

Lugares de Trabajo Libres de Humo de Tabaco.

Introducción

El tabaquismo es la principal causa de enfermedad y muerte prematura evitable en el mundo y Chile es uno de los países con más alta prevalencia de consumo de tabaco. (1) Por ello, fomentar la vida libre de humo de tabaco en los lugares de trabajo propenderá a que los trabajadores y trabajadoras permanezcan sanos y motivados, lo que mejora la productividad y disminuye la rotación, el ausentismo y presentismo. (2)

Para el éxito de las intervenciones que fomentan la vida libre de humo de tabaco es fundamental entonces que se adquiera el compromiso permanente de todos los involucrados e instar a la máxima participación de los directivos, del personal y de sus organizaciones correspondientes.

Declarar la prohibición de fumar en todo el espacio abierto o exterior del lugar de trabajo es una estrategia que implica ir un paso más allá de la legislación vigente. Esto implica una labor ardua, que exige compromiso a largo plazo. Por esto se recomienda avanzar por etapas y en forma progresiva (3), comenzando por planificar e implementar acciones para sensibilizar al personal externo e interno y luego, realizar capacitaciones sistemáticas, para finalmente implantar esta importante estrategia de salud pública y conseguir un cambio organizacional.

Lugares de Trabajo Libres de Humo de Tabaco.

La implementación de Ambientes Libres de Humo de Tabaco genera un cambio cultural en torno al consumo, disminuyendo su aceptabilidad social y poniendo en perspectiva la verdadera dimensión de la problemática que constituye el tabaquismo.

Las Seremis de Salud, pueden establecer las coordinaciones necesarias con las Seremis del Trabajo u otras, Instituto de Seguridad Laboral, Mutuales, Dirección del Trabajo, Servicios de Salud, correspondientes a su área geográfica para impulsar esta estrategia, que es parte de los Lineamientos Temáticos de la Estrategia Nacional de Salud.

A continuación se describen 10 etapas clave de esta estrategia que tiene como objetivo: implementar Lugares de Trabajo Libres de Humo de Tabaco: (3)

1. Comprometer a los directivos del establecimiento. Esto es imprescindible para la iniciación del proceso.
2. Formar un Comité o grupo de trabajo que defina e implemente la estrategia. Puede organizarse una mesa de trabajo con el objetivo de lograr que todas las partes de la empresa, tales como autoridades, comité paritario, sindicatos, funcionarios, estén de acuerdo e involucrados en la decisión de declarar al lugar de trabajo como 100% libre de humo de tabaco.
3. Se sugiere establecer un programa acorde al lugar de trabajo para realizar un diagnóstico del consumo de tabaco y realizar acciones para informar, educar y motivar a los trabajadores a prevenir y cesar el consumo, además de brindar tratamiento de la adicción.

El teléfono de **Salud Responde 6003607777** del Ministerio de Salud, ofrece el servicio de Consejería anti consumo de tabaco. Este teléfono está inserto en todos los paquetes de productos de tabaco.

Además el sitio web www.dejaloahora.cl de la Oficina de Prevención del Consumo de Tabaco del Ministerio de Salud, dispone de material descargable útil para potenciar las estrategias de cesación tabáquica.

4. Instalar señaléticas claras y precisas en puntos estratégicos que indiquen que el establecimiento es Libre de Humo de Tabaco (acceso principal, estacionamientos, patios, etc.).
5. Realizar campaña de comunicación para sensibilizar y difundir la estrategia.
6. Eliminar todos los ceniceros de las dependencias externas del lugar de trabajo.
7. Capacitar a trabajadores y trabajadoras en prevención de los riesgos para la salud del consumo tabaco.
8. Monitorear y evaluar la intervención.

9. Revisar y actualizar periódicamente la estrategia para mejorar continuamente la calidad de la intervención.
10. Motivar a trabajadores y trabajadoras a continuar la estrategia de manera permanente.

Las etapas 1 y 2, deben realizarse al inicio de la intervención en el orden que se detalla. El resto, pueden desarrollarse en cualquier orden una vez garantizadas las etapas 1 y 2.

Aspectos frecuentemente debatidos en la implementación de Ambientes Libres de Humo de Tabaco.

- **Áreas para fumar versus ambientes 100% libres de humo.**

La prohibición total de fumar en estos establecimientos, es una recomendación internacional generalizada que debe ser implementada en forma gradual.

Un establecimiento lugar de trabajo 100% Libre de Humo de Tabaco debe ser el objetivo final, dado que la prohibición total es la medida que genera mayor impacto en la cesación del consumo de tabaco y en la transformación cultural necesaria para garantizar la durabilidad de la intervención.

- **Errores posibles de cometer al momento de implementar la intervención.**

1. Decretar al lugar de trabajo como Libre de Humo de Tabaco, sin consenso ni participación de los funcionarios, ni directivos.
2. No designar un grupo o comité a cargo del proyecto y no incluir actores clave.
3. No programar seguimiento o evaluación de las acciones.
4. No manejar incumplimientos. Todos los trabajadores y trabajadoras pueden intervenir ante la eventualidad de que funcionarios o visitantes trasgredan la normativa. Las intervenciones respetuosas y amables son efectivas.
5. Anunciar rápidamente que la institución será Libre de Humo de Tabaco sin acompañar de capacitación el proceso de transformación cultural.



Bibliografía.

1. Pichón Riviere A, Bardach A, Caporale J A, A, Augustovski F, Caccavo F, Vallejos V, Velazquez Z, De La Puente C BL, Castillo Riquelme M CLC. Carga de enfermedad atribuible al tabaquismo en Chile [Internet]. Documento Técnico IECS N° 8. Buenos Aires; 2014 [cited 2017 Jul 11]. Report No.: Informe Técnico N° 8. Available from: <http://www.iecs.org.ar/wp-content/uploads/tabaquismo23-05-2014Chi-FINAL-1.pdf>
2. Promoción de Salud y Calidad de Vida en el Trabajo. Santiago; 2017.
3. Méndez E, García M, Margalef M, Fernández E, Peris M. Iniciativas para el control del tabaquismo: la Red Catalana de Hospitales Libres de Humo. Gac Sanit [Internet]. 2004 [cited 2018 Jan 19];18(2):150–2. Available from: https://ac.els-cdn.com/S021391110471821X/1-s2.0-S021391110471821X-main.pdf?_tid=ef60195c-fd1c-11e7-aef3-00000aab0f26&acdnat=1516368817_31f22e61366a55b752e2d5dad67e47bc