a otras comunidades y motivando a otros jóvenes a emprender proyectos similares.

Agradecemos al personal directivo y docente de las escuelas que nos compartieron sus experiencias.

