

Hospital de l'Esperit Sant Sense Fum

Butlletí informatiu

Núm. extraordinari

El dia 31 de gener vam complir 5 anys com a **hospital sense fum**

L'Hospital de l'Esperit Sant de Santa Coloma de Gramenet va ser el primer hospital del Barcelonès Nord que va signar un conveni d'adhesió a la **Xarxa d'Hospitals Sense Fum** en col·laboració amb l'Institut Català d'Oncologia (ICO), per dur a terme un programa de regulació i limitació del consum de tabac a l'interior del centre hospitalari.

L'esmentat programa estava basat en el consens entre els professionals fumadors i no fumadors de l'Hospital per aconseguir un hospital lliure de fum de tabac. Preveia accions informatives, proporcionava ajudes per deixar de fumar i establí una política d'educació sanitària per informar sobre els inconvenients del consum de tabac i els riscos per a la salut.

El projecte va tenir el seu tret sortida el 31 de gener de 2003. Ara fa 5 anys. Durant aquest temps, l'Hospital ha treballat en polítiques per assegurar un ambient sense fum, en la formació i la sensibilització dels professionals sanitaris sobre el problema del tabaquisme i en l'activació de programes de cessació tabàquica.

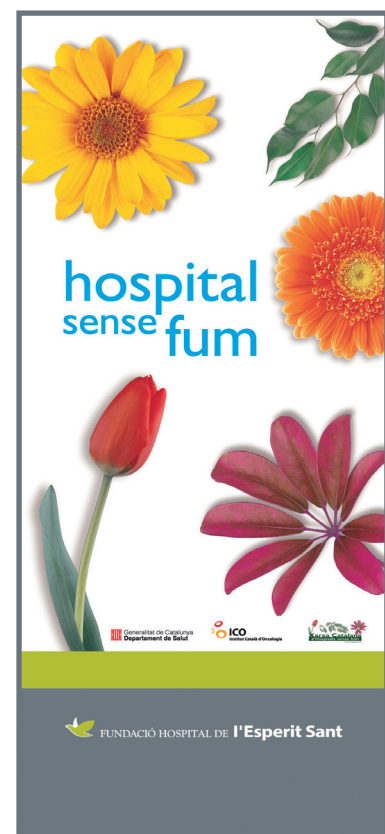
Fa tot just dos anys de la Llei 28/2005, dos anys que han marcat un punt d'inflexió pel que fa a la regulació del tabaquisme al nostre país, en especial en l'àmbit de la promoció i la publicitat, la distribució i l'extensió dels espais sense fum a tots els centres, serveis i establiments sanitaris, així com a tots els centres de treball tancats. El nostre Hospital ha continuat treballant en la mateixa línia.

Aquesta tasca ha estat avaluada anualment amb els estàndards proposats per la Xarxa Europea d'Hospitals sense Fum i s'ha anat certificant en funció del grau de qualitat assolit segons els diferents indicadors del compliment de les polítiques i intervencions de control del tabaquisme.

El 2006 el nostre Hospital va rebre el certificat d'acreditació de centre adherit a la Xarxa d'Hospitals sense Fum amb la categoria de bronze, i el 2007, amb la d'argent.

Ara, aprofitant la celebració d'aquest 5è aniversari, l'Hospital engega una nova campanya informativa: es col·locarà una nova senyalització amb els diversos materials gràfics corporatius relacionats amb la Xarxa Catalana d'Hospitals sense Fum, es posaran uns grans cendrers a les entrades principals de l'Hospital per apagar les cigarretes i per fer evidents les nostres saludables intencions i es continuaran reforçant els projectes de deshabituació del tabac orientats tant als professionals com als usuaris.

L'Hospital de l'Esperit Sant és un centre de referència en el nostre entorn, tant en els aspectes tècnics com en els humans. Aquest projecte està en la línia de la voluntat de l'Hospital d'adequar-se a les necessitats de la medicina actual i dels usuaris d'avui.



El nostre Hospital disposa d'una Unitat Especialitzada en Tabaquisme (UET)

En el nostre Hospital disposem d'una unitat de deshabitució del tabac des de l'any 1994. En un inici, aquesta unitat oferia serveis als professionals del centre, però aviat es va fer extensiva als usuaris de l'Hospital. Aleshores comptava amb dos metges especialistes en pneumologia, el Dr. Bugés i el Dr. Rodríguez Flores.

A principi del 2006, es crea la Unitat Especialitzada en Tabaquisme (UET), que incorpora en aquest grup de treball una infermera, la Sra. Montse Llivina, i també un tercer pneumòleg, el Dr. Gómez Iglesias, per tal de treballar en l'estratègia terapèutica elaborada per la

Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR), consistent a seguir les pautes i els tractaments més habituals per deixar de fumar, com són: els pegats, els comprimits i els xiclets de nicotina, així com altres medicaments com el bupropion i la vareniclina. El seu esforç està en la personalització dels tractaments segons les característiques que presenta el pacient.

Actualment, des de l'any 2005, aquesta unitat participa en dos projectes de deshabitució del tabac subvencionats per l'Institut Català d'Oncologia del Servei Català de la Salut (ICO), un destinat als pacients

mentre resten ingressats al nostre Hospital i un altre destinat als professionals del centre.

A més a més, la UET ha col·laborat en accions formatives adreçades als professionals del centre i als alumnes de la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona, així com en accions informatives de salut pública adreçades a la població en general en col·laboració amb l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet, amb participació en els mitjans de comunicació escrits i audiovisuals locals.

Activitat de la UET

La unitat de deshabitució del tabac que es va iniciar el 1994 va aconseguir un 22% d'èxit en l'abandonament del tabac per part dels pacients que havia visitat.

El 1994 es va aconseguir un 22% d'èxit en l'abandonament del tabac; actualment l'èxit és d'un 25%.

Aquestes dades han estat millorades des de la creació de la UET, que té un èxit de deshabitució del 25 % dels pacients atesos i d'un 40% pel que fa als professionals de l'Hospital.

Set raons per les quals l'Hospital de l'Esperit Sant és un hospital sense fum

Per salut. El tabac és responsable de nombroses malalties: pulmonars, cardiocirculatories i canceroses. Estadísticament, el 50% dels fumadors perden entre 15 i 20 anys de vida.

Per complir amb la legislació vigent. La Llei 28/2005 de 26 de desembre, prohibeix la venda, el subministrament i el consum de tabac als centres, serveis i establiments sanitaris.

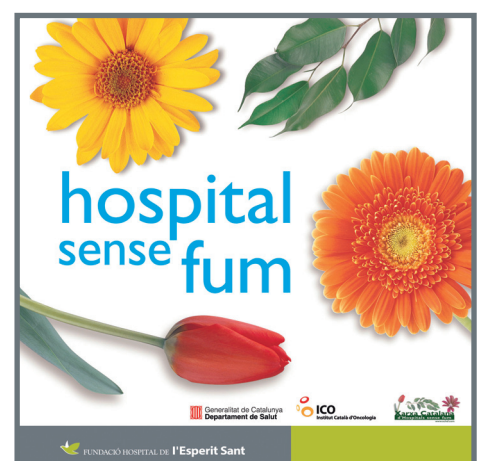
Per respecte. El fum pot molestar i perjudicar les persones de l'entorn (pacients, familiars, treballadors, etc.).

Per millorar la convivència. El fum molesta i es poden provocar situacions que violenten les relacions personals entre els fumadors i els no-fumadors.

Per higiene. El fum, la cendra i les burilles embruten.

Per seguretat. Les cigarretes són inflamables i poden originar incendis.

Per compromís. Com a centre sanitari, la nostra imatge és el millor exemple de compromís amb la salut de la població.



Estudis realitzats sobre l'hàbit del tabac entre els professionals del nostre centre

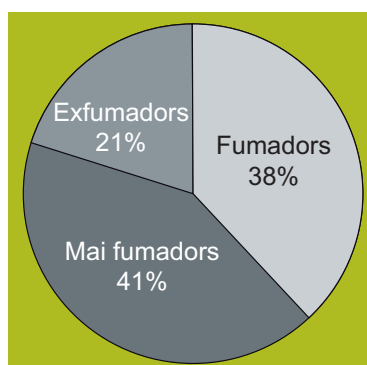
Hem efectuat durant els darrers anys tres enquestes sobre la prevalença del tabaquisme en els professionals de l'Hospital (2002, 2004 i 2007).

Els resultats ens fan observar el treball de fons de la Unitat Especialitzada en Tabaquisme (UET), quant a la disminució d'aquest hàbit entre els professionals del nostre centre.

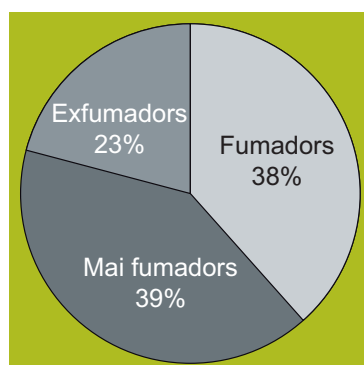
Enquestes realitzades al 2002, 2004 i 2007.

Distribució de l'hàbit de tabac

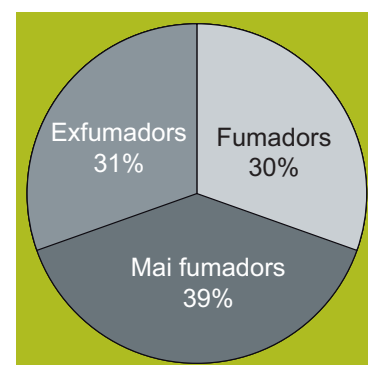
2002



2004

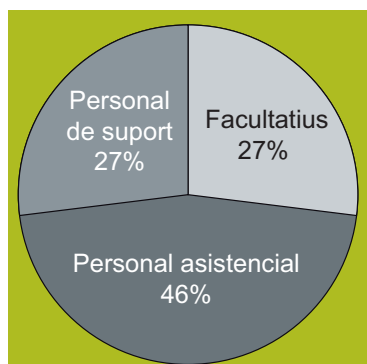


2007

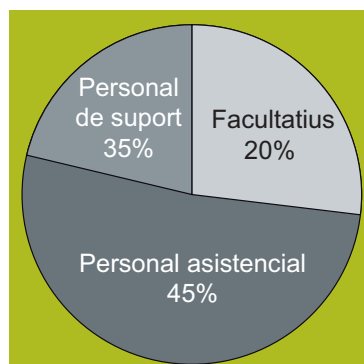


Distribució per col·lectius de l'hàbit tabàquic

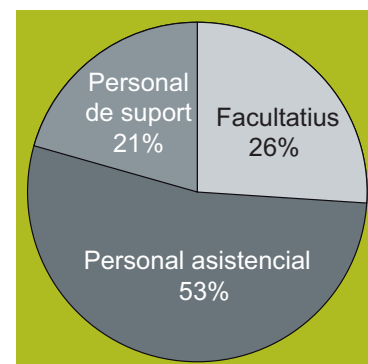
2002



2004



2007



Felicitem tots aquells professionals que han aconseguit deixar de fumar per l'esforç que això els ha suposat.

Quan analitzem dintre de cada col·lectiu la prevalença de tabaquisme, observem amb satisfacció que tots els col·lectius han presentat un descens: en el personal d'infermeria s'ha reduït del 41% al 30%; en els facultatius, del 29% al 27%; en els administratius, del 25% al 18%, i a la resta, del 58% al 54%.

Disposem d'una Unitat Antitabac per ajudar les persones que volen deixar de fumar. Tan sols és necessari demanar la programació d'una visita per tal d'iniciar el procés de deixar de fumar.

És possible deixar de fumar?

Ara s'han complert dos anys de l'entrada en vigor de la Llei que regula la venda i el consum de tabac. Gràcies a aquesta Llei, molts fumadors indecisos han provat de deixar de fumar, i una gran part ho ha aconseguit. De fet, segons les estadístiques, aproximadament el 80% dels fumadors volen deixar-ho. Uns ja ho han intentat alguna vegada i altres encara no s'atreveixen a fer el primer pas.

Us hi animeu?

Deixar de fumar no és fàcil, però cada dia molta gent ho fa, i, per tant, és possible aconseguir-ho. El més important és la motivació i cercar suport i ajuda, tant dels familiars o amics com dels professionals sanitaris. Aquests professionals són els que millor coneixen els consells i els mitjans més adequats per deixar de fumar.

Moltes vegades serà necessària una ajuda farmacològica per poder superar millor la síndrome d'abstinència. Les persones que resideixen a la zona d'influència del nostre Hospital (Santa Coloma de Gramenet, Badalona i Sant Adrià de Besòs) poden informar-se al seu ambulatori i sol·licitar al seu metge de família que els remeti a la nostra Unitat Especialitzada en Tabaquisme (UET).

I si estic ingressat?

Pot sol·licitar al personal assistencial (facultatius, infermeria) ajuda per pal·liar la síndrome d'abstinència mentre duri la seva estada a l'Hospital.

Els professionals del centre poden contactar directament amb la Sra. Montse Llivina.

El tabac és un risc per a la salut

El consum de tabac és la principal causa evitable de malaltia i de mort prematura a Espanya i, alhora, la que millor es pot prevenir.

El tabac produeix el 16% de totes les morts al nostre país. Una de cada quatre morts en els homes i una de cada cinquanta morts en les dones són causades directament pel fum del tabac.

El tabac produeix càncer de pulmó, de gola, de boca, d'esòfag, de pàncreas, de bufeta i de ronyó. Així mateix, el tabac és responsable de la malaltia pulmonar obstructiva crònica i d'una gran part de les malalties cardiovasculars.

El tabac conté més de 4.500 substàncies químiques, però les més nocives per a la salut són:

- la **nicotina**, que causa l'addicció;
- el **monòxid de carboni**, que passa a la sang i redueix la capacitat per transportar oxigen als teixits, i
- el **quitrà** que transforma en canceroses les cèl·lules dels òrgans directament exposats al fum del tabac (p. ex., el pulmó) o les d'aquells que metabolitzen aquesta substància (p. ex., el ronyó).

Si fumeu vint cigarretes diàries, teniu vint vegades més probabilitats de patir un càncer de pulmó que una persona no fumadora. D'altra banda, el risc produït pel tabac augmenta altres riscos per a la salut, com són els produïts per una alimentació amb massa greixos i un consum excessiu d'alcohol.

Recentment, s'ha confirmat de manera concloent que el fum del tabac és capaç de provocar càncer, malalties respiratòries i malalties cardiovasculars en les persones no fumadores que respiren en ambients plens de fum, a la feina o a casa.



Gràcies per col·laborar a mantenir el nostre hospital lliure de fum de tabac