

# La UPRL informa



## «FUMADOR, QUEREMOS AYUDARTE A QUE DEJES DE FUMAR»

Si mañana al comprar el pan o la leche te informan de que esos alimentos contienen una gran cantidad de Arsénico, Amoniaco, Cadmio, Fosforo, Metanol, Pintura o Tolueno ... ¿los comprarías?

Un año más, en el Día Mundial Sin Tabaco, desde la Unidad de Prevención de Riesgos Laborales (UPRL) junto a MAS Prevención (SPMAS) vamos a recordar algunas estrategias para intentar sensibilizar al personal de la Universidad de Zaragoza sobre este tema. Aunque la prioridad es intentar que el personal con hábito tabáquico y con intención de querer dejar de fumar le podamos ayudar a abandonar ese hábito lo antes posible, también queremos difundir el mensaje de la OMS en este día 31 de mayo que recuerda los riesgos para la salud que se derivan del consumo de tabaco.

El lema para el año 2017 es: “El tabaco, una amenaza para el desarrollo” y las metas propuestas se refieren sobre todo a:

- Poner de relieve la relación entre consumo de productos de tabaco, lucha antitabáquica y desarrollo sostenible; alentando a los países a incluir la lucha antitabáquica en las medidas que aplican los países en el marco de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible
- Ayudar a los Estados Miembros y a la sociedad civil a combatir la injerencia de las industrias tabacaleras, estableciendo políticas que así lo faciliten.

La Directiva 2014/40/UE del Parlamento Europeo y del Consejo de 3 de abril de 2014 sobre la fabricación, presentación y venta de productos de tabaco entró en vigor en mayo de 2016, sin embargo, en España el Ministerio de Sanidad todavía está ultimando la redacción del borrador del anteproyecto de ley para realizar la trasposición necesaria a nuestra legislación. A partir del 20 de mayo de 2017 ya no se podrán fabricar cajetillas con el actual diseño y las advertencias sanitarias deberán ocupar el 65% de la superficie de los envases; aunque se seguirán viendo cajetillas antiguas durante un tiempo, hasta que las empresas hayan vendido sus «stocks».

Con estas y otras medidas se pretende modificar las actitudes y comportamientos de la sociedad respecto al consumo de tabaco, retrasar la edad de inicio, reducir el consumo de tabaco y animar a la población fumadora a abandonar su consumo.

Entre las actividades de prevención y promoción de la salud, realizadas desde Atención primaria dirigidas a modificar o potenciar hábitos y actitudes que conduzcan a formas de vida saludables, así como a modificar conductas relacionadas con factores de riesgo, se encuentra la intervención breve o intensiva con los pacientes fumadores que acuden a la consulta.

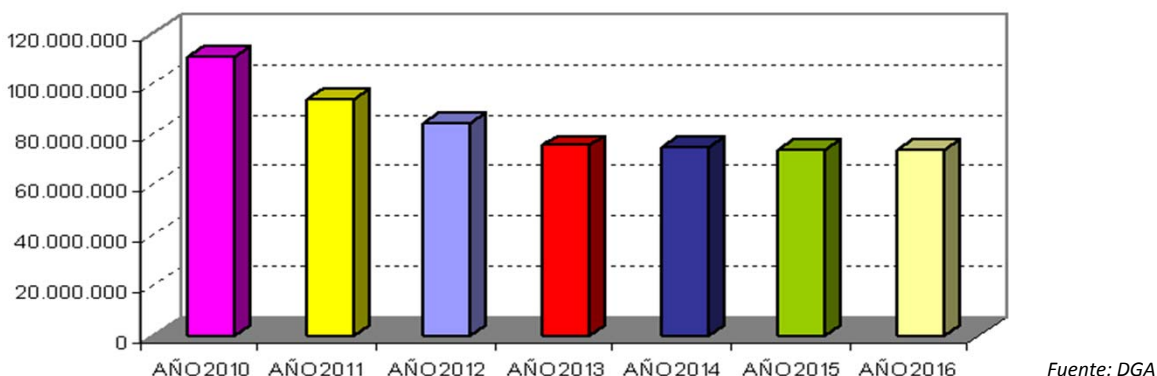


Gráfico 1. Evolución ventas cajetillas tabaco.

Según datos publicados por el Comisionado para el mercado del Tabaco en Aragón la venta de cajetillas de tabaco ha disminuido desde 2010 a 2016 en un 33,7%

El porcentaje de pacientes fumadores identificados que han recibido intervención breve o intensiva en Atención Primaria en el período 2014-2016 en los diferentes sectores sanitarios, según registro en el OMI AP va aumentando año a año (tabla 1).

	Alcañiz	Barbastro	Calatayud	Huesca	Teruel	Zara I	Zara II	Zara III
2014	46,3	57,2	59,9	54,3	60,9	62,4	43,6	56,1
2015	48,1	58,7	60,6	57,6	62,0	62,7	45,5	56,5
2016	51	61,8	63,7	62,2	64	63,5	49,7	58,9

Fuente: DGA

Tabla 1: Porcentaje de pacientes fumadores con intervención breve en Aragón. Años 2014-2016

Sinceramente pensamos que se va por el buen camino, aunque queda seguir en el esfuerzo del día a día del personal sanitario para convencer al fumador en la importancia que tiene para su salud abandonar cuanto antes éste hábito. Asimismo a partir de la Ley 42/2010 es importante la labor de inspecciones de salud pública que incorporó el control de las medidas frente al tabaquismo en todas las intervenciones realizadas, lo que explica que a partir de 2012 se haya incrementado el número de inspecciones para comprobar el cumplimiento de la normativa.

Inspecciones	2011	2012	2013	2014	2015	2016
Huesca	4.435	6.293	5.602	6.170	4.180	3.680
Teruel	1.492	1.383	1.730	1.105	3.064	2.930
Zaragoza	4.957	15.192	20.128	18.679	17.081	20.116
Total	10.884	22.868	27.460	25.954	25.325	26.726

Fuente: DGA

El personal de MAS Prevención junto al personal de UPRL, conocedores de **algunos datos oficiales sobre el tabaco queremos exponerlos desde esta UPRL informa:**

- El consumo de tabaco mata cada año a casi 6 millones de personas, una cifra que, según las previsiones, aumentará hasta más de 8 millones de fallecimientos anuales en 2030 si no se intensifican las medidas para contrarrestarlo.
- El tabaquismo es perjudicial para cualquier persona, con independencia de su sexo, su edad, su raza, su cultura y su educación. Causa sufrimiento, enfermedades y fallecimientos, empobrece a las familias y debilita las economías nacionales.
- El tabaquismo obliga a aumentar el gasto sanitario y produce una reducción de la productividad, generando costos sustanciales para la economía de los países. Además, el consumo de tabaco agrava las desigualdades sanitarias y la pobreza, ya que las personas más pobres dedican menos recursos a necesidades básicas como la alimentación, la educación y la atención sanitaria.
- Cerca del 80% de las muertes prematuras causadas por el consumo de tabaco se registran en países de ingresos bajos y medianos, que tienen más dificultades para alcanzar los objetivos de desarrollo.
- En el cultivo del tabaco se utilizan grandes cantidades de plaguicidas y fertilizantes que pueden ser tóxicos y contaminar fuentes de suministro de agua. Cada año, estos cultivos utilizan 4,3 millones de hectáreas de tierra y causan entre un 2% y un 4% de deforestación del planeta. Además, la fabricación de productos de tabaco genera 2 millones de toneladas de residuos sólidos.

El Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco (CMCT de la OMS) es la referencia en la lucha contra la epidemia del tabaco a nivel mundial. Se trata de un tratado internacional al que se han adherido 180 partes (179 países y la Unión Europea). Más de la mitad de los países del mundo, que engloban a 2800 millones de personas (cerca del 40% de la población mundial), han aplicado en su totalidad al menos una de las medidas más costoeficaces de la CMCT de la OMS. Cada vez son más los países que aplican medidas de protección para evitar que la industria tabacalera interfiera en las políticas públicas sobre lucha antitabáquica.

El aumento de US\$ 1 el impuesto sobre los cigarrillos se recaudarían US\$ 190 000 millones más que podrían utilizarse en políticas de desarrollo. El incremento de estos impuestos genera ingresos fiscales para los gobiernos, puede reducir la demanda de tabaco y es una fuente de ingresos importante para financiar actividades de desarrollo

**Aunque las estrategias preventivas son variadas enumeramos algunas operativas en Aragón que pueden ser de ayuda y sabiendo que los diferentes recursos para dejar de fumar están en la página web Salud Pública <http://bit.ly/2rH4yOW> y en el Portal Salud Informa: <http://bit.ly/2qfwtU6>**

Desde las Unidades Especializadas (CPC, UASA y ONG) el fumador puede acceder a los centros que en Aragón se oferta ayuda para dejar de fumar



Unidad de  
Prevención de  
Riesgos Laborales  
Universidad Zaragoza

<http://uprl.unizar.es/informacion.html>

## ZARAGOZA. Centros que ayudan a dejar de fumar

### [Centro Municipal de Atención y Prevención de Adicciones](#)

Avd. Pablo Ruiz Picasso, 59 50018 Zaragoza 976 724 916 [atencionadicciones@zaragoza.es](mailto:atencionadicciones@zaragoza.es)

**Acceso:** Solicitando cita en el propio Centro **Horario:** Lunes a jueves: 8 a 21h Viernes: 8 a 15h

**Profesionales:** Médico Psicólogo Aux. enfermería

### [Unidad de Atención y Seguimiento de Adicciones Cinco Villas. Ejea de los Caballeros](#)

C/ Molino Bajo, 17 50600 Ejea de los Caballeros 976 667 809 / 685 909 554

[mnavarro@iniciativasocial.org](mailto:mnavarro@iniciativasocial.org) **Acceso:** Mediante cita en Atención Primaria, Especializada o

Servicios Sociales **Horario:** Lunes a viernes: 9 a 16h **Profesionales:** Psiquiatra Psicóloga

Trabajadora Social

### [Consulta Deshabitación Tabáquica Centro de Salud Delicias Sur](#)

C/ Dronda, 1 50010 Zaragoza 976 556 000 [rcordoba1954@gmail.com](mailto:rcordoba1954@gmail.com) **Acceso:** Mediante cita

telefónica o presencial **Horario:** Lunes: 12:30 a 14h Miércoles: 10 a 11:30h Jueves: 11 a 12:30

**Profesionales:** Médico 2 enfermeras

### [Unidad Deshabitación Tabáquica Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa](#)

Policlínica.Planta 1 Consultas Externas Neumología San Juan Bosco, 15 50009 Zaragoza 976

556 400 ext.164109 [unidadtabaco.hcu@salud.aragon.es](mailto:unidadtabaco.hcu@salud.aragon.es) **Acceso:** Salud Laboral. Derivados Serv.

Riesgos Laborales HCU. Derivados Atención Primaria y Especializada **Horario:** Miércoles: 15 a

20h **Profesionales:** Neumólogo Enfermera

### [Unidad de Tabaquismo de la Universidad de Zaragoza](#)

Facultad de Medicina, edificio A planta primera C/ Domingo Miral, s/n 50009 Zaragoza 976 762 515

[tabaquis@unizar.es](mailto:tabaquis@unizar.es) **Acceso:** Solicitando cita **Horario:** Lunes a viernes: 9 a 14h **Profesionales:**

Médica Psicóloga

### [Asociación para la Prevención del Tabaquismo en Aragón APTA](#)

Apartado de correos 10115 50080 Zaragoza 666 719 895 / 627 615 445 Zaragoza: 689 266

728 / Teruel: 663 292 419 [correo@apta-aragon.org](mailto:correo@apta-aragon.org) **Acceso:** Solicitando cita **Horario:** Lunes tarde

Martes mañana Miércoles mañana **Profesionales:** 3 médicos

### [Asociación Española Contra el Cáncer de Zaragoza](#)

C/ Rebolería, 20 50002 Zaragoza 976 295 556 [zaragoza@aecc.es](mailto:zaragoza@aecc.es) **Acceso:** Solicitando cita

**Horario:** Lunes, martes y viernes: 8 a 15 h Miércoles y jueves: 8 a 18h **Profesionales:** Psicólogo

### [Asociación Española Contra el Cáncer de Calatayud](#)

Antiguas escuelas de Ramón y Cajal 50300 Calatayud 976 294 684 [nieves.rubio@aecc.es](mailto:nieves.rubio@aecc.es)

**Acceso:** Solicitando cita **Horario:** Lunes a viernes: 9 a 14h **Profesionales:** Psicólogo

## HUESCA. Centros que ayudan a dejar de fumar

### [Centro de Prevención Comunitaria Ayuntamiento Jaca](#)

Plaza del Hospital, 2 22700 Jaca 974 355 132 [aortiz@aytojaca.es](mailto:aortiz@aytojaca.es) **Acceso:** Solicitando cita **Horario:**

Lunes a viernes: 9 a 15h **Profesionales:** 2 psicólogos

### [Centro de Solidaridad Huesca](#)

C/ Sancho Abarca, 18, bajo 2º Local 22002 Huesca 974 245 200 / 608 388 786

[csihuesca@hotmail.com](mailto:csihuesca@hotmail.com) **Acceso:** Solicitando cita **Horario:** Lunes a viernes: 9 a 14h y 16 a 19h

**Profesionales:** Psicólogo Trabajadora social Terapeuta



Unidad de  
Prevención de  
Riesgos Laborales  
Universidad Zaragoza

<http://uprl.unizar.es/informacion.html>

### Asociación Ibón de Drogodependencias. Sabiñánigo

C/ Aragón, 16, bajo 22600 Sabiñánigo 974 483 623 / 692 621 685 [ibon\\_drog@unizar.es](mailto:ibon_drog@unizar.es)

**Acceso:** Solicitando cita 692 621 685 **Horario:** Martes y viernes: 10 a 14h **Profesionales:** 2 terapeutas psicólogos Trabajadora social Psicóloga

### Asociación Española Contra el Cáncer. Sabiñánigo

C/ Coli Escalona, 44, bajo 22600 Sabiñánigo 974 484 420 [yolanda.sanz@aecc.es](mailto:yolanda.sanz@aecc.es) **Acceso:**

Solicitando cita **Horario:** Martes y jueves: 16 a 20h **Profesionales:** Psicóloga

## **TERUEL. Centros que ayudan a dejar de fumar**

### Centro de Prevención Comunitaria Comarca Cuencas Mineras. Utrillas

C/ Constitución, s/n 44760 Utrillas 978 757 679 [drogodependencias@ccuencasmineras.es](mailto:drogodependencias@ccuencasmineras.es)

**Acceso:** Solicitando cita **Horario:** Lunes a viernes: 9 a 15h **Profesionales:** Trabajadora social coordinación Centro Salud

### Centro de Prevención Comunitaria Comarca Andorra Sierra de Arcos. Andorra

Paseo de las Minas, s/n 44500 Andorra 978 843 853 [mfombuena@andorrasierdearcos.com](mailto:mfombuena@andorrasierdearcos.com)

**Acceso:** Solicitando cita en el propio centro **Horario:** Lunes a viernes: 9 a 15h Jueves 16 a 19h **Profesionales:** Psicóloga

### Unidad Deshabitación Tabáquica de Alcañiz

Avd. Aragón, 46 44600 Alcañiz 978 870 691 / 978 871 381 [rsaenz@salud.aragon.es](mailto:rsaenz@salud.aragon.es)

[asoldevilla@alcaniz.es](mailto:asoldevilla@alcaniz.es) [cjulve@alcaniz.es](mailto:cjulve@alcaniz.es) **Acceso:** Iniciativa propia. Derivación Especializada, otros recursos **Horario:** Miércoles: 17 a 21h **Profesionales:** Médico Psicólogo Enfermera

### Unidad Deshabitación Tabáquica Hospital de Alcañiz

C/ Doctor Ripollés, 2 44600 Alcañiz 978 830 100 [malquezarf@gmail.com](mailto:malquezarf@gmail.com) **Acceso:** Iniciativa

propia. Derivación Especializada, derivación otros recursos **Horario:** Lunes a viernes: 9 a 15h **Profesionales:** 2 neumólogos Enfermera

### Asociación para la Prevención del Tabaquismo en Aragón

Apartado de Correos 162 44080 Teruel 663 292 419 [correo@apta-aragon.org](mailto:correo@apta-aragon.org) **Acceso:**

Solicitando cita **Horario:**

Martes: 17 a 20h Consulta 21 Centro Salud Teruel Ensanche **Profesionales:** Enfermero

### Asociación Española Contra el Cáncer de Teruel

Plaza Playa de Aro, 3, 2º AE 44002 Teruel 978 610 394 [teruel@aecc.es](mailto:teruel@aecc.es) **Acceso:** Solicitando

cita para el Grupo de Deshabitación Tabáquica **Horario:** Lunes a viernes: 8 a 15h Lunes a jueves: 17 a 19h **Profesionales:** Psicóloga

### Asociación Española Contra el Cáncer. Calamocha

Avd. Valencia, 1 44200 Calamocha 648 060 463 [paula.martinez@aecc.es](mailto:paula.martinez@aecc.es) **Acceso:** Solicitando

cita para el Grupo de Deshabitación Tabáquica o cita individual **Horario:** Lunes y martes: 9:30 a 13:30h **Profesionales:** Psicóloga

### Asociación Española Contra el Cáncer. Monreal del Campo

C/ Miguel de Artigas, 22 44300 Monreal del Campo 648 060 463 [paula.martinez@aecc.es](mailto:paula.martinez@aecc.es)

**Acceso:** Solicitando cita para el Grupo de Deshabitación Tabáquica o cita individual **Horario:** Jueves: 9:30 a 13:30h **Profesionales:** Psicóloga



Unidad de  
Prevención de  
Riesgos Laborales  
Universidad Zaragoza

<http://uprl.unizar.es/informacion.html>