
Prevención del consumo de tabaco, protección del aire respirable y promoción de la salud en relación al tabaquismo: avanzamos hacia un nuevo futuro

Smoking prevention, breathable air protection and health promotion in relation to smoking: advancing towards a new future

J. de Irala*

La experiencia en otros países sobre las protestas de la población ante cualquier medida restrictiva del tabaquismo, nos muestra que parecen abundantes solamente al principio. Sin embargo, esta primera impresión que además se ve reforzada por la atención que suscitan en los medios de comunicación enseguida cambia y se percibe rápidamente que las voces de aceptación, entre las que se incluyen muchos fumadores, siempre son mayoritarias.

La aceptación mayoritaria de medidas protectoras y preventivas como las promulgadas en la nueva Ley Foral es mayor en la medida en que la población es adecuadamente informada sobre las motivaciones que las inspiran. Es imprescindible que el fumador se sienta apoyado en sus esfuerzos para dejar de fumar. En esta labor educativa es necesario proponer medidas concretas y realistas al fumador para ayudarle a abandonar el tabaquismo. En el medio universitario, por ejemplo, hemos conseguido una aceptación inusitada, por más del 80% de los empleados, de nuevas medidas de protección del aire respirable gracias a la elaboración de un programa de información continuada durante el año previo a la introducción de los cambios¹. Asimismo, el Gobierno de Navarra lleva tiempo impulsando muchas iniciativas conducentes a informar y concienciar a la población sobre aspectos no solamente sanitarios sino también sociales relacionados con el tabaquismo. Es consciente, por otra parte, de la necesidad de ayudar a los fumadores y pone a su servicio diferentes modalidades de ayuda en los centros de Atención Primaria de Salud.

* Doctor en Medicina, Doctor en Salud Pública.

Profesor Agregado de Medicina Preventiva y Salud Pública, Universidad de Navarra.

No son pocos quienes mantienen creencias equivocadas acerca de una supuesta ineficacia de las medidas de protección, promoción y prevención, en relación al tabaquismo, entre las cuales enumeramos las más comunes a continuación:

- programas de información sobre los efectos para la salud del tabaquismo en adultos y jóvenes
- advertencias en cajetillas y aumento de su precio de venta
- leyes protectoras del aire respirado en lugares públicos o en el lugar del trabajo
- prohibición de venta a menores o en centros docentes y sanitarios
- diferentes modalidades de auto-ayuda -libros y panfletos- y tratamientos -terapia sustitutiva de la nicotina, ansiolíticos.

La evidencia científica actual sugiere que todas estas medidas desempeñan un papel importante no solamente para lograr ese futuro donde la población acepte con naturalidad que el tabaquismo forma parte de "los estilos de vida no saludables", sino también para que el tabaquismo se considere como un hábito antisocial debido al perjuicio del humo de tabaco inspirado por los no fumadores.

No solamente tenemos que dejar de estar entre "los europeos que más padecemos el humo del tabaco" por la alta prevalencia de trabajadores expuestos al humo del tabaco durante horas laborales², sino que tenemos que convertir en "normal" la demanda social de un aire respirado libre de contaminación tabáquica. Esto pasa por la implementación de todas las medidas que acabamos de enumerar, ya que tienen carácter de "tratamiento multicomponente" del problema³.

Los datos que se desprenden de la última Encuesta Nacional de Salud (analizados en el XXII Congreso de la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria), indican que todavía tenemos mucho trabajo por delante: los jóvenes españoles fuman un 12% más que la media nacional que incluye todas las edades, la mayor parte de fumadores se concentran entre personas de 16-45 años con una prevalencia del 45% muy por encima de la media nacional. Es de especial preocupación que la edad de inicio haya disminuido de los 14 a los 13 años.

No podemos perder de vista que, además de informar a la población, es preciso contrarrestar simultáneamente todo el trabajo que realiza la Industria del tabaco para seguir ganando terreno entre los más jóvenes. Los datos sugieren que la industria ha fomentado a sabiendas el efecto adictivo de la nicotina^{4,5}. Además, las empresas del tabaco enfocan sus cam-

pañas especialmente hacia los adolescentes para tener clientes de por vida, ya que es una edad donde la voluntad de decir que "no" se ve mermada por el entorno del joven, la publicidad y otras presiones tanto personales como ambientales. Pero una vez que su voluntad ya está formada, puede ser tarde porque ya es adicto a la nicotina. Se ha demostrado que los niños conocen tan bien al dromedario de Camel como a Mickey Mouse o que comienzan a fumar antes aquellos jóvenes que ven a estrellas de cine fumar en sus películas⁶.

La industria del tabaco es rápida en adelantarse a los acontecimientos y ya está preparada ante las nuevas normativas mundiales que pretenden evitar la publicidad y el patrocinio del tabaco. Saloojee y Hammond se refieren a esta nueva estrategia con el apelativo de "un engaño mortal" en un trabajo cuya lectura recomendamos⁷. La industria del tabaco habla de "código voluntario de publicidad" para dar una buena imagen de responsabilidad y aboga por la publicidad "solamente dirigida a adultos" (como si fuera posible "desconectar" a los jóvenes de la misma); aduce que la publicidad sería solamente para permitir la competencia entre marcas y no para atraer a nuevos fumadores, pero la realidad es que los fumadores suelen ser fieles a su marca de tabaco y la presencia de esta publicidad en los medios atrae tres veces más a los adolescentes que a los adultos. Los argumentos descritos a favor de las prohibiciones integrales de la publicidad en este trabajo son contundentes⁷.

Finalmente, la nueva Ley Foral no pierde de vista que la mayoría de los ciudadanos que, sin fumar voluntariamente, aspiran el humo del tabaco de un fumador (los fumadores pasivos) no son los únicos que sufren este problema. La nueva ley asume que los fumadores también deben considerarse como víctimas de una droga altamente nociva (es el único producto que causa lesiones y muerte en sus usuarios cuando se utiliza de acuerdo con las instrucciones del fabricante). El fumador presenta un síndrome de abstinencia claramente definible en la clínica cuando le falta el tabaco y síntomas de dependencia claramente descritas en el DSM IV. La nueva Ley Foral es una buena respuesta ante un problema de salud pública de gran magnitud y ante el deber de respetar a los no fumadores que quieren viajar, trabajar, hacer deporte, descansar o socializarse en lugares con aire limpio. Todo ello, sin olvidar la protección de nuestros hijos y jóvenes por ser la diana predilecta de las compañías de tabaco. Finalmente la ley asume también la importancia que tiene la ayuda a los fumadores que deseen superar su adicción a la nicotina.

Es importante que las actuaciones que emprendamos a favor de un aire libre del humo del tabaco sigan los criterios de la medicina basada en evidencias por encima de tópicos y pasiones. Nuestra Ley Foral se basa en esta motivación.

BIBLIOGRAFÍA

1. Proyecto Universidad Saludable. Proyectos 308/2000 y 17/2001 financiados por el Departamento de Salud del Gobierno de Navarra. <http://www.unav.es/enfermeria/UniversidadSaludable/proyecto.html>.
2. Janson C, Chinnb S, Jarvisb D, Zockc JP, et al. Effect of passive smoking on respiratory symptoms, bronchial responsiveness, lung function, and total serum IgE in the European Community Respiratory Health Survey: a cross-sectional study. *Lancet* 2001; 358:2103-2109.
3. US Public Health Service Report. Directrices clínicas prácticas para el tratamiento del consumo y la dependencia del tabaco. Un informe del Public Health Service de los EE.UU. *JAMA* 2000;283:3244-3254.
4. González CA, Agudo A. La industria del tabaco y la manipulación de la investigación científica. El caso del estudio europeo de la IARC-OMS sobre el consumo pasivo de tabaco y cáncer de pulmón. *Med Clin (Barc)* 2000;115: 302-304.
5. Web que describe el dinero cobrado por científicos: <http://www.tobacoinstitute.com>
Web donde se encuentran los documentos confidenciales de las compañías de tabaco: <http://www.pmdocs.com>
6. Sargent JD, Beach ML, Dalton MA, Mott LA, et al. Effect of seeing tobacco use in films on trying smoking among adolescents: cross sectional study. *BMJ* 2001;323:1394-1397.
7. Saloojee Y, Hammond R. Engaño mortal: las nuevas normas mundiales de la industria tabacalera para la comercialización del tabaco. *Rev Panam Salud Pub* 2002;11:119-127.