

# **PROGRAMA DE SALUD PÚBLICA**

## **Plan de Prevención y Control del Tabaquismo**

**FUNDACIÓN CÁNTABRA PARA LA SALUD Y BIENESTAR SOCIAL FSP - MP**

# **MEMORIA 2025**

Elaborada por:

Emma del Castillo Sedano y Blanca M.<sup>a</sup> Benito Fernández

## PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE TABACO Y NICOTINA Y DE LA EXPOSICIÓN AL HUMO AMBIENTAL DE TABACO

### CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL SIN TABACO

La Organización Mundial de la Salud (OMS) creó el Día Mundial Sin Tabaco en 1987 para llamar la atención del mundo sobre la epidemia de tabaquismo y sus letales consecuencias. Desde entonces, cada 31 de mayo, se conmemora esta efeméride con diferentes actividades e iniciativas en todo el mundo.

La epidemia del consumo de tabaco está evolucionando hacia el uso dual de tabaco con otros productos asociados, como los dispositivos susceptibles de liberación de nicotina (cigarrillos electrónicos o vapors) y los productos de tabaco calentado (PTC).

Estos productos novedosos están influyendo negativamente en el control de la epidemia de tabaquismo dado que su promoción, en la mayor parte de los casos, desincentiva el abandono del consumo de tabaco además de captar nuevos consumidores entre los grupos de edad más jóvenes.

Por este motivo, el lema de la campaña de este año de la OMS ha sido “Desenmascaremos su atractivo: las tácticas de la industria de tabaco y nicotina al descubierto” con el objetivo de exponer las estrategias que emplean de comercialización basadas en el glamur, diseños engañosos y la adición de refrigerantes y sabores, todo concebido para que las personas se inicien a una edad temprana en el tabaquismo o en el consumo de nicotina, lo que conlleva una posible adicción de por vida y consecuencias para la salud. Esto hace necesario que al tiempo que se mantienen los esfuerzos para reducir el consumo de los productos de tabaco tradicionales, se desincentive el uso de los nuevos productos, en particular por parte de los jóvenes y las personas no fumadoras.

Este año, la Consejería de Salud ha continuado difundiendo la campaña “Vapear no es la solución, es parte del problema” para informar a la población sobre el riesgo que

supone el uso de estos productos. Se ha diseñado el cartel “No existe forma sana de fumar” que visualmente equipara estas nuevas formas de consumo al tabaco para aumentar la percepción de riesgo de la ciudadanía en cuanto al vapeo.

El día 27 de mayo, organizada por la Dirección General de Salud Pública, se celebró una jornada en el Centro Cívico Juan de Santander (Cueto, Cantabria), a la que asistieron un total de 69 personas.



La jornada fue inaugurada por M<sup>a</sup> Isabel de Frutos, Directora General de Salud Pública y por Zulema Gancedo, Concejala de Servicios Sociales, Familia, Salud, Autonomía Personal e Igualdad del Ayuntamiento de Santander.

Durante el encuentro, se reflexionó sobre los retos actuales en la lucha contra el tabaquismo y se compartieron iniciativas que ya están en marcha en nuestra comunidad. La enfermera y experta en tabaquismo Raquel García García responsable de la Unidad Especializada de Tabaquismo de Oviedo, ofreció una ponencia clave sobre el atractivo de los productos de tabaco y su impacto en la salud pública.

Una mesa de expertos presentó actuaciones relevantes en 2025:

- Proyecto de Hospital Sin Humo, presentado por Carlos Amado, neumólogo del Hospital Universitario Marqués de Valdecilla
- Piloto “Abordaje del consumo de tabaco y nicotina en el embarazo” dentro de la JA Prevent NCD, presentado por Lorena de Carlos, enfermera de pediatría del centro de salud Montaña donde se lleva a cabo una intervención motivacional y tratamiento del tabaquismo durante el embarazo y los primeros meses del niño.
- Uso de redes sociales para la promoción de la salud, presentado por Mercedes Castaño García, médica del centro de salud Camargo Costa.

Durante el acto, se llevó a cabo un repaso de los diez años de trayectoria de la Red Cántabra de Centros Sanitarios sin Humo, se entregaron los diplomas de la Red a las zonas básicas de Alto Asón, Altamira, Meruelo y Nansa que alcanzaron el nivel bronce

con sus actuaciones en el abordaje del consumo de tabaco durante el año anterior y la Directora General de Salud Pública entregó un diploma de reconocimiento a Luis Gutiérrez Bardeci por sus diez años de dedicación a la Red Cántabra de Centros Sanitarios Sin Humo como coordinador.



Como actividad comunitaria, los centros de salud y los hospitales pusieron mesas informativas sobre el tabaco y los nuevos productos con diferentes materiales que se distribuyen desde Salud Pública con información sobre el consumo de tabaco y sus consecuencias. Además, como en años anteriores, se diseñó una encuesta sobre el uso de cigarrillos electrónicos, consumo de tabaco y exposición al humo ambiental de tabaco y aerosoles dirigida a los adultos que se acercaban a las mesas informativas y a los menores de centros educativos a los que acudieron profesionales de atención primaria para realizar una actividad preventiva.

Se recogieron un total de 6.146 encuestas (1.966 de  $\leq 18$  años y 4.180 de  $>18$  años), realizadas por profesionales de 33 centros de salud de Atención Primaria y del Hospital Sierrallana tanto en centros sanitarios como en centros educativos. Los datos muestran la tendencia de los de la encuesta ESTUDES. El consumo de cigarrillos electrónicos presenta un patrón claramente vinculado a la edad, se concentra claramente en los menores de 25 años y está estrechamente vinculado al tabaquismo. En este grupo, casi la mitad de quienes fuman en la actualidad (47%) declara utilizar vapores de manera regular, mientras que entre las personas exfumadoras la

prevalencia es también relevante (17%). En cambio, el uso entre la juventud que nunca ha fumado es prácticamente inexistente (1%).

En la población adulta de 25 años o más, el consumo regular de vapors se reduce de forma significativa. Solo el 13% de quien fuma habitualmente los utiliza, frente a un 2% de exfumadores y apenas un 1% de quienes nunca han fumado.

Se elaboró una presentación (power point) con información sobre estos productos que se envió a los centros de salud que realizaron actividades en centros escolares, para facilitar a los profesionales un material homogéneo.

Gracias a la amplia campaña de difusión, la información llegó a centros de salud, hospitales y farmacias de Cantabria, con el objetivo de que el mensaje permanezca durante más tiempo que el propio día mundial.

## **ACTUALIZACIÓN DE CONTENIDOS EN PÁGINAS WEB**

En la página web [www.saludcantabria.es](http://www.saludcantabria.es) se ofrece información sobre consumo de tabaco y productos relacionados.

Periódicamente se actualiza la información, fundamentalmente de sensibilización, dirigida a la ciudadanía, donde se responden a preguntas frecuentes sobre cesación, restricciones al consumo o señalización de prohibido fumar. Además, en la misma página se pueden descargar todos los modelos de cartelería exigidos.



Existe una elevada percepción de riesgo hacia el consumo de tabaco; la mayor parte de la población conoce los problemas asociados a fumar y las consecuencias de la exposición al humo ambiental. Sin embargo, el marketing que rodea los nuevos productos de consumo de tabaco y nicotina ha hecho que **auge la experimentación** y que se **banalice el consumo, rebajando la edad a la que se usa por primera vez**. Estos nuevos productos electrónicos están muy relacionados con el hecho de fumar y suponen una amenaza grave para la salud de la población.

Los **vaper, vapeadores o cigarrillos electrónicos** son dispositivos que calientan un líquido para suministrar, en forma de aerosol, nicotina y saborizantes. Aunque este aerosol puede parecer vapor de agua en realidad se trata de un líquido preparado a base de sustancias químicas, como el propilenglicol y la glicerina. Tienen muchas formas que pueden ser similares a objetos de uso común, por lo que pasan desapercibidos (pen drive, rotuladores, ...) y actualmente hay disponibles cientos de marcas y miles de sabores, esta variabilidad de dispositivos y líquidos hace muy complicada su clasificación y regulación. Su uso está muy extendido en la población menor de 18 años, gracias a campañas de difusión y marketing realizadas por una industria que quiere captar a la juventud a cualquier precio, banalizando los riesgos de su uso.

Con la campaña "**Vapear no es la solución, es parte del problema**" se pretende captar la atención de la ciudadanía incluyendo mensajes concisos y claros sobre algunos de los mitos más extendidos.

ivas

En las actividades de sensibilización, formación y en todos los materiales editados se difunde el buzón de correo electrónico: [sinhumos@cantabria.es](mailto:sinhumos@cantabria.es), donde los ciudadanos plantean dudas sobre tabaquismo, métodos para dejar de fumar, legislación, etc. y los profesionales solicitan información, materiales y asesoramiento técnico.

## PRESENCIA EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Se ha colaborado con diferentes medios facilitando información sobre la situación de las adicciones en Cantabria, difundiendo novedades en cuanto a legislación, sensibilizando sobre la importancia de realizar intentos para dejar de fumar o aumentando la percepción de riesgo sobre el uso de los nuevos productos de uso de tabaco y nicotina, como son los vapores o las bolsitas de nicotina, acercando información veraz y de actualidad a la ciudadanía. Se ha colaborado con diferentes medios facilitando información sobre la situación de las adicciones en Cantabria, sensibilizando sobre el uso de cigarrillos electrónicos, y desmontando falsas

expectativas sobre los tratamientos farmacológicos financiados para dejar de fumar a través de notas de prensa e intervenciones en medios de comunicación: Diario Montañés, Agencia EFE, COPE, Opinión Diario, Onda Cero y Radio Nacional de España.

## **CAMPAÑA “SIN TABACO. SIN COLILLAS. EN LA PLAYA”**

Se impulsa la iniciativa “Playas. Sin tabaco ni colillas” con el objetivo de sensibilizar y concienciar a la ciudadanía sobre la necesidad de suprimir el consumo de tabaco en los arenales y no dejar colillas, que son tóxicas, no son biodegradables y dañan el medio ambiente contaminando el agua, a través de circuitos mobiliarios en Santander.

Se exhibe en las paradas de los autobuses urbanos y en mupis colocados en sitios céntricos de la ciudad durante tres semanas completas de los meses de julio, agosto y septiembre, permitiendo con los diferentes soportes que la campaña sea



vista por las zonas principales de la ciudad, aumentando la efectividad y alcance.



Se envían carteles a todos los municipios costeros para que los coloquen en zonas visibles de las playas para informar y sensibilizar a la ciudadanía.

## ABORDAJE DEL CONSUMO DE TABACO

### ABORDAJE DEL TABAQUISMO EN ATENCIÓN PRIMARIA

El tratamiento del tabaquismo es el patrón de referencia de coste-efectividad en la asistencia sanitaria, incluso aunque la aplicación produzca la abstinencia de una pequeña proporción de personas fumadoras. El objetivo principal es aumentar el número de personas exfumadoras.

Cada año se analizan los datos registrados por los profesionales en la aplicación APCantabria.

Las técnicas del Plan atienden llamadas con dudas de los profesionales acerca del tratamiento, coordinan el envío y edición de materiales, realizan las labores de mantenimiento y calibración de los cooxímetros y analizan los indicadores de abordaje recogidos en AP Cantabria. También facilitan información a los profesionales de atención primaria sobre la disponibilidad de los tratamientos farmacológicos para dejar de fumar y sobre los nuevos fármacos disponibles.

#### **Actualización del PLAN PERSONAL CESACION TABAQUICA en la estación clínica de atención primaria APCantabria.**

Se ha creado un nuevo Plan Personal denominado CESACION TABAQUICA que sustituye al anterior DESHABITUACION TABAQUICA con el fin de actualizar el programa para incorporar los cambios sugeridos por los profesionales tras los años transcurridos desde su implantación y adaptarlo a las nuevas formas de consumo de tabaco y nicotina.

Se organizaron sesiones clínicas en todos los centros de salud para formar a los profesionales sobre los nuevos protocolos.

La tabla de la página siguiente muestra los datos de registro y consejo antitabaco realizados en todas las zonas básicas de salud de Atención Primaria durante el año.

Al haber actualizado los protocolos, con inicio de la implantación el 1 de marzo, los datos referidos al resto de indicadores tienen el sesgo de no incluir los dos primeros meses del 2025.

	TOTAL		MUJER		HOMBRE	
	Número	%	Número	%	Número	%
<b>Población</b>	562602		290871		271731	
<b>Registro consumo 2025</b>	74814	13,3%	42654	14,66%	32160	11,83%
<b>Fuman</b>	11432	15,28%	6070	14,23%	5362	16,67%
<b>Consejo 2025</b>	5653	49,45%	3044	50,15%	2609	48,66%
<b>Registro HAT 2025</b>	14749	2,62%	8029	2,76%	6720	2,47%
<b>Expuestos HAT</b>	2346	15,9%	1260	15,7%	1086	16,16%
<b>Registro e-cig</b>	26.555	4,72%	14.462	4,97%	12.093	4,45%
<b>Vapean</b>	247	0,93%	126	0,87%	121	1%
<b>Registro cannabis</b>	26.534	4,72%	14.452	4,97%	12.082	4,45%
<b>Consumo cannabis</b>	380	1,43%	108	0,75%	272	2,25%
<b>Inician deshabituación</b>	2467		1375		1092	

En la Unidad de deshabituación tabáquica (UDESTA), iniciaron tratamiento 496 personas.

### **REALIZACIÓN DE GRUPOS DE CESACIÓN TABÁQUICA DIRIGIDOS A PROFESIONALES MODÉLICOS**

La Consejería de Salud ofrece la participación en programas para dejar de fumar a personas fumadoras de colectivos considerados modélicos con el objetivo de ayudarles en este proceso y buscando su colaboración en la tarea de sensibilizar y concienciar a la población sobre los problemas que provoca el consumo de tabaco. También se pretende motivarles para que intervengan en sus respectivos ámbitos de trabajo promoviendo modos de vida sin tabaco.

Se realiza cesación en grupo, preferentemente en horario laboral, y en su centro de trabajo para facilitar la asistencia. Las terapeutas del grupo son las técnicas de la Fundación, una psicóloga y una médica, másteres en tabaquismo, que desarrollan un programa de tratamiento multicomponente orientado a la resolución de dificultades en el proceso de dejar de fumar, al afrontamiento de situaciones de riesgo y a la prevención de recaídas, además de proporcionar apoyo a lo largo de todo el tratamiento.

El programa se compone de una evaluación individual al inicio del tratamiento, con cita previa, con entrevistas médica y psicológica y cinco sesiones grupales, realizándose seguimiento hasta el año de abstinencia.

A lo largo del tratamiento se realiza seguimiento por whatsapp mediante grupos creados por los participantes para recordar las citas, realizar intervenciones oportunistas en momentos de baja motivación y resolver dudas. Esta herramienta fomenta la cohesión grupal y permite que personas que tienen poco apoyo en su entorno cercano puedan beneficiarse del apoyo social. Las solicitudes se atienden de manera permanente, en horario de mañana y tarde (fines de semana incluidos). Esta forma de seguimiento no excluye la atención telefónica para abordar aspectos del tratamiento más personales.

### **Grupo dirigido a personal del Hospital Comarcal de Laredo**

Tanto las valoraciones individuales como las sesiones se iniciaron en el mes de octubre.

Se realiza la evaluación a 11 personas, aunque posteriormente iniciaron tratamiento 9. A los dos meses la abstinencia era del 55%.



## **RED CÁNTABRA DE CENTROS SANITARIOS SIN HUMO**

Impulsada por la Dirección General de Salud Pública, la Red Cántabra de Centros Sanitarios Sin Humo nace en 2015, en 2016 es miembro de la Global Network For Tobacco Free Health Care Services, en año 2023 gracias a la coordinación entre la Gerencia de Atención Primaria y la Dirección General de Salud Pública se incluyen todas las zonas básicas en la red, creando “Atención Primaria Sin Humo”.

### **Jornada técnica de la Red Cántabra de Centros Sanitarios Sin Humo**

Celebrada el 26 de noviembre de 2025, de 12:30 a 14:30 en el Salón de Actos de la Consejería de Salud.

Asistieron 53 personas de las Zonas Básicas de: Altamira, Astillero, Bajo Asón, Bajo Pas, Bezana, Camargo Interior, Camargo Costa, Campoo, Cazoña, Centro, Colindres, El Alisal, Gama, José Barros, La Barrera, La Marina, Los Castros, Meruelo, Miera, Montaña, Nansa, Pisueña-Cayón, Puertochico, Saja, San Vicente, Suances, Vargas y Zapatón y los Hospitales de Laredo y Valdecilla, de la Gerencia de Atención Primaria, del IDIVAL y de la Dirección General de Salud Pública.

La jornada fue inaugurada por la Directora General de Salud Pública, recordando que este año se han celebrado los diez años de andadura del proyecto, destacando todo el trabajo realizado y la importancia de jornadas como esta, de intercambio entre

profesionales. Reiteró el agradecimiento a Luis Gutiérrez Bardeci por su labor como responsable de la red y presentó a Mónica del Amo Santiago como nueva responsable de la Red.



Se presentaron dos proyectos de cesación tabáquica en Atención Primaria, enmarcados en una iniciativa europea ‘Acción Conjunta para la prevención del cáncer y otras enfermedades no transmisibles’, principalmente derivadas del consumo de tabaco y nicotina y hábitos de vida no saludables, desarrollados gracias a la colaboración entre el IDIVAL, la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Salud y la Gerencia de Atención Primaria:

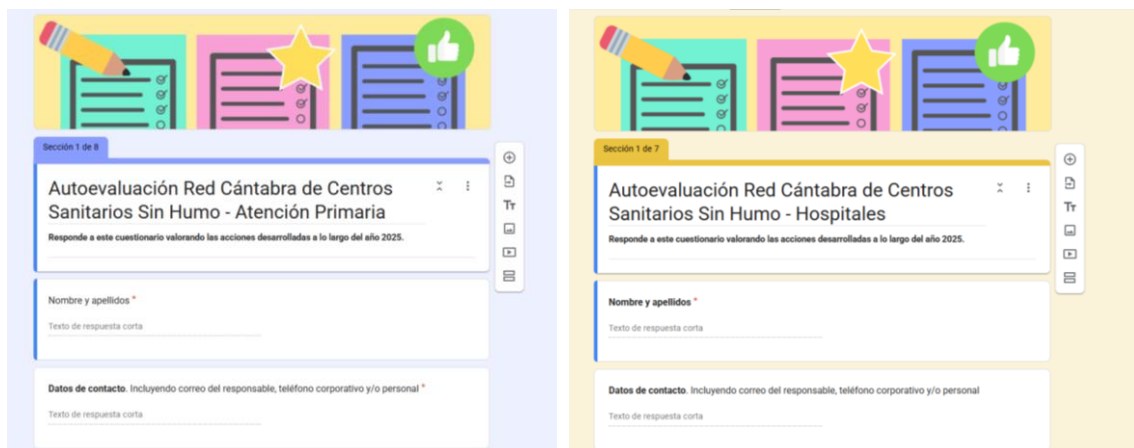
- **Cesación de consumo de tabaco y nicotina en formato grupal en AP:** se pretende implantar la cesación en el abordaje del tabaquismo en la totalidad de las Zonas Básicas de Salud de Cantabria. El proyecto se apoya en la elaboración de un protocolo de buenas prácticas, en la formación continuada de los profesionales sanitarios y en la creación de vías de comunicación abiertas que permitan resolver dudas y dificultades mediante sesiones formativas en los centros de salud, jornadas específicas, actividades de actualización y atención telefónica. Se han elaborado materiales creando un marco común y homogéneo a la hora de organizar los talleres, para garantizar la calidad y la coherencia de las intervenciones.

Se presentan los materiales y se facilitó un ejemplar a los asistentes, informando de que se pueden solicitar en [redsinhumo@gmail.com](mailto:redsinhumo@gmail.com), tanto el libro, como los diferentes anexos.

- **Cesación del consumo de tabaco y nicotina durante el embarazo:** proyecto piloto desarrollado en los centros de salud La Montaña y Saja, que pretende evaluar el

impacto de un protocolo de cesación sobre las tasas de abstinencia y la exposición al humo y a los aerosoles en mujeres embarazadas o que planifican un embarazo, así como en sus hijos e hijas hasta los 18 meses. Se realiza un cribado sistemático en consultas neonatales y posnatales para identificar tanto a fumadoras como a mujeres expuestas. Matronas y profesionales de enfermería pediátrica registran el consumo y la exposición mediante cooximetría —que muestra la carboxihemoglobina fetal— y ofrecen consejo breve y derivación a tratamiento tanto a mujeres como a sus parejas.

Como último punto, antes de dar la palabra a los asistentes, se hizo un recordatorio de diferentes aspectos del funcionamiento de la red y se presentó la propuesta de modificación de la Autoevaluación anual de los centros, un formulario de Google que pretende simplificar los trámites y prescindir el papel.



The image shows two side-by-side screenshots of a Google Form. The left screenshot is titled 'Autoevaluación Red Cantabria de Centros Sanitarios Sin Humo - Atención Primaria' and the right is 'Autoevaluación Red Cantabria de Centros Sanitarios Sin Humo - Hospitales'. Both forms have a header with a pencil icon, a star, and a thumbs-up icon. The form content includes a title, a subtitle 'Responde a este cuestionario valorando las acciones desarrolladas a lo largo del año 2025.', and two main input sections: 'Nombre y apellidos \*' with a 'Texto de respuesta corta' field, and 'Datos de contacto. Incluyendo correo del responsable, teléfono corporativo y/o personal \*' with a 'Texto de respuesta corta' field. A sidebar on the right of each form contains icons for print, translate, and other actions.

Se presentaron también algunos de los proyectos a realizar en el futuro por la red.

Se dió la palabra a los asistentes y se debatieron algunos detalles del protocolo de registro en APCantabria.

### **Labores de coordinación**

Las técnicas de la Fundación realizan, como parte del Comité Técnico de la Red Sin Humo, diferentes tareas:

- Reuniones mensuales del Comité técnico de la Red y la responsable.
- Gestión de las cuentas de correo electrónico de la Red Sin Humo.

- Recepción y organización de la documentación, tanto la enviada por los miembros de la propia red, como la relacionada con las redes nacionales y la red internacional.
- Enlace con la Red Global, realizando la traducción de los documentos que llegan en inglés.
- Auditoría anual, tras la recepción del cuestionario y para valorar el paso de nivel de los centros.
- Elaboración de materiales como hojas informativas o señalizaciones.
- Apoyo a iniciativas desarrolladas desde los centros que forman parte de la Red como la colaboración con clubes deportivos para declarar “Gradas Sin Humo” (Saja y Piélagos) o la señalización de parques sin humo, como el Conde Don Diego de Cabezón de la Sal.

### **Global Network For Tobacco Free Health Care Services (GNTH)**

Desde mayo del 2022, un miembro del equipo técnico de la Red Cántabra forma parte de la junta directiva de la GNTH asistiendo a reuniones periódicas a lo largo del año.

Dentro de los grupos de trabajo de la GNTH, se participa en el de Comunicación, asistiendo a múltiples reuniones por videoconferencia para la actualización de la página web y organización de diferentes jornadas.

## FORMACIÓN

La formación este año ha sido mixta, parte presencial, parte online para facilitar la asistencia de los profesionales, tanto por cuestiones de tiempo como por distancia.

### **ABORDAJE DEL TABAQUISMO DESDE ATENCIÓN PRIMARIA (online)**

El curso online, desarrollado por el Ministerio de Sanidad, tiene como objetivo dotar a los profesionales de los conocimientos y habilidades necesarias para realizar un adecuado abordaje del tabaquismo. Está dirigido a médicos, psicólogos, enfermeras y fisioterapeutas del SCS, con una duración de 30 horas.

El curso se organizó a través de la plataforma Sofos y es tutorizado por las técnicas de la fundación, manteniendo contacto constante con el alumnado a través de los foros.

Está acreditado por la Comisión de Formación Continuada de las Profesiones Sanitarias con 3 créditos.

En 2025 se acreditaron dos ediciones, del 24 de febrero al 21 de abril y del 08 de octubre al 1 de diciembre.

De las 304 personas inscritas obtuvieron certificado 200.

### **SESIÓN CLÍNICA “NUEVAS FORMAS DE CONSUMO DE TABACO Y NICOTINA” (presencial)**

Iniciadas el año anterior, se siguen impartiendo sesiones clínicas en los centros de salud, de una hora de duración, para actualizar los conocimientos de los profesionales sobre las nuevas formas de consumo de nicotina promocionadas por la industria. El aumento del consumo de estos productos hace necesario que los profesionales tengan conocimiento de los riesgos que supone el consumo de estos productos para poder dar consejo a sus pacientes.

Se han realizado en los centros de salud de Renedo, Gama, Reinoso, Vargas, Cotoño, Bezana, Camargo interior, Montaña y La Barrera, con la asistencia de 205 profesionales.

### **SESIÓN CLÍNICA SOBRE CESACIÓN TABÁQUICA DIRIGIDA AL PERSONAL DEL SERVICIO DE SALUD MENTAL DEL HOSPITAL COMARCAL DE LAREDO (presencial)**

En colaboración con la Unidad de Deshabitación Tabáquica, se impartió una sesión a los profesionales de salud mental dada la importancia de tratar el consumo de tabaco en población con patología psiquiátrica que presenta una prevalencia de tabaquismo superior a la de la población general, una mayor disminución de la esperanza de vida y mayores barreras para cesar el consumo.

Asistieron 20 profesionales.

### **SESIÓN CLÍNICA “ENTREVISTA MOTIVACIONAL” (presencial)**

El 20 de febrero se impartió una sesión clínica sobre entrevista motivacional a petición de los profesionales del centro de salud Saja, dada la importancia de esta intervención tanto en el abordaje del paciente fumador como para abordar otros factores de riesgo.

Asistieron 26 profesionales.

### **ROTACIÓN DE RESIDENTES EIR Y MIR POR EL SERVICIO DE ADICCIONES**

Se proporciona información a los residentes de enfermería y de medicina que rotan por el Servicio de Salud Pública sobre las actuaciones que se llevan a cabo en Cantabria para la prevención y el control tanto del tabaco como de las nuevas formas de consumo de nicotina.

Durante el 2025, se atendió a 10 residentes.

## TALLER “DEJAR DE FUMAR EN GRUPO” (presencial)

La Consejería de Salud lleva casi 20 años ofreciendo anualmente cursos de formación en abordaje del tabaquismo a los profesionales sanitarios que trabajan en el Servicio Cántabro de Salud. Esta formación ha dado como resultado que numerosos profesionales abordan el consumo de tabaco en sus pacientes de manera individual y que diez centros de salud de Atención Primaria hayan incluido el tratamiento del tabaquismo en grupo entre los servicios que ofrecen a sus pacientes, iniciativa a la que cada año se suma algún nuevo centro.

En los últimos años se han estado organizando cursos online por la dificultad de realizar sustituciones para la asistencia a cursos presenciales y una de las solicitudes de los profesionales es la formación presencial y en formato taller, con el objetivo de practicar las técnicas explicadas.

Este año, dentro del contexto de las Acción Conjunta EU4Health de la Unión Europea, EU22/28: JA Cancer and other NCDs prevention-action on health determinants, la Dirección General de Salud Pública junto con el IDIVAL desarrolla el programa Cesación del consumo de tabaco y nicotina en formato grupal en Atención Primaria con el objetivo de generalizar este tipo de intervención a todas las zonas básicas.



Para ello se han realizado talleres de capacitación con los siguientes objetivos:

- Conocer las técnicas cognitivo-conductuales de abordaje del tabaquismo.
- Manejar adecuadamente los diferentes tratamientos farmacológicos del tabaquismo.

- Adquirir las habilidades básicas para el desarrollo de grupos en un centro de salud.
- Conocer el procedimiento para organizar un grupo para dejar de fumar.

Se realizaron tres ediciones, con una duración de 7 horas docentes repartidas en horario de mañana y tarde, el 19 de marzo, el 26 de marzo y el 22 de octubre.

Asistieron 54 profesionales de medicina y enfermería realizando una valoración media del curso de 9,7 sobre 10 y de 5 sobre 5 de las ponentes.

### **TALLER “ABORDAJE DEL CONSUMO DE TABACO Y NICOTINA EN EL EMBARAZO” (presencial)**

Las consultas de matrona, durante la planificación del embarazo y a lo largo del mismo, y las consultas de pediatría para el seguimiento en el postparto de la mujer y para la identificación y consejo sobre la exposición al humo ambiental de tabaco y aerosoles del niño, son los dos ámbitos más indicados para el abordaje del consumo de tabaco en estos grupos poblacionales. Es por ello que todos los profesionales que trabajan en estas consultas deben tener formación sobre como realizar el abordaje del consumo de tabaco y nicotina en la embarazada y sobre el protocolo del estudio.

Los objetivos del taller fueron:

- Conocer los riesgos del consumo de tabaco y nicotina durante el embarazo y postparto y los beneficios de la cesación del consumo en cualquier momento.
- Conocer los riesgos de la exposición al humo ambiental de tabaco y aerosoles y del humo de tercera mano para el niño, tanto durante el embarazo como después.
- Aprender como identificar el consumo y la exposición, dar consejo y realizar intervención motivacional.
- Conocer cómo se realiza la cesación tabáquica en AP para poder derivar a la mujer y poder realizar un seguimiento oportunista.
- Familiarizarse con el protocolo del estudio tanto en la manera de registrar las actuaciones como en la coordinación y los canales de apoyo disponibles a lo largo del programa.

Se presentaron los contenidos de manera dinámica, con participación de los asistentes. Se facilitaron cooxímetros especiales para medir la carboxihemoglobina fetal, entrenando en su uso y se proporcionaron materiales motivacionales.

El taller se desarrolló el 11 de marzo, con una duración de 3 horas.

Asistieron 9 profesionales.

La actividad fue valorada con 9,6 sobre 10 y las ponentes con 4,9 sobre 5.

### **ACTIVIDAD FORMATIVA SOBRE NUEVOS PRODUCTOS DE CONSUMO DE TABACO Y NICOTINA. UNIVERSIDAD EUROPEA DEL ATLÁNTICO (presencial)**

La psicóloga de la fundación impartió una clase sobre Nuevos productos de consumo de tabaco y nicotina dentro de la asignatura “Salud Pública” en las titulaciones de “Actividad Física y Deporte”, “Nutrición Humana” y “Tecnología de los alimentos” a la que asistieron 35 personas.

### **PARTICIPACIÓN DOCENTE EN CONGRESOS, CURSOS Y JORNADAS**

Las técnicas de la Fundación han participado en diferentes formaciones organizadas desde otras entidades u organismos:

- Contenidos sobre tabaquismo y salud pública en Máster de Dirección y Gestión de Servicios Sanitarios organizado por la Universidad de Cantabria:
  - Tabaquismo y Salud Pública.
  - Objetivo: un mundo sin tabaco
    - Participación en el podcast “He vuelto a fumar: ¿de nuevo en la casilla de salida?”, organizado por la Fundación Más Que Ideas.
- Participación en la mesa redonda “Tratamiento del tabaquismo: perspectiva del médico, la psicóloga y el paciente”. Jornada del hospital sin humo. HUMV, octubre 2025.

## PARTICIPACIÓN EN GRUPOS DE TRABAJO

- **Grupo de trabajo técnico de responsables de tabaquismo.** Ministerio de Sanidad. A lo largo del año se participó en cuatro reuniones mediante videoconferencia.
- **Global Network For Tobacco Free Healthcare Services.** Se asistió a 8 reuniones por videoconferencia
- **Grupo de trabajo para la Acción Conjunta Europea sobre Determinantes de la Salud.** Se asistió a 20 reuniones internacionales por videoconferencia y una presencial con el IDIVAL.
- **Reunión con European Regional and Local Health Authorities (EUREGHA).**
- **Coordinación con el Instituto Catalán de Oncología para la implantación del programa piloto de Hogares Sin Humo.** Se asistió a 7 reuniones por videoconferencia.
- **Coordinación con la Federación de Asociaciones de padres y madres del alumnado de Cantabria para la implantación de un programa de hogares libres de humo de tabaco.** Se asistió a una reunión presencial.

## INVESTIGACIÓN

### **PARTICIPACIÓN EN ACCIÓN CONJUNTA EUROPEA SOBRE DETERMINANTES DE LA SALUD (EU4H-2022-JA-02 JOIN ACTION ON HEALTH DETERMINANTS)**

El proyecto JA PreventNCD tiene como objetivo general la reducción de la incidencia del cáncer y otras enfermedades no transmisibles mediante estrategias coordinadas sobre diferentes determinantes de la salud, haciendo hincapié en la identificación y actuación sobre factores de riesgo sociales y personales. Se pone el foco en el desarrollo de políticas efectivas e identificación y actuación sobre factores de riesgo sociales y personales.

En Cantabria, se desarrollan cuatro proyectos gracias a la colaboración del IDIVAL con el Servicio de Adicciones de la Dirección General de Salud Pública.

Dentro del paquete de trabajo WP10, Identificación de individuos en riesgo:

- Implementación del tratamiento de cesación tabáquica en formato grupal en Atención Primaria.
- Abordaje del consumo de tabaco y nicotina en el embarazo.

Dentro del paquete de trabajo WP6, Entornos saludables:

- Intervención socioeducativa en menores con sanciones por consumo de alcohol en espacios públicos.
- Hogares libres de humo.

A lo largo del año se realizan diferentes actuaciones de difusión y comunicación del proyecto, a nivel internacional en newsletters de la JAPrevent NCD, y a nivel nacional a través de redes sociales y en el boletín Impulsamos del Servicio Cántabro de Salud.

Todos los proyectos desarrollados comenzaron su implementación en enero del presente año.

## Implementación de la cesación del consumo de tabaco y nicotina en formato grupal en Atención Primaria

Desarrollado en colaboración con la Gerencia de Atención Primaria del Servicio Cántabro de Salud, su objetivo es estandarizar y ampliar la disponibilidad de tratamientos grupales de cesación en las áreas de salud básica de Cantabria.

Durante 2025 el proyecto se centra en la formación a profesionales, avanzar en la recogida de datos y reforzar la difusión científica.

### ACTIVIDADES REALIZADAS:

- “Dejar de fumar en grupo. Guía para profesionales”: Se ha elaborado una guía en la que se recogen las pautas necesarias para la organización y desarrollo de grupos de cesación, junto con materiales para facilitar la organización desarrollo y evaluación de los grupos, creando un marco común y homogéneo a la hora de organizar los talleres, garantizando la calidad y la coherencia de las intervenciones. Se ha distribuido en todas las zonas básicas y se envían los materiales según las necesidades de cada centro de salud.
- En enero, se desarrolla una formación de formadores sobre los nuevos protocolos de cesación tabáquica en Atención Primaria en todas las zonas básicas de salud.
- Se realiza seguimiento de los datos recogidos en las sesiones grupales de cesación para monitorizar el progreso, evaluar los resultados y asegurar mejoras basadas en datos.
- Se han analizado los datos recogidos en la encuesta sobre la prevalencia del consumo de tabaco y nicotina entre los profesionales de atención primaria y sus actitudes hacia el abordaje, y se han presentado los datos obtenidos en distintos congresos (ver publicaciones científicas).



## Cesación del consumo de tabaco y nicotina durante el embarazo

Este piloto tiene como objetivo evaluar el impacto de un protocolo de cesación del consumo de tabaco y nicotina sobre las tasas de abstinencia y sobre la exposición al humo ambiental y a los aerosoles en mujeres (embarazadas o planificando un embarazo) y menores hasta los 18 meses de edad, en el marco de las consultas de seguimiento infantil. Para ello, se contempla la identificación precoz del consumo, la intervención motivacional y la oferta de tratamiento a mujeres embarazadas, madres recientes y sus parejas.

Desarrollado en colaboración con la Gerencia de Atención Primaria del Servicio Cántabro de Salud, se está desarrollando en las consultas de matrona y de enfermería pediátrica de dos centros de salud, uno del área urbana (CS Montaña) y otro en un ámbito rural (CS Saja).

### ACTIVIDADES REALIZADAS:

- “Guía de Cesación del Tabaco y Nicotina en el Embarazo”: dirigida a los profesionales de la salud que asisten a las mujeres desde la planificación del embarazo hasta la etapa postnatal para abordar el consumo tanto de tabaco como de otros productos que contienen nicotina. Esta guía se elabora para garantizar que las intervenciones se apliquen de manera coherente y eficaz.
- Se diseñan materiales específicos dirigidos tanto al consumo como a la exposición al humo ambiental de tabaco para entregar tanto en las consultas de matrona como de pediatría.
- En marzo se realiza un taller acreditado a los profesionales participantes en el proyecto: matronas, profesionales de pediatría y personal sanitario.
- El 1 de abril comienza oficialmente la recogida de datos. Durante los primeros meses, se revisan y ajustan las fichas de registro y se realiza seguimiento presencial en ambos centros.



- En el segundo semestre se intensifica la recogida de registros. En octubre se contabilizan 33 registros de matrona en el CS Saja, además de 10 y 12 registros de enfermería pediátrica. En noviembre, en el CS La Montaña, se registran 50 casos de matrona y 23 y 3 registros de enfermería pediátrica.
- Posteriormente se mantienen reuniones para explicar posibles dudas sobre las fichas diseñadas para la recogida de datos, conocer y ver el estado actual recogida.

### **Intervención Socio-Educativa en Menores con Sanciones por Consumo de Alcohol en Espacios Públicos**

El Programa consiste en una intervención psicoeducativa en menores ofertando, como alternativa a la sanción económica impuesta por consumo de alcohol en la vía pública, la realización de un trabajo comunitario junto con la asistencia a talleres en los que se le proporcionará información sobre los riesgos asociados con su consumo de alcohol y modificar sus actitudes respecto a dicho consumo. Se implicará a la familia en el abordaje de este problema con una sesión informativa sobre el alcohol, y sus riesgos, dando pautas sobre el manejo del consumo de alcohol por el menor.

Iniciada su implementación en el ayuntamiento de Camargo, seleccionado por su normativa en materia de sanciones por consumo de alcohol, en julio se amplió el proyecto a los ayuntamientos de Santa Cruz de Bezana y de Laredo.

Se amplian las acciones del programa con intervenciones en centros educativos, en la comunidad coincidiendo con el día mundial sin alcohol y con una campaña de señalización en los establecimientos.



Se realiza la supervisión de materiales y actividades y labores de coordinación con el IDIVAL.

## **Efectividad de una intervención basada en la evidencia para promover hogares libres del humo de tabaco en hogares con menores.**

Este proyecto se dirige a familias con menores y se centra en promover la adopción de una norma clara y consensuada de no consumo de tabaco ni de dispositivos de vapeo en el interior del hogar, incluyendo espacios como terrazas, balcones y ventanas. Se trata de una estrategia de salud pública orientada a la protección de los no fumadores frente a la exposición involuntaria al humo de tabaco y aerosoles, con un énfasis particular en la población infantil y no de una intervención de cesación tabáquica.

El programa incluye materiales de sensibilización para las familias, pautas para establecer reglas domésticas, llamadas de asesoramiento y motivación y seguimiento telefónico a los tres y seis meses con el fin de conocer el grado de implementación y mantenimiento de la norma en los hogares.



La evaluación de la efectividad de la intervención se basa en la recogida de datos autoreferenciados por parte de los participantes y sus familias, con un cuestionario que recoge información sobre el consumo de tabaco en el hogar, las reglas vigentes respecto al consumo en el domicilio y los cambios producidos tras la intervención. El análisis comparativo de los datos basales con los obtenidos en los seguimientos permitirá valorar tanto la viabilidad como el impacto del programa en la reducción de la exposición al humo ambiental en menores.

Durante 2025 el proyecto avanza fase previa a la implementación.

### **ACTIVIDADES REALIZADAS:**

- Adaptación de los materiales de intervención y el software necesario para la recogida de datos, diseñados por el Instituto de Oncología de Cataluña (ICO).
- Con motivo del Día Mundial Sin Tabaco, se realiza una encuesta tanto en centros sanitarios a población adulta, como en centros educativos a población menor de 18 años, sobre exposición al humo ambiental de tabaco y aerosoles

en el hogar, para conocer la situación en Cantabria previa a la implementación del programa. Los resultados serán presentados en la Conferencia Europea sobre Tabaco o Salud que tendrá lugar en Milán en mayo de 2026.

- En septiembre se celebra una reunión formativa presencial en el Instituto Catalán de Oncología y se mantiene coordinación técnica continua con ICO y FISABIO. También se presenta el proyecto a FAMPAs y CONCAPAs para facilitar la futura colaboración con los centros educativos. A lo largo del año se planifica el reclutamiento de AMPAs para enero de 2026.

En conjunto, 2025 permite dejar el proyecto completamente preparado para iniciar el reclutamiento en 2026, con los materiales finalizados, la coordinación interinstitucional establecida y la estrategia de captación definida.

## **PROGRAMA DE BUENAS PRÁCTICAS “CREACIÓN DE UNA RED DE CENTROS SANITARIOS SIN HUMO”**

Elaboración de la documentación para presentar el programa en la Convocatoria de Buenas prácticas 2025-2026 del Ministerio de Sanidad, dentro del Área: Estrategia de Promoción de la Salud y prevención en el SNS: Prevención del tabaquismo.

La Red Cántabra de Centros Sanitarios va dirigida, sobre todo, a desarrollar una estrategia común y coordinada entre los servicios sanitarios trabajando en la promoción de la salud, la prevención, el control y el tratamiento del tabaquismo, para así luchar contra el grave problema de salud pública que supone el consumo de tabaco.

## **ABORDAJE DEL CONSUMO DE ALCOHOL EN ATENCIÓN PRIMARIA**

Atención Primaria es promotora de salud y tiene un papel fundamental en la detección de personas con consumo de riesgo de alcohol, así como en el abordaje de los daños causados por este o la derivación a otros recursos. Se realizan actuaciones con el objetivo de identificar a personas con un consumo de riesgo y disminuir el consumo de alcohol y los problemas asociados al mismo.

El análisis de los datos registrados en el programa AP Cantabria se muestran en la siguiente tabla:

Indicador	Personas
Registro de consumo de alcohol	16.591
Personas que cumplimentan AUDIT	10.981 (1,52% consumo de riesgo)
Personas que cumplimentan AUDIT-C	4.625 (10,,8% consumo de riesgo)
Personas con episodios de consumo de alcohol en AP Cantabria	444

*Personas que participan en el programa de abordaje de consumo de alcohol en Atención Primaria 2025*

## PUBLICACIONES CIENTÍFICAS

A lo largo del año se presentan comunicaciones científicas en distintos congresos nacionales e internacionales:

- Comunicación oral en el XIII Congreso FAECAP: “Encuesta sobre abordaje del tabaquismo al personal de enfermería de Atención Primaria de Cantabria”
- Comunicación poster en el XV Congreso del Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo: “Encuesta sobre consumo de tabaco y prácticas asistenciales de los profesionales de medicina en Atención Primaria de Cantabria 2024”
- Comunicación poster en el I Congreso Regional de Salud y las XV Jornadas de Calidad y Seguridad del Paciente: “Cesación tabáquica en atención primaria: intervención grupal”
- Comunicación poster en la XVIII Conferencia Europea de Salud Pública: “Trends in tobacco use prevalence among primary care healthcare professionals in Cantabria, 2004–2024”
- Participación en la mesa redonda “Tratamiento del tabaquismo: perspectiva del médico, la psicóloga y el paciente”. Jornada del hospital sin humo. HUMV, octubre 2025.

## **ASISTENCIA A CONGRESOS Y JORNADAS**

- Webinar OMS Dia Mundial Sin Tabaco: Unmask the appeal of tobacco and nicotine products.
- Annual JA PreventNCD Meeting 2025 in Katowice, participación on-line.
- XV Congreso del Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo. Asistencia on-line.
- XX Congreso de Sedet: “20 años después: del negocio del tabaco, al negocio de la adicción a la nicotina”, Madrid.
- I Congreso Regional de Salud y las XV Jornadas de Calidad y Seguridad del Paciente. Comillas, 2025.
- Global Network Conference 2025, participación on-line.
- XVIII Conferencia Europea de Salud Pública, Helsinki.