

Buena Práctica de Promoción de la Salud en el Trabajo



Identificación de fumadores en Distrito Bahía de Cádiz - La Janda, a objeto de favorecer la motivación, la decisión y el compromiso para abandonar el consumo de tabaco

Noviembre 2018

Descripción de la tarea

Los hábitos saludables de los profesionales sanitarios sirven de modelo para los pacientes, resultando de gran ayuda para difundir y concienciar sobre la importancia de mantener una salud óptima.

Hasta la fecha no se valoraba el nivel de motivación que tenía cada profesional para el cambio de hábito, o más aun, no se valoraba el estadio de cambio en el que se pudiera encontrar, con lo cual no se ayudaba a avanzar en su proceso de abandono.

De esa manera no era posible planificar acciones terapéuticas efectivas, ni a los profesionales que no se plantearon nunca dejar de fumar, ni a aquellos que estaban en fases más avanzadas o proclives al cambio.

Solución adoptada

A fin de crear una intervención para facilitar la deshabituación tabáquica a todos los trabajadores que lo deseen, procurar un entorno laboral libre de humo y apoyar esta decisión con los medios disponibles en nuestro ámbito laboral, las medidas que adoptamos son las siguientes.

- Identificación de fumadores activos de cigarrillos o cigarrillos electrónicos, a través de los Exámenes de Salud Iniciales y Periódicos.
- Motivación para el cambio de hábitos, a través de charlas de información y sensibilización acerca de los riesgos que el tabaco tiene para la salud, de los beneficios de dejar de fumar, de la relación del tabaquismo con sus patologías, de la oportunidad que brindan los espacios libres de humo y de las distintas posibilidades terapéuticas que existen para dejar de fumar.
- Proporcionar al trabajador la información de las diferentes alternativas de que dispone para favorecer la deshabituación tabáquica, tales como el referente de tabaquismo en su Unidad de Gestión Clínica, la técnica de promoción de la salud en sede de Distrito, o la línea telefónica Quitline.

Acciones que junto con la coordinación con los mencionados recursos disponibles, se mejore la atención a los trabajadores fumadores, al tiempo que se protege al resto de la ciudadanía, sobre la base de potenciar estilos de vida saludables y promover mejores opciones y alternativas al tabaquismo.

Resultados o consecuencias de la implantación de la Buena Práctica

Hasta el momento logra tener buena aceptación por parte de los profesionales.

Estado en el que se encuentra la Buena práctica

En proyecto.

Autoría: Diego Garcia Muñoz
UPRL DISTRITO BAHÍA DE CADIZ LA JANDA