

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 socio-sanitaris: 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
- Communitat 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^a i 2^a 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 en 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 deshabituació 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
- Utilitzar els televisors de les sales d'espera dels centres de salut per passar publicitat contra el tabac.
- 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)