

# VIII Trobada Anual de la Xarxa PAPSF (Programa d'Atenció Primària Sense Fum) Girona, 23 de novembre de 2017

## Resum de les aportacions dels participants en els grups de treball que es van desenvolupar durant la Jornada

Aquest resum ha estat transcrit a partir dels panells participatius i d'algunes aportacions posteriors dels facilitadors/es dels grups  
v. 12/12/17 (7 pàgines)

**Per tal de ser el més efectiu possible en els pròxims anys amb el nostre treball sobre el tabaquisme amb la comunitat i les xarxes territorials, ...**

- A- quins són els actors clau i quin és el seu rol?
- B- quines són les activitats que hem de promoure?
- C- quines estratègies/metodologies hem d'utilitzar?
- D- què és el més important per tenir èxit amb els joves?
- E- com fer per reduir les conseqüències mediambientals i el tabaquisme passiu?
- F- com fer per tenir més visibilitat, en particular en les xarxes socials?

A-Per tal de ser el més efectiu possible en els pròxims anys amb el nostre treball sobre el tabaquisme amb la comunitat i les xarxes territorials, **quins són els actors clau i quin és el seu rol?**

**L'entorn de la salut**

- Usuaris i pacients experts
- Farmàcies i indústria farmacèutica
- Serveis de salut assistencials i sociosanitaris: amb un rol de LIDERAR i de SENSIBILITZAR

**Les entitats, amb el rol de DINAMITZAR**

- Associacions de veïnes
- Esportives i Culturals i de lleure: directores i monitores
- De suport a afectades
- De persones afectades

**L'entorn educatiu, amb el rol de FORMAR**

- Centres educatius: docents, metge escolar, infermera escolar, alumnat, AMPA
- Les educadores de carrer: inclòs el voluntariat
- Universitats
- Societats científiques
- Col·legis professionals

**L'Administració, amb el rol de REGULAR i VETLLAR PEL COMPLIMENT**

- Polítiques: regidores conselleres,...
- Tècniques municipals
- Tècniques de salut

**Les empreses i sindicats, amb el rol de FACILITAR I VETLLAR PEL COMPLIMENT**

- En particular els serveis de PRL

**El gremi d'hostaleria**

- L'oci nocturn, amb el rol de VETLLAR PEL COMPLIMENT
- Els cambrers

**Els mitjans de comunicació i agències publicitàries**

- Periodistes
- Agències reguladores

**Les TIC i Xarxes amb un rol de SENSIBILITZAR i DINAMITZAR**

- Influencers
- Youtubers
- Communiuty managers

Altres:

**Els espais socials**

**Les famílies**

**La gent gran**

## B-Per tal de ser el més efectiu possible en els pròxims anys amb el nostre treball sobre el tabaquisme amb la comunitat i les xarxes territorials, **quines són les activitats que hem de promoure?**

### **Activitats en l'àmbit de la salut**

- Tallers de DT per: col·lectius referents i pacients, personal sanitari i empreses, mestres i pares-mares a les escoles, pacients als CAPs amb DT grupals per patologies específiques
- Coordinar/crear xarxa entre Hospital i AP i Farmàcies, pel tractament i seguiment de pacients
- Promoure crear consultes individuals DT als CAPs, amb referent i/o altres metges i infermeres
- Consulta a nen sa en pediatria: derivar pares-mares fumadors/es a DT
- Formació del personal sanitari i als universitaris i docents en la prevenció i l'abordatge del tabaquisme, i en habilitats per fer front al tabaquisme (p.e. l'entrevista motivacional). Es tracta també d'ajudar als alumnes fumadors a deixar de fumar en les facultats, sobretot als estudiants que cursen carreres que esdevindran models socials, com sanitaris i mestres.
- Sensibilitzar a tot el personal sobre la necessitat d'afrontar el tabaquisme en totes les tasques
- Panells de TV als CAPs per passar informació i imatges sobre el tabac: arribar a llevadores, pediatres, odontòlegs, treballadores socials, etc.

### **Activitats en l'àmbit educatiu**

- Informar als joves sobre el tabac, com a prevenció, reafirmant els efectes nocius, desfent mites
- A les escoles, posar pòsters, fer xerrades, aprofitar la Setmana sense fum,...
- A l'escola 1<sup>a</sup> i 2<sup>a</sup> treballar les "habilitats per la vida"
- Les mares i pares són un element del model de prevenció
- Promoure l'esport a les escoles
- Millorar la formació sanitària a les universitats, sobre el tabac (medicina i infermeria)

### **Activitats en el barri, la comunitat, la ciutat**

- Treballar tots els actors comunitaris pre promoure espais sense fum
- Vetllar pels espais sense fum, inclòs a domicili, i en particular: restaurants i parcs infantils
- Xerrades en centres cívics i casals d'avis (cuidadors/es dels nets) amb testimonis d'ex-fumadors, per públic general i joves

### **Àmbit de TICs i joves**

- Passar missatges virtuals sobre salut i tabac
- Contactar influencers (convèncer i contractar si cal)

### **Generar exposicions itinerants sobre Tabac i Hàbits saludables**

- Aprofitar festes de la salut, per la població en general i pels nens en particular

### **Àmbit dels mitjans de comunicació**

- Disseminar informació sobre el tabac
- Vetllar per la no difusió del tabac en els mitjans

### **Àmbit de les empreses**

- Premiar/incentivar els treballadors/es no fumadors

### **Influenciar les polítiques**

- Fer pressió per incrementar els impostos pel tabac
- Facilitat Tx de DT als fumadors, mitjançant accessibilitat econòmica a les farmàcies
- Activisme per continuar prohibint o dificultant el fumar en espais públics i privats
- Campanyes específiques sobre deixar de fumar i on anar: als CAPS

## C-Per tal de ser el més efectiu possible en els pròxims anys amb el nostre treball sobre el tabaquisme amb la comunitat i les xarxes territorials, **quines estratègies/metodologies hem d'utilitzar?**

### **Conèixer el que fan a la comunitat i fora, i compartir amb altres**

- Conèixer que se fa a altres comunitats o altres experiències
- Preguntar a la comunitat: augmentar el nostre coneixement, amb grups focals o enquestes
- El referent “no” es la comunitat, sinó el “connector”: cal “augmentar” la nostra cultura comunitària, però que no sigui activitat “extra” (no basat en voluntarisme) i implicant més a les administratives
- Catàleg de bones pràctiques en Comunitària
- Base de dades d'activitats amb evidència provada
- Obrir-se al carrer i comunitat: farmàcies, associacions, fundacions, centres de la comunitat, ...
- Compartir activitats entre centres i agents
- Estar presents a les xarxes socials locals

### **Disposar d'espais de trobada i de xarxa, formalitzats i amb temps**

- Sortir del centre i conciliar
- Dedicar més temps. Però es considera utòpic que hi hagi persones fixes
- Actualitzar els referents
- Xarxa estable ben coordinada
- Units tenim més força, especialment en joves: cal evitar duplicacions, el que requereix més coordinació, i tenir un mapa actualitzat d'unitats sanitàries, d'ensenyament, d'entitats, etc.

### **Intervencions en les famílies i escoles**

- Com més precoç és la intervenció millor
- Aprofitar esdeveniments com la setmana mundial contra el tabac
- A través del jove fumador intervenir em la família
- La infermera escolar com a suport per mestres, alumnes i pares-mares
- Cal aportar habilitats emocionals des de Primària

### **Comunicació amb missatges adaptats en contingut i sobre tot en forma i canals**

- Informar a la comunitat: anar on està la comunitat (mercat p.e.)
- Estar presents a les xarxes socials locals: implicar-se en “netiquetes” locals, necessitat de community manager (*amb diferència d'opinió*), i compte amb qui no té accés en TKS
- Jovent: p.e. “Energy control” del tabac en zones joves
- Interculturalitat (rap p.e.)
- Campanyes intensives de TV, radio i internet

### **Promoure i redactar lleis per un entorn sense fum, amb indicadors que mesurin l'impacte de noves intervencions i amb finançament dels tractaments**

- Conveni FOEG per finançar el tractament amb farmàcies
- Hospitals: que donin tot el Pack
- Monitors d'esport docents “entorn sense fum”... encara que per ara no a funcionat...

D-Per tal de ser el més efectiu possible en els pròxims anys amb el nostre treball sobre el tabaquisme amb la comunitat i les xarxes territorials, **què és el més important per tenir èxit amb els joves?**

**No vindran, has de sortir tu, aprofitant qualsevol oportunitat: lleure, festes, instituts, clubs esportius, TIC**

- Fer-nos visibles a salut i a l'escola
- Noves tecnologies, aprofitant les xarxes socials (tot i que ens manca formació TIC).

**Campanyes tenint en compte el perfil**

- Imatge i llibertat
- Youtubers: campanyes adaptades al llenguatge
- Oci nocturn: nits de qualitat, "àngels" de nit, qualitat de festa
- Promoció de la salut des de petits.

**Entitats de joves, hem de conèixer els recursos**

- Formació d'igual a igual
- Models/Referents
- Intervenció dels pares: en tallers de pares i fills, pediatria, embaràs sense fum.

**Formació i models/referents**

- Fer formació d'igual a igual: entorn sense fum, classes sense fum, coach=pacient expert
- Tenir models/referents
- Intervenció de pares: com hi arribem?: Amb tallers pares-fills, aprofitant pediatria i embaràs sense fum
- Crèdits de síntesi a la universitat?

**Recordar que 3/4 parts dels joves no fumen**

- Festes saludables, concursos amb premis per no fumadors
- Missatges en positiu
- Empoderament i reforç positiu dels no fumadors

Altres idees:

**-Lladres del Temps**

**-El tabac per alleugerir l'ansietat no contribueix a la salut mental.**

**-Els professionals "donem" el tabac: *Idea amb diferències d'opinió*: el tabac no és medicació.**

E-Per tal de ser el més efectiu possible en els pròxims anys amb el nostre treball sobre el tabaquisme amb la comunitat i les xarxes territorials, **com fer per reduir les conseqüències mediambientals, el tabaquisme passiu, etc.**

**Hem d'implicar a tothom. Convocar Taules de Salut, o incidir en les ja existents.**

- Ajuntaments
- Col·legis
- Equipaments
- Associacions
- Sanitaris
- AMPAS
- Polítics
- Empresaris

**Dirigir-nos al no-fumador i al fumador passiu, (i no només al fumador)**

- Fer publicitat i recordatoris de manera continuada
- Campanyes de foment dels drets del fumador passiu, (recordant que també te una addició)
- Donar eines pels fumadors passius, empoderar al no fumador per tal de que pugui reaccionar.
- No prohibir, si no identificar be on es pot fumar, per exemples en sales de consum de tabac.
- Compensar en la feina al no fumador (per exemple podent sortir una mica abans per no fer pauses per fumar)
- Debats entre fumadors i no fumadors

**Formació dels professionals**

- Sensibilització de la població
- Ajudar a deshabitució de fumadors
- Informar sobre els efectes del fum i les mesures protectores

**Protecció del mediambient**

- Treure el celofan de l'empaquetat
- Posar moltes papereres i amb cendrers (per exemple, a les patges)

**Promoure canvis legislatius**

- Marca blanca de tabac
- Encetar debat de no fumar al cotxe

F-Per tal de ser el més efectiu possible en els pròxims anys amb el nostre treball sobre el tabaquisme amb la comunitat i les xarxes territorials, com fer per tenir més VISIBILITAT en particular en les XARXES SOCIALS?

**Diferenciar col·lectius joves i adults**

- Tenint en compte els seus interessos diferents
- Fer treballs de recerca jove-adult fumador sobre el tabac

**Continguts específics per a joves**

- Video còmic dirigit a joves, per a aconseguir viralització
- Concurs motivador per penjar vídeos i fotos a la xarxa
- Fitxar un youtuber per encarregar publicitats per a adolescents
- A l'escola (centres educatiu) fer vídeo promocional

**Provar nous formats i canals per arribar a molta gent**

- Esdeveniments multitudinaris: missatges que arriben del tabac
- Una marató televisiva que mostri estudis sobre el tabac
- Identificar els grups amb els col·lectius que interessin que ja hi són a les xarxes socials
- Missatges publicitaris mentre busques informació a la web
- Una app per a joves
- Whatsapp i Telegram han demostrat molta efectivitat
- Motivar als estudiants des del centre per a que difonguin el missatge a les xarxes socials.

**Millorar el treball actual a les xarxes**

- Planificar idees per anar penjant a Twitter
- Linkar a Twitter des de la web
- Missatge comú des de diferents àmbits, com es fa en la Setmana Sense Fums
- Identificar líders locals a escoles per difondre

**Comptar amb professionals de la comunicació**

- Encarregar tasques de comunicació a un publicista

**Aprendre entre nosaltres i dels joves**

- Bancs de bones pràctiques, fer córrer bones pràctiques a xarxes
- Demanar als joves què pensen sobre com tenir més visibilitat a les xarxes

**Promoure canvis legislatius**

- Marca blanca de tabac
- Encetar debat de no fumar al cotxe
- Regular la presència del tabac a TV quan és negatiu

Altres idees:

**-Fer visible el no-fumador per agrair el que no fuma**

**-Cita prèvia per introduir el tema del "Tabac i la meva salut"**

**-Anàlisi al carrer de com estan els joves, amb proves senzilles (amb diferències d'opinió: pots fumar i no tenir proves alterades)**