



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD



CONADIC

Protocolo de Reconocimiento a Espacios 100% Libres de Humo de Tabaco

México, 2019



Contenido

1. Introducción	3
2. Exposición al Humo de Tabaco	6
3. Objetivos	10
4. Contextos a los que va Dirigido	11
5. Programa “Espacios 100% LHT”	12
5.1 Procedimiento del Establecimiento que quiere Reconocerse Como 100% LHT	12
5.2 Posibles Acciones	15
5.3 Señalamientos que debe tener un Establecimiento para cumplir con la Ley General para el Control del Tabaco y su Reglamento	17
5.4 Procedimiento de la Visita de Evaluación	21
6. Recomendaciones Generales	25
7. Anexos	26
REFERENCIAS	34

1. Introducción

El consumo de tabaco y la exposición a su humo se mantienen como la primera causa de muerte prevenible a nivel mundial. Actualmente existen más de **1,000 millones de fumadores en el mundo**, de los cuales 127 millones (11.4%) viven en la Región de las Américas.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, cada seis segundos muere una persona a causa del consumo de tabaco. La mitad de los fumadores actuales, podrían morir por una enfermedad derivada del consumo de tabaco; por lo que es una de las causas de 7 millones de muertes al año a nivel mundial, de las cuales **casi un millón corresponden a personas que nunca fumaron, pero que convivían con fumadores activos.**



Si se mantienen las tendencias actuales, el consumo de tabaco matará a más de 8 millones de personas al año en 2030.

En la Región de las Américas, el tabaco es responsable de cerca de un millón de muertes al año.

El **tabaquismo es un factor de riesgo de 6 de las 8 principales causas de muerte del mundo.**

Asimismo de las **cuatro principales enfermedades no transmisibles (ENT)** más prevalentes.

- Enfermedades cardiovasculares
- Enfermedades respiratorias crónicas
- Cáncer
- Diabetes

A nivel mundial, estas enfermedades son responsables de 70% (39,5 millones) del total de muertes anuales, de las cuales 38% ocurren prematuramente, es decir, entre los 30 y los 70 años de edad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que la mortalidad atribuida específicamente al tabaco es de 12% a nivel mundial y de 16% en las Américas (17% en los hombres y 15% en las mujeres).

De las defunciones asociadas con las ENT, el tabaco es responsable de

- 15% de las muertes por enfermedades cardiovasculares
- 26% de las muertes por cáncer
- 51% de las muertes por enfermedades crónicas respiratorias

El humo de tabaco de segunda mano, es la **mezcla del humo que exhala el fumador y el humo que emana el cigarrillo encendido**. El humo que se emana del cigarrillo encendido, tiene una mayor concentración de tóxicos ya que se produce a altas temperaturas y no pasa por ningún tipo de filtro.

El humo de la combustión y el de segunda mano son nocivos y tóxicos para cualquiera que lo respire, se conforma de partículas y gases generados por la combustión del tabaco, papel y aditivos. Al consumirse libera una mezcla de más de **7,000 sustancias químicas, de las cuales al menos 250 provocan daños comprobados a la salud y de esas, al menos 60 son cancerígenas**.

La Organización Mundial de la Salud ha clasificado el humo de tabaco de segunda mano como un **carcinógeno del grupo A**, es decir, consideran que forma parte de un grupo de sustancias que, se ha demostrado, **pueden causar cáncer en el ser humano**, y que **no existe un nivel inocuo de exposición al humo de tabaco**. Cuando estas sustancias químicas entran a las partes profundas de los tejidos del cuerpo, pueden causar daños. Su cuerpo debe defenderse para reparar los daños causados cada vez que fuma.

En nuestro país se estima que anualmente **mueren poco más de 49 mil personas** por enfermedades atribuibles al tabaquismo, de estas muertes **5,659 corresponden a personas no fumadoras** pero que estuvieron expuestas al humo de tabaco.

Una de las maneras de proteger a la población de las consecuencias por la exposición al humo de tabaco es estableciendo Espacios 100% Libres de Humo de Tabaco (ELHT).



México fue el primer país en ratificar el Convenio Marco de la OMS para el control de Tabaco en 2004, este convenio establece en su artículo 8 la Protección contra la exposición al humo de tabaco, en particular, en nuestro país, la Ley General para el Control de Tabaco, establece en su Capítulo III, artículos del 26 al 28, las especificaciones para el consumo y Protección contra la Exposición al Humo de Tabaco.

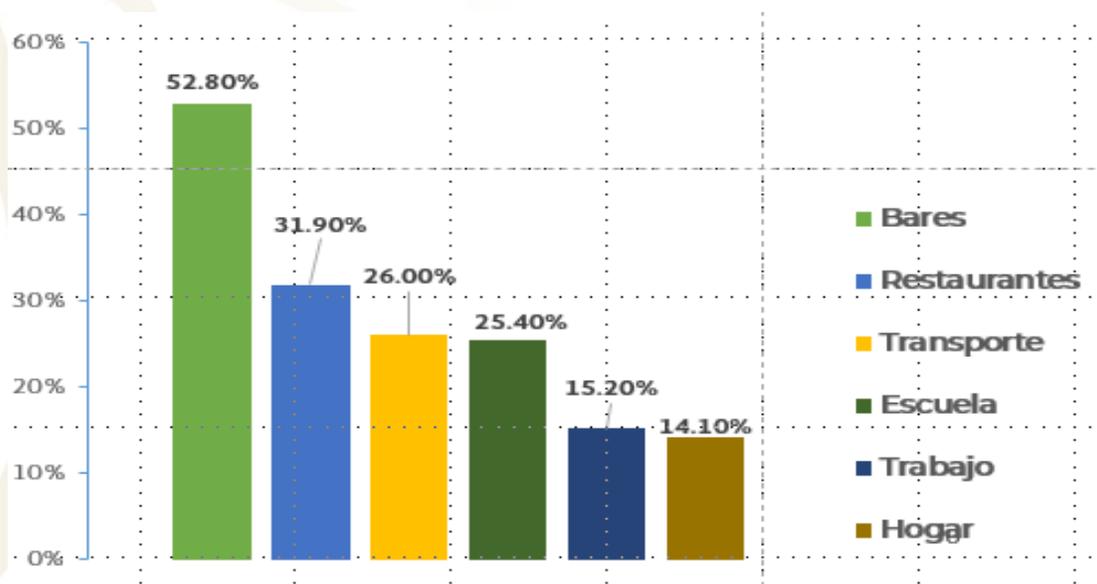
La Ley General para el Control de Tabaco, obliga al mantenimiento de Espacios Libres de Humo de Tabaco, de tal forma que, **el reconocimiento que se otorga, es una acción de fomento, no de vigilancia sanitaria.**

En el presente protocolo, se proporciona el procedimiento para reconocerse como un Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco, es decir, no deberán existir zonas de fumar. Este protocolo va dirigido a los Edificios de Gobierno, Empresas, Centros de Salud y Escuelas.

En primer lugar, se mencionan algunos datos relevantes sobre la exposición al humo de tabaco, posteriormente, se presentan los objetivos de generar Espacios Libres de Humo de Tabaco, en tercer lugar se muestran los pasos a seguir para obtener el reconocimiento, en cuarto lugar, se presentan algunas herramientas para la acción y se anexa la cédula de evaluación. Finalmente, se dan algunas sugerencias para derivar a las personas que deseen dejar de fumar y recomendaciones generales.

2. Exposición al Humo de Tabaco

El humo de tabaco, provoca enfermedades graves y, a menudo mortales, en las personas que no consumen tabaco. En nuestro país de acuerdo con los datos de la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT, 2016-2017), los lugares públicos reportados con mayor prevalencia de exposición al humo de tabaco por los no fumadores son: bares (52.8%), restaurantes (31.9%), Transporte Público (26%), Escuelas (25.4%), Trabajo (15.2%), y Hogares (14.1%).



Lugares con mayor prevalencia de exposición al humo de tabaco de segunda mano. Nacionales, ENCODAT 2016-2017

La población ha aceptado favorablemente que existan espacios 100% Libres de humo de tabaco. El **98.1% apoya la aplicación de la ley de ELHT**, incluso familias han adoptado estas medidas en sus propios hogares.

La exposición al humo de tabaco ajeno tiene un costo importante no sólo sobre los derechos de las personas sino también sobre la productividad y la atención de la salud pública, en México, el costo directo aproximado, para el sistema de salud atribuible al tabaquismo es de \$75.5 mil millones, el tabaquismo pasivo, genera un costo de \$8.6 millones.

El humo de tabaco ajeno, puede ocasionar cáncer de pulmón y de las cavidades oral y nasal, cáncer de mama en mujeres jóvenes, ataques cardíacos y además puede causar o agravar el asma.

Consecuencias para la Salud vinculadas a la exposición al humo de segunda mano.

Niños

Adultos

Enfermedad del oído medio
Síntomas respiratorios, deterioro del funcionamiento pulmonar
Enfermedad respiratoria baja
Síndrome de muerte súbita del lactante



Accidentes cerebrovasculares
Irritación nasal
Cáncer de pulmón
Cardiopatía coronaria
Efectos en la función reproductora en las mujeres: bajo peso al nacer

La exposición al humo de tabaco ajeno en una madre durante el embarazo causa el nacimiento del bebé con un peso bajo, nacimientos prematuros y el síndrome de muerte súbita del lactante. En los niños, la exposición al humo de tabaco ajeno causa diversas enfermedades como infecciones respiratorias agudas (bronquitis y neumonía), asma y aumenta el riesgo de los síntomas del trastorno asmático preexistente, causa infecciones del oído medio e inhibe la función pulmonar.

La Agencia de Protección Ambiental de California publicó un análisis exhaustivo de las pruebas científicas existentes como parte de su propuesta para determinar que la exposición al humo de tabaco ajeno es un contaminante tóxico del aire de acuerdo con el código de salud y seguridad de California, en México un estudio reveló que el humo de tabaco en los lugares donde se encuentran personas fumando muestran una pésima calidad del aire, **por lo tanto, no existe ningún nivel de exposición en el cual el humo de tabaco haya resultado ser inocuo para los seres humanos**, es decir no hay niveles seguros de exposición al humo de tabaco.

El humo de tabaco es una mezcla mortal de más de **7,000 sustancias químicas**, las siguientes son ejemplos de éstas:

SUSTANCIAS QUÍMICAS QUE CAUSAN CANCER



Formaldehído

Usado para embalsamar cadáveres



Benceno

Componente de la gasolina



Polonio 210

Material radioactivo y extremadamente tóxico

METALES TÓXICOS



Cromo

Usado en la fabricación de acero



Arsénico

Usado en pesticidas



Cadmio

Usado en la fabricación de pilas

GASES TÓXICOS



Monóxido de carbono

Componente de las emisiones vehiculares



Cianuro de hidrógeno

Usado en la fabricación de armas químicas



Amoniaco

Usado en productos de limpieza en el hogar



Pese a todo lo anterior, las estrategias y acciones que pueden ayudar a la protección a la exposición al humo de tabaco ajeno, **son eficaces, fáciles de aplicar y de bajo costo**. La Ley General para el Control de Tabaco, establece la normativa nacional para su implementación, así como para la protección a la exposición al humo de tabaco ajeno.

A continuación, se muestra el procedimiento que se puede llevar a cabo para el reconocimiento de Espacios Libres de Humo de Tabaco (ELHT).

3. Objetivos

Los beneficios de los espacios libres de humo de tabaco son múltiples y se basan principalmente en proteger a la población, sobre todo a los que no fuman, que son la mayoría, evitando la inhalación del Humo de Tabaco Ajeno y sus consecuencias para la salud.

De esta manera, lo que se pretende al establecer los ELHT, es:

Proteger la salud de los fumadores y los no fumadores de la exposición al humo de tabaco.

Disminuir el riesgo de que las personas se enfermen de padecimientos asociados con consumo de tabaco activo y ajeno: enfermedades cardiovasculares, cáncer de pulmón, labio, lengua, vejiga, enfisema, bronquitis o asma, entre otros.

Respetar el derecho de los no fumadores al convivir en áreas 100% libres de humo de tabaco.

Motivar a las personas que consumen tabaco a dejar de fumar y apoyarlos en esta decisión con diferentes alternativas.

Promover una salud integral entre todas las personas.



4. Contextos a los que va Dirigido

El procedimiento que se muestra a continuación va orientado a diferentes contextos los cuales deberán cumplir con las disposiciones de la Ley para declararse como un Espacio 100% LHT, los cuales son:

Instituciones de Gobierno

Edificios de Gobierno, Secretarías, Institutos de Gobierno

Empresas

Empresas del Sector Primario, del sector industrial, de servicios, grandes empresas, medianas, pequeñas y microempresas.

Escuelas

Primarias, Secundarias, Instituciones de educación media superior y Universidades.

Unidades del Sector Salud

Unidades Administrativas, Centros de Salud, Hospitales, Institutos de Salud

**¿A quién
va
dirigido?**

5. Programa “Espacios 100% LHT”

El objetivo de este programa es el de reconocer como “Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco” a todos aquellos lugares, donde existan evidencia tanto de la ausencia del acto de fumar en las instalaciones, como de protección a los no fumadores, a través de la observación dirigida y el interrogatorio a informantes claves.

El beneficio directo al espacio es cumplir con la Ley General para el Control de tabaco, que obliga al mantenimiento de ELHT y a su vez, se considere como un espacio responsable con el medio ambiente y la salud de las personas.

5.1 Procedimiento del Establecimiento que quiere Reconocerse Como 100% LHT

El reconocimiento como “Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco” se otorgará a cada espacio que cumpla con los siguientes requisitos, de conformidad con el siguiente **procedimiento**:

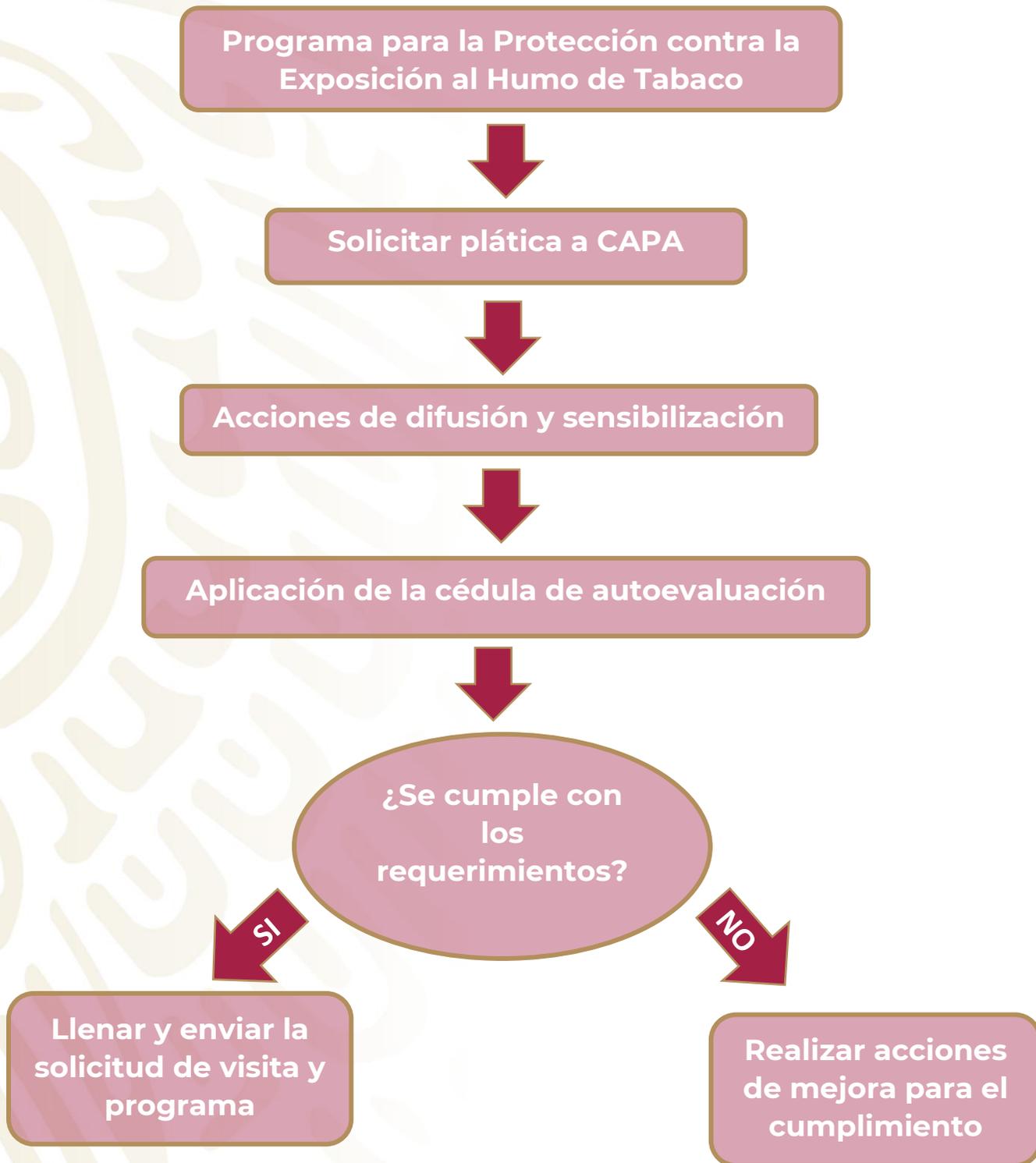
1. Contar con un Programa para la Protección contra la Exposición al Humo de tabaco y designación del responsable del mismo. Debe incluir:
 - a. Objetivo
 - b. Responsable del Programa
 - c. Acciones de difusión del programa (carteles, folletos)
 - d. Acciones de información y sensibilización sobre los riesgos del consumo de tabaco y de la exposición al humo de tabaco.
 - e. Acciones para conmemorar el Día Mundial Sin Tabaco
 - f. Acciones de monitoreo de Espacios 100% LHT
 - g. Seguimiento
2. Solicitar una sesión informativa al Centro de Atención Primaria en Adicciones (CAPA) más cercano.
3. Realizar acciones de difusión y sensibilización sobre los riesgos del consumo de tabaco y la exposición al humo de tabaco, a través de folletos, dípticos, volantes, carteles, periódico mural, proyección de videos, etiquetas, mensajes de difusión, cuadernillos.
4. Colocar en las entradas principales del espacio, un cenicero y un letrero con la leyenda “Apaga tu cigarro a cualquier otro producto de tabaco antes de entrar”.

5. Colocar en el interior de espacio, letreros, logotipos y emblemas que muestren que está prohibido fumar en ese lugar (Ver apartado 5.3).
6. Una vez difundido e implementado el Programa para la Protección y las acciones de sensibilización contra la Exposición al Humo de Tabaco, el responsable del mismo se encargará de aplicar la cédula de evaluación (Anexo 1). La aplicación de esta cédula permitirá identificar si se cumple con los requerimientos necesarios para que el inmueble pueda hacerse acreedor al Reconocimiento como “Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco”.
7. Si se obtiene una calificación aprobatoria de esta cédula, el responsable del Programa llenará y enviará la solicitud de visita para reconocerse como un Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco (Anexo 4) junto con el Programa para la Protección contra la Exposición al Humo de tabaco. Para la ciudad de México se deberá enviar al correo: conadic.tabaco@gmail.com
8. Cualquier instancia interesada en ser reconocida como un Espacio 100% LHT, deberá dirigir la solicitud al CECA de su entidad.

Toma Nota:

- 
- ✓ El Espacio es 100% LHT, por lo que no debe existir ninguna zona para fumar.
 - ✓ El cenicero de pie de puerta deberá estar alejado lo suficiente de la puerta de entrada con el objetivo de que el humo de tabaco no entre al espacio.
 - ✓ Dentro de los límites del inmueble, accesos, estacionamientos, jardines, y terrazas incluidos, no podrá existir zonas para fumar.
 - ✓ Los baños y los accesos al espacio también deberán de estar libres de humo, por lo tanto, no deberá haber ceniceros
 - ✓ En las entradas y en el interior de los mismos, deberán existir Las señalizaciones y letreros que den a conocer que es un ELHT.

PROCEDIMIENTO DEL ESTABLECIMIENTO QUE QUIERE RECONOCERSE COMO 100% LHT



5.2 Posibles Acciones

Las acciones para para implementar las actividades de sensibilización y difusión, deben de ser planteadas de acuerdo con las condiciones existentes en cada espacio, involucrando a todos los miembros e intentando alcanzar objetivos reales, priorizando la contribución a mejorar la salud de las personas.

Designa a un Responsable

Cada espacio deberá contar de menos con un responsable quien llevará acabo las siguientes acciones:

- Elaborar un programa de Espacio 100% libre de humo, que incluya acciones de difusión, sensibilización e información sobre los riesgos del consumo de tabaco, también de detección y en su caso derivación de casos de consumo de tabaco, así como de promoción de espacios libres de humo de tabaco y denuncia de violación al mismo.
- Investigar si existe normatividad vigente dentro de la Institución acerca de la prohibición de fumar.
- Evaluar el cumplimiento (o la problemática limitante) de la normatividad vigente.
- Fijar las metas y delinear una estrategia de acción.
- Diseñar la estrategia de trabajo y de comunicación tomando en cuenta la cultura institucional para que las intervenciones sean exitosas.

Toma nota

- 
- ✓ El responsable tiene el objetivo de sensibilizar a los miembros del espacio sobre las ventajas que tiene reconocerse como 100% LHT.
 - ✓ Resaltar las ventajas que tiene no fumar y no exponerse al humo de tabaco.
 - ✓ Comentar que existen diferentes lugares donde pueden recibir atención si desean dejar de fumar.
 - ✓ Puedes pedir asesoría de apoyo a los Centros de Atención Primaria en Adicciones de tu municipio más cercano.

Pláticas Informativas

- Una buena herramienta son las pláticas informativas, en las cuales se abordarían temas como: ¿Qué es el tabaco?, epidemiología y daños a la salud en fumadores y no fumadores, relación con otras adicciones, efectos de la publicidad, tratamientos y estrategias para dejar de fumar. Así mismo, se pueden abordar temas al respecto de las ganancias de no exponerse al humo de tabaco.
- Estas pláticas se pueden programar con el apoyo del personal del Centro de Atención Primaria en Adicciones (CAPA), más cercano a su localidad. Para ubicarlo, puede llamar a la Línea de la Vida: 01 800 911 2000.

Difusión de Material de Apoyo

- La difusión de los materiales de apoyo, relacionados al tabaquismo y con mensajes positivos, pueden ser muy efectivos. Es conveniente utilizar materiales informativos, atractivos y constructivos, por ejemplo folletos, dípticos, volantes, carteles, periódico mural, proyección de videos, etiquetas, mensajes de difusión, cuadernillos, por mencionar algunos. Puede encontrar materiales específicos y descargarlos de la página: www.gob.mx/salud/conadic

Talleres sobre el consumo de tabaco

- Las personas que consumen tabaco, lo hacen por diversos motivos y muchas veces piensan que consumir es la única alternativa que tienen para sentirse bien. Los talleres ofrecidos por un experto en adicciones, pueden apoyar a hacerles saber que existen diversas alternativas para afrontar el consumo de tabaco (Anexo 5).

5.3 Señalamientos que debe tener un Establecimiento para cumplir con la Ley General para el Control del Tabaco y su Reglamento.

Se define como letrero al conjunto de palabras escritas para informar a la población respecto a la restricción, los daños y la prevención del consumo de tabaco, y como señalamiento al conjunto de elementos en los que se combina una forma geométrica, un color de seguridad, un color contrastante, un símbolo y un texto, con el propósito de que la población identifique los mensajes de restricción, información y prevención.

Las categorías de letreros y señalamientos son las siguientes:



Restrictivos

Son aquellos que tienen por objeto prohibir y/o limitar la acción de fumar.

Informativos

Aquellos en los que se da a conocer las consecuencias que tiene la acción de fumar, tanto para los fumadores activos, como para los no fumadores expuestos al humo de tabaco ambiental.



Preventivos

Aquellos que de manera anticipada estimulen a la población para evitar el riesgo de fumar o de exponerse al humo de tabaco ambiental.

Ubicación de los letreros, según categoría

Restrictivos

Deberán ubicarse en lugares visibles de las áreas de acceso al público y en espacios cerrados, en los elevadores, en las puertas de acceso, los túneles, las cabinas, oficinas, palcos, etcétera.

Informativos y Preventivos

Del mismo modo que los restrictivos, deberán ubicarse en lugares visibles, en áreas de información y atención al público, pasillos, túneles, elevadores, entre otros.

Vigencia y rotación

Los letreros deberán mostrarse de manera permanente, como lo establece la Ley; las leyendas de los letreros preventivos e informativos deberán rotarse, considerando siempre los que se incluyan en el programa.

Medidas

El criterio para establecer las dimensiones mínimas de señalización, es la distancia de visualización que hay entre el observador y el lugar donde se ubicará el señalamiento, que es independiente de la dimensión total del establecimiento, mismo que podrá cubrirse con varios señalamientos.

Material

Los materiales de señalización deben tener una calidad que garantice su visualización, soportar un mantenimiento que permita conservarlos en buenas condiciones tanto de color, forma y acabado, además deben permitir ser observables bajo cualquier condición de iluminación y dichos materiales no deben ser nocivos para la salud. Cuando la señal o aviso sufra un deterioro que impida cumplir con el cometido para la cual se creó, deberá ser reemplazado.

Puntos a Evaluar:

En los accesos principales del espacio se cuenta con letreros con la leyenda

“APAGA TU CIGARRO O CUALQUIER PRODUCTO DE TABACO ANTES DE ENTRAR”



Señalamiento visible en los accesos al establecimiento que indique que **se trata de un espacio 100% libre de humo de tabaco.**



En la parte inferior del letrero “APAGA TU CIGARRO O CUALQUIER PRODUCTO DE TABACO ANTES DE ENTRAR” **se cuenta con ceniceros (depósito de colillas de tabaco).**



Letreros en el interior del establecimiento con el **número telefónico para denuncias en caso de incumplimiento** de la Ley General para el Control del Tabaco y su Reglamento

Letreros al interior que contengan leyendas de advertencia sobre el incumplimiento de la prohibición de fumar en espacios 100% libres de humo de tabaco



Señalamiento o letrero en el interior del establecimiento que se trata de un espacio 100% libre de humo de tabaco.

En el interior existen letreros, logotipos o emblemas visibles que indique la prohibición de fumar en espacios 100% libre de humo de tabaco



Nota: Los espacios que se quieran reconocer pueden ajustar la señalética, colocándole los logotipos de su institución, estos ejemplos de señalética fueron tomados de la página de la Comisión Federal para la Protección de Riesgos Sanitarios (COFEPRIS)

https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/167482/se_aletica_tabaco_establecimientos.pdf

5.4 Procedimiento de la Visita de Evaluación

1. Una vez realizado el envío de la solicitud de visita y el Programa para la Protección contra la Exposición al Humo de Tabaco, la autoridad competente recibirá y programará la visita de evaluación al espacio.
2. La visita de evaluación estará a cargo de un Responsable, que durante la visita
 - Aplicará la Cédula de Criterios para el “Reconocimiento de Espacios 100% Libres de Humo de Tabaco” (Anexo1).
 - Verificará que en las entradas principales del espacio exista un cenicero y un letrero visible con la leyenda: “Apaga tu cigarro a cualquier producto de tabaco antes de entrar”.
 - Recorrerá todo el inmueble incluyendo áreas interiores como oficinas de los mandos medios y superiores, cubículos, elevadores, baños, almacenes, cocinas, además de las áreas exteriores como jardines, pasillos, terrazas, azoteas y estacionamientos, para establecer si existen en el inmueble indicios de uso de tabaco.
 - Corroborará el contenido del Programa para la Protección contra la Exposición al Humo de Tabaco y verificará la difusión de los materiales de sensibilización sobre el consumo y la exposición al humo de tabaco.
 - Verificará que los letreros, logotipos y emblemas que se coloquen en el interior del edificio, deberán incluir un número telefónico para que se pueda hacer una denuncia por incumplimiento a la Ley General para el Control del Tabaco (LGCT), su Reglamento y demás disposiciones aplicables.

Nota: Los números que pueden incluirse con los siguientes:

- ✓ Centro de Atención Ciudadana Contra las Adicciones “La línea de la Vida” 01 800 911 2000
- ✓ Comisión Federal para la Protección de Riesgos Sanitarios (COFEPRIS) 01 800 033 5050
- ✓ Además de poder agregar un número interno

3. Con la finalidad de conocer el nivel de conocimiento sobre las acciones de sensibilización y difusión por parte de los empleados, directivos, mandos medios y personal en general:

- Interrogará en forma aleatoria a una muestra representativa de la población que convive en el espacio a reconocerse (informantes clave), integrada por usuarios de los servicios (estudiantes, pacientes, clientes, proveedores, etc.), del personal operativo (enfermeras, médicos, empleados, profesores, obreros, prestadores de servicio social, intendentes, secretarias, vigilantes, etc.), mandos medios (jefes de departamento, subdirectores, gerentes, directivos, supervisores, etc.) (Anexo 2).

4. Finalizada la visita, el responsable, emitirá una evaluación, que puede ser aprobatoria o no aprobatoria.

Es importante considerar que para otorgar una calificación aprobatoria:

- Cualquier indicio de consumo de tabaco en áreas cerradas o al aire libre, impedirá que el espacio se haga acreedor al reconocimiento.
- Si alguno de los informantes clave, comenta que ha visto fumar dentro del espacio o señala indicios de incumplimiento de lo establecido por la LGCT, no se podrá otorgar el reconocimiento.

En caso de que la evaluación sea aprobatoria, se programará con el establecimiento la fecha para la entrega del reconocimiento correspondiente.

Si el espacio obtiene una evaluación no aprobatoria, el Comité verificador:

- Entregará un informe con las observaciones pertinentes para que el encargado del programa, implemente las acciones correctivas correspondientes.
- Una vez corregidas las anomalías el responsable aplicará la cédula de autoevaluación y en caso de obtener una calificación aprobatoria, solicitará la segunda visita de evaluación que permita confirmar la corrección de las deficiencias identificadas, de conformidad con el procedimiento descrito.

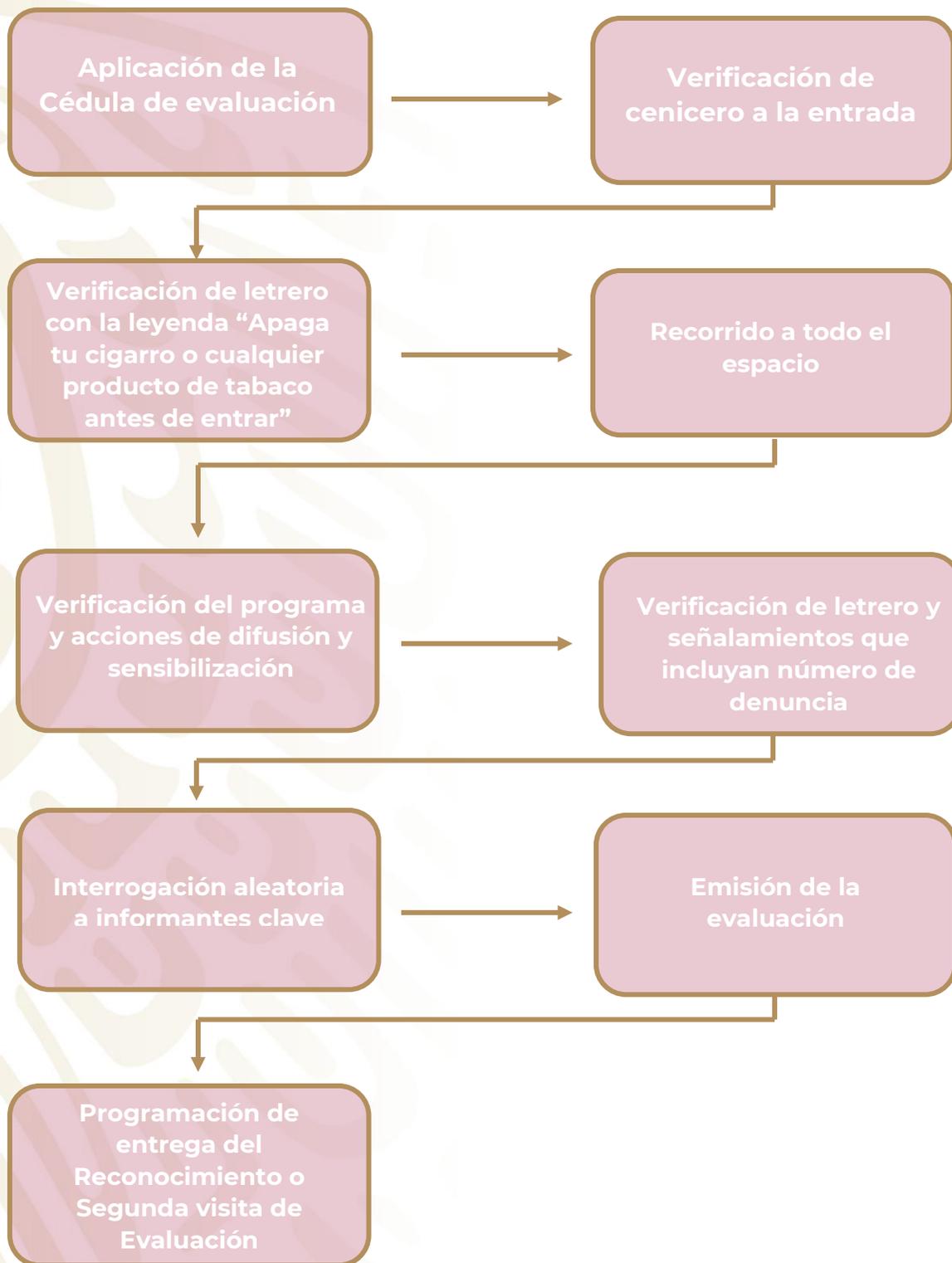


- Es indispensable que en la segunda visita de evaluación al espacio, se obtenga un resultado aprobatorio de la aplicación de la cédula para poder aspirar al reconocimiento, de no ser así, se verificará la causa y se otorgará las alternativas y soluciones para obtener el reconocimiento.

La autoridad correspondiente, programará la entrega del reconocimiento de “Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco”.

- El reconocimiento como “Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco” es individual y se otorga a cada espacio que cumpla con los requisitos.

Procedimiento de la Visita de Evaluación





6. Recomendaciones Generales

- No estigmatizar a las personas que fuman.
- Recomendar claramente “dejar de fumar”, hacer énfasis en las ventajas personalizadas.
- Ofrecer y apoyar a las personas con programas de ayuda para dejar de fumar.
- Brindar asesoría al fumador que quiere dejar de fumar.
- Difundir entre el personal la Centro de Atención Ciudadana Contra las Adicciones “La línea de la Vida” 01 800 911 2000, que funciona las 24 hrs. del día, durante los 365 días del año, en donde se les brindará orientación, intervención breve y, en caso necesario, se les canalizará a la unidad de atención más cercana
- Solicitar a la Comisión Estatal contra las Adicciones y al SICECA de su entidad, información y material sobre tabaquismo adaptado a las necesidades específicas de cada empresa. Así como las bases operativas para desarrollar un Programa de Promoción de la Salud en tabaquismo.

7. Anexos



Anexo 1 Cédula de Evaluación

FECHA: _____

FOLIO: _____

NOMBRE DEL ESPACIO: _____

DIRECCIÓN DEL ESPACIO: _____

No.	Especificación	Respuesta		Cal.	Observaciones
		Sí	No		
1	¿Existe en las instalaciones algún Programa para la Protección contra la Exposición al Humo de Tabaco?	1	0		
2	¿Existen acciones de difusión y sensibilización sobre los riesgos asociados al consumo y a la exposición del humo de tabaco?	1	0		
3	¿Existe un cenicero a la entrada de las instalaciones?	1	0		
4	¿Existen avisos o símbolos visuales?	Que muestren la leyenda "Por favor, apague su cigarrillo antes de entrar", al acceso de las instalaciones"	1	0	
		Que muestren que es un espacio 100% LHT al acceso de las instalaciones	1	0	
		Que muestren que es un espacio 100% LHT al interior de las instalaciones	1	0	
		Que muestren la Prohibición de fumar al interior de las instalaciones	1	0	
		Que muestren el número para realizar denuncias	1	0	
	Que muestren Leyendas de advertencia sobre el incumplimiento de la prohibición de fumar	1	0		
5	¿Existen en el espacio indicios de uso de tabaco o personas fumando (ceniceros, colillas, olor a humo de tabaco)?*	0	1		
6	¿A las personas fumadoras se les ofrece o sugiere atención especializada para dejar de fumar?	1	0		
7	¿Existen mecanismos para denunciar el incumplimiento del Programa?	1	0		
Puntuación Total					

Puntaje 0-7: No se otorga reconocimiento (Se podrá realizar segunda visita).

Puntaje 8-12: Se otorga reconocimiento (*En caso de marcar la opción "Sí", no se podrá reconocer el espacio como 100% libre de humo de tabaco y habrá de programarse una segunda visita)

Anexo 2 Interrogatorio a Informantes Clave Cuestionario

Para este segundo criterio, el responsable de la visita hará una serie de preguntas para obtener información sobre:

Fecha _____

Informante clave: usuario de servicio () personal operativo () mando medio ()

Edad _____ Género _____

Ocupación _____

Fuma _____ Cuántos fuma por día _____

N°	Pregunta	Respuesta	
1	En los últimos 30 días, ¿Le han dado a conocer las acciones que se han llevado a cabo sobre el consumo de tabaco y/o exposición al humo de tabaco?	(Sí)	(No)
2	En los últimos 30 días, ¿Ha visto fumar a alguna persona dentro de este espacio o indicios de consumo, por ejemplo colillas, olor a humo, ceniceros?	(Sí)	(No)
3	¿Ha visto los símbolos sobre la prohibición del consumo de tabaco en este espacio?	(Sí)	(No)
4	¿Sabe que existe un número de denuncia en caso del incumplimiento sobre el consumo de tabaco?	(Sí)	(No)

- Deberá a aplicarse a informantes clave (usuarios de servicio, personal operativo, personal de mando medio) con una muestra representativa en relación con el espacio a reconocerse.
- El cuestionario sólo es un parámetro de referencia para la cédula, por lo tanto no existe un puntaje mínimo aprobatorio, sin embargo, en caso de que algún informante conteste afirmativamente la pregunta número 2, se cancelará el proceso de reconocimiento y habrá de programarse una segunda visita, en un plazo no menor a quince días naturales.

Toma nota

- ✓ El cuestionario, tiene el objetivo de conocer las características del espacio, no es una evaluación del personal y no tendrá ninguna repercusión con el empleo. Si el espacio no cuenta con algún tipo de informante clave se pondrá No aplica (NA)



Anexo 3 Criterios de Calificación

Para recibir el reconocimiento, se tomarán en cuenta dos criterios de evaluación:

1. Cédula de evaluación (observación dirigida).
 - Se deberá de obtener un puntaje de 8 a 12 puntos.
2. Interrogatorio a informantes clave
 - Los informantes clave deberán de señalar el cumplimiento de las preguntas del cuestionario.

La no obtención del reconocimiento, tomará en cuenta los dos criterios anteriores y será cuando:

- Se obtenga un puntaje de 0 a 7 puntos en la cédula de evaluación.
- Si existen indicios de uso de tabaco en correspondencia con la pregunta 5 de la cédula de evaluación.
- Uno o más de los informantes clave responde al incumplimiento de la pregunta dos del cuestionario

Toma Nota:

- ✓ Recuerda que si no se cumple alguno de los criterios de evaluación, SE PROGRAMARÁ UNA SEGUNDA VISITA.
- ✓ Recuerda que se trata de una actividad de fomento sanitario no de sanción, por lo cual realiza las recomendaciones para obtener el reconocimiento





Anexo 4 Solicitud de Visita

Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco
Solicitud de Reconocimiento

FOLIO: _____

Fecha:	
Nombre Legal	
Nombre comercial	
Sector*	<input type="checkbox"/> Sanitario <input type="checkbox"/> Educativo <input type="checkbox"/> Gobierno <input type="checkbox"/> Recreativo/Cultural <input type="checkbox"/> Deportivo <input type="checkbox"/> Alojamiento <input type="checkbox"/> Industrial o Comercial <input type="checkbox"/> Terminales de Transporte <input type="checkbox"/> Económico
Tipo de Espacio	
Dirección	
Colonia	
Delegación / Municipio	
Entidad Federativa	
Teléfono	
Correo electrónico	
Nombre de la persona que solicita el reconocimiento	
Nombre de la persona que será el responsable sanitario	
Entregó programa de ELHT:	SI NO



Espacio 100% Libre de Humo de Tabaco

*Catálogo de Sectores

1. Sanitario: Centros de salud, Centros de Asistencia Social, Hospitales, Consultorios Médicos, etc.
2. Educativo: Guarderías, Jardines de Niños, Primaria, Secundaria, Bachillerato, Universidades, Institutos, Centros de Investigación Científica, etc.
3. Gobierno: Secretarías, Subsecretarías, Edificios de Gobierno, Municipios, Cabeceras Municipales, Legislaturas, Edificios delegaciones, etc.
4. Recreativo/Cultural: Teatros, Cines, Centros de Entretenimiento, Museos, Salas de conciertos, Ferias, etc.
5. Deportivos: Estadios, Boliches, Clubes deportivos, Gimnasios, etc.
6. Alojamiento: Hoteles, Moteles, y Hostales.
7. Industria o Comercio: Restaurantes, Bares, Cantinas, Discotecas o Antros, laboratorios, Empresas, Fábricas, Farmacias, etc.
8. Terminales de Transporte: Aeropuertos, Terminal de Autobuses, Trenes, Metro, Metrobus, Suburbano, Sitios de taxi, etc.
9. Económico: Casa de Bolsa, Bancos, Casas de Cambio, Financiaras, Aseguradoras y Afianzadoras.

Anexo 5 Opciones de cómo motivar a las personas para que acudan a atención para dejar de fumar

- Si deja de fumar, respirará mejor y se sentirá mejor. Toserá menos que las personas que siguen fumando. Se sorprenderá de cuánto más fácil es realizar actividades.
- Las personas con diabetes que dejan de fumar controlan mejor sus niveles de azúcar en la sangre.
- A los 20 minutos, la presión arterial, la frecuencia cardíaca y la temperatura del cuerpo se normalizan.
- Luego de 8 horas, el oxígeno alcanza los niveles adecuados, permitiendo que la respiración sea más profunda y que los pulmones se oxigenen mejor.
- Después de 72 horas, se respira mejor. Se incrementa la capacidad pulmonar y se beneficia la función bronquial. Mejora el sentido del gusto y del olfato.
- De 15 días a 3 meses después, disminuye la tos, el cansancio y la sensación de ahogo y fatiga, así como las infecciones respiratorias. Mejora la circulación sanguínea y el funcionamiento de los pulmones.
- Después de 9 meses se reduce notablemente la tos, la congestión y la sensación de falta de oxígeno.
- De 10 a 15 años sin fumar: disminuyen las probabilidades de desarrollar cáncer pulmonar, de vejiga, de boca, de laringe y las enfermedades del corazón.
- Algunos beneficios adicionales son que tú y tu ropa dejará de oler a humo de tabaco; además aumentará tu capacidad para realizar actividades físicas y mejorará tu economía.
- A los 5 años después de dejar de fumar, su probabilidad de padecer de cáncer de boca, garganta, esófago y vejiga disminuye en la mitad.
- Dejar de fumar incluso después de los 65 años, puede añadir años a su vida.

Comenta que existen alternativas en lugar de consumir tabaco:

- Asistir a atención para dejar de fumar.
- Hablar con familiares y/o amigos sobre el intento para dejar de fumar.
Pensar en las razones para dejar de fumar.
- Romper las rutinas, por ejemplo habla por teléfono, párate/siéntate/camina/cambia de cuarto.
- Toma una pluma en la mano.
- Tomar descansos en el trabajo: Ir a donde no están los fumadores. Ir a caminar, leer un libro, tomar agua, contestar un crucigrama.
- Planear nuevas actividades, leer un libro, practicar algún deporte, hablar con amigos, entre otras.
- Tomar café o té: Cambiar de bebida por una que no contenga cafeína, por ejemplo café descafeinado o refrescos sin cafeína.

Toma Nota:

- 
- ✓ Las personas que reciben asesoría tienen más probabilidad de tener éxito que las que tratan de dejar de fumar por sí solas.
 - ✓ Los profesionales de la salud, pueden apoyar a preparar un plan para dejar de fumar.
 - ✓ Los primeros días son los más difíciles de sobrellevar. Los síntomas físicos de la adicción a la nicotina acaban unas 3 semanas después de dejar de fumar



REFERENCIAS

- **California Environmental Protection Agency**, Air Resources Board and Office of Environmental Health Hazard Assessment, Air Toxicology and Epidemiology Branch. Proposed Identification of Environmental Tobacco Smoke as a Toxic Air Contaminant, SRP Approved Version. California EPA; June 24, 2005. Recuperado de: <http://www.arb.ca.gov/toxics/ets/finalreport/finalreport.htm>
- **Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU** Informe de la Cirujana General de los Estados Unidos: El humo del tabaco causa enfermedades: cómo le afecta a usted. Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS), Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud, Oficina de Tabaquismo y Salud, 2010.
- **Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU**. Las Consecuencias del Tabaquismo en la Salud: 50 años de Progreso; Informe de la Dirección General de Servicios de Salud de los EE. UU. Atlanta, GA: Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud, Oficina de Tabaquismo y Salud, 2014.
- **Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz**; Instituto Nacional de Salud Pública, Comisión Nacional Contra las Adicciones, Secretaría de Salud. Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco 2016-2017: Reporte de Tabaco. Reynales-Shigematsu LM, Zavala-Arciniega L, Paz-Ballesteros WC, Gutiérrez-Torres DS, García-Buendía JC, Rodríguez-Andrade MA, Gutiérrez-Reyes, J., Franco-Núñez, A., Romero-Martínez, M. y Mendoza-Alvarado, L. Ciudad de México, México: INPRFM; 2017.
- **International Agency for Research in Cancer**. Involuntary Smoking. IARC Monograph VOL: 83. IARC; 2002. Recuperado de: <http://monographs.iarc.fr/htdocs/monographs/vol83/02-involuntary.html>
- **Jackson, A.**, Bleymann, K., Lyall, E., Aslam, F. Singh, T., Chowdhury, I., Daouda, E., Espinosa, M., Romo, J., Singh R. y Semple, S. (2016). Low-Cost Air Quality Monitoring Methods to Assess Compliance With Smoke-Free Regulations: A Multi-Center Study in Six Low and Middle-Income Countries. *Nicotine & Tobacco Research*. 00 (0), 1-7.
- **Organización Mundial de la Salud**. (2015). Nota descriptiva n.º 339. Abril de 2015. Recuperado de: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/es/>
- **Organización Panamericana de la Salud**. Informe sobre el control del tabaco en la Región de las Américas, 2018. Washington, D.C.: OPS; 2018.
- **Pichon-Rivere A**, Reynales-Shigematsu L M, Bardach A, Caporale J, Augustovki F, Alcaraz A, Caccavo F, Sáenz de Miera-Juárez B, Muños-Hernández J A, Gallegos-Rivero V, Hernández-San Román E. carga de Enfermedad Atribuible al Tabaquismo en México. Documento Técnico IECS N° 10. Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria, Buenos Aires, Argentina, 2013.
- **World Health Organization**. WHO Global Report: Mortality Attributable to Tobacco. Geneva: WHO; 2012.

NORMATIVIDAD APLICABLE

1. Ley general de Salud, Recuperada de: http://www.salud.gob.mx/unidades/cdi/legis/lgs/LEY_GENERAL_DE_SALUD.pdf
2. Ley General para el Control del Tabaco. Recuperada de: http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/ley_general_tabaco.pdf
3. Reglamento de la Ley General para el Control del Tabaco. Recuperada de: <https://www.gob.mx/indesol/documentos/reglamento-de-la-ley-general-para-el-control-del-tabaco>