

II Congreso Nacional

ESTILOS DE
VIDA
SALUDABLES



Una mirada
por curso de vida



Pontificia Universidad
JAVERIANA
Bogotá

| VIGILADA MINEDUCACIÓN |

VICERRECTORÍA
DEL MEDIO
UNIVERSITARIO



Raúl Alberto Angulo Muñoz
Antropólogo MSc.
Coordinador Línea de Salud - Centro de
Asesoría Psicológica y Salud
17-09-2018



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos

II Congreso Nacional

ESTILOS DE
VIDA
SALUDABLES



Una mirada
por curso de vida

Que el respeto no se esfume

Una propuesta novedosa para la transformación de comprensiones y significados frente al uso del Cigarrillo en la comunidad educativa Javeriana



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos



Contenido

1. Caracterización de la problemática
 - Nacional
 - En la Universidad
2. Antecedentes del proyecto
3. Proyecto que el respeto no se esfume
 - ¿Qué buscamos?
 - ¿Cuáles son nuestras inspiraciones conceptuales?
 - ¿Qué estamos haciendo?
 - ¿Cómo lo hacemos?
4. Aprendizajes y recomendaciones





1. Caracterización de la problemática Nacional

II Estudio Epidemiológico Andino sobre Consumo de Drogas en la Población Universitaria (2012)

- Bolivia, Colombia, Ecuador y Perú
- Total: 22.389 hombres y mujeres
- **La prevalencia de último año de uso de tabaco en Colombia es de 33,9%**
- En todos los países la cifra de uso es considerablemente mayor entre los hombres que entre las mujeres.
- **La edad promedio de inicio en uso de tabaco es de 15,9 años en Colombia.**
- El 80,2% de universitarios en Colombia, percibía un gran riesgo frente al consumo frecuente de tabaco.

III Estudio Epidemiológico Andino sobre Consumo de Drogas en la Población Universitaria (2016)

- Bolivia, Colombia, Ecuador y Perú
- Total 23.243 hombres y mujeres
- 2016 se registran las tasas más bajas de consumo de tabaco de toda la serie de estudios iniciada en 2009.
- **Importante disminución en la prevalencia de último mes o consumo actual de tabaco considerando a los cuatro países combinados, con tasas de 17,1% en 2016 y 22% en 2012.**
- **Cigarrillos electrónicos:** La prevalencia de uso alguna vez en la vida de cigarrillos electrónicos presentó las siguientes prevalencias: 12,8% en Bolivia, 16,1% en Colombia, 27,4% en Ecuador y 12,5% en Perú, con un mayor uso entre los hombres.





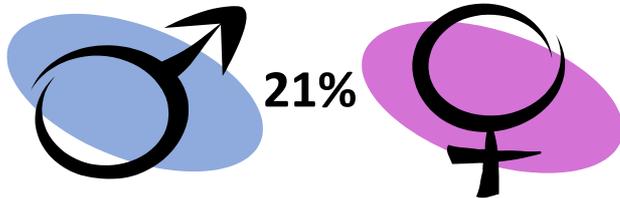
1. Caracterización de la problemática En la Universidad - 2013

Menores de 18 años

De los 154 estudiantes que no fumaban antes del ingreso a la universidad el 81% continuaba sin fumar al momento de la encuesta

18 años y mas

La proporción de estudiantes fumadores actuales se incrementa con la edad, siendo el 19% a los 18 años y llegando al 28% a los 25 años



25%

17%

| Consumo | Prevalencia |
|---|-------------|
| Ha fumado alguna vez en la vida | 49% |
| Fumó un cigarrillo completo el último mes | 19% |
| Fuma entre 1 y 3 veces al mes | 9% |
| Fuma algunas veces a la semana | 8% |
| Fuma diariamente | 3% |

(La Javeriana me cuida - 2013)





1. Caracterización de la problemática En la Universidad (2012-2016)

Estudio descriptivo de corte transversal con base en la revisión de la base de datos de un programa de cesación de tabaco en un servicio médico universitario, durante los años 2012 – 2016.

Población: profesores, estudiantes y personal administrativo de una Institución de Educación Superior asistentes al programa de cesación de tabaco durante el período de tiempo analizado (total 134 usuarios).

El estrés o compartir socialmente con otros fumadores incrementan la posibilidad de consumo y de recaída cuando se hacen intentos de cesación;

FACTORES INDIVIDUALES ASOCIADOS CON LA INTENCIÓN DE DEJAR DE FUMAR

| Motivaciones actuales para dejar de fumar | Porcentaje |
|--|------------|
| Miedo a enfermar | 40,3% |
| Mejorar salud | 35,7% |
| Libertad personal (no depender del tabaco) | 11,6% |
| Satisfacción personal | 7% |
| Otro | 5,4% |





1. Caracterización de la problemática En la Universidad – 2016

III Estudio Epidemiológico Andino Sobre consumo de drogas:

El 60,59% de los estudiantes manifiesta haber consumido tabaco alguna vez en la vida.

El consumo reciente (último año) se da en un 40,27%

El consumo de último mes alcanza un 27,66% (consumo actual)





1. Caracterización de la problemática En la Universidad – 2017

Estudio de la Facultad de Medicina (2017):

- 176 encuestas a criterio – Focos de consumo de la Universidad.
- El estudio muestra que la edad promedio de inicio del consumo en la muestra fue de 14,3 años
- Factores más frecuentes para el inicio del hábito:
 - **Presión social (34,6%)**
 - **Curiosidad (24,7%)**
 - **Estrés (17,6%)**

La poca resistencia a la presión del entorno es la principal causa del inicio del hábito de fumar.





2. Antecedentes del Proyecto

- Investigaciones frente al tema
- No venta al menudeo
- Retiro ceniceros y encendedores
- Cajetilla más costosa
- Clínica para dejar de fumar
- Circular interna: Conocimiento norma
- Implementación señalética a partir de la Ley 1335

Se inicia la estrategia comunicativa para disminuir el consumo de cigarrillo, inicialmente en espacios cerrados.

Visibilización de la problemática

2003

2006
2007

2008
2010
2011

2014-2018



- Apuesta por la transformación de comprensiones y significados
- Cambios en prácticas socio culturales asociadas al cuidado.
- Circular 01 de 2015
- Desarrollo de estrategias novedosas 2014-2018



2. Antecedentes del Proyecto Convenio Marco

El Convenio Marco de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para el Control del Tabaco, es un tratado multilateral de lucha mundial contra el tabaquismo ratificado por más de 150 países

- Promulgado en 2003 entró en vigor en 2005.
Ratificado por Colombia 2008.
- Insta a sus miembros a comprometerse con la protección de la salud de sus poblaciones.
- A partir de este tratado, la OMS ha establecido la estrategia MPOWER, un plan integrado por las seis medidas más importantes y eficaces de control del tabaco.



2. Antecedentes del Proyecto

Temas priorizados



Definidos a partir de:

Línea base del sistema de vigilancia en la javeriana nos cuidamos

Perfiles de Riesgo Colectivo

Lectura de realidad de la Comunidad Educativa

Experiencias del equipo del proyecto



2. Antecedentes del Proyecto

Una apuesta novedosa



- Necesidad de aproximaciones no convencionales:
- No desde el miedo
- No exclusivamente desde lo punitivo y la sanción
- Apuesta desde la formación integral, el reconocimiento del otro y del entorno
- Implementación de la normatividad vigente
- Múltiples canales de comunicación
- Resignificación del consumo en un marco de respeto y derechos
- Mirada ambiental en consonancia con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (Objetivo 3:Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades)





3. Proyecto Que el respeto no se esfume

¿Qué buscamos?

Promover la transformación de comprensiones y significados frente al uso del cigarrillo y sus efectos en los miembros de la Comunidad Educativa Javeriana.

¿Cuáles son nuestros propósitos

- Disfrutar de un ambiente libre de humo de tabaco
- Respetar la ley 1335 de 2009 y las disposiciones institucionales
- Favorecer el reconocimiento del otro
- Compromiso con el cuidado de la CEJ

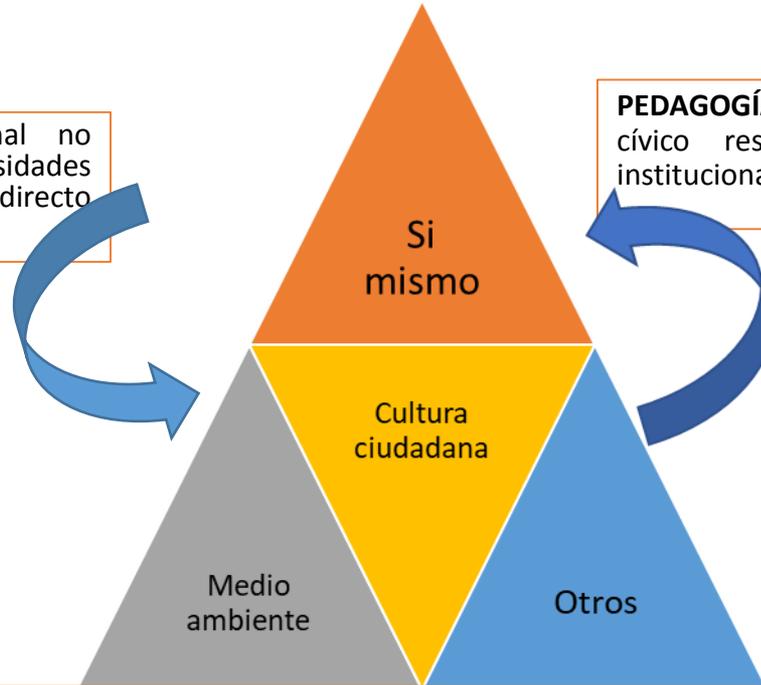
Que el
RESPECTO
NO SE
Esfume

HAGAMOS DE NUESTRA UNIVERSIDAD
UN ESPACIO LIBRE DE HUMO DE CIGARRILLO



¿Cuáles son nuestras inspiraciones conceptuales?

- **ÉTICA DEL CUIDADO:** ética relacional no individual, requiere de espacio, de necesidades expresadas y que se basa en el encuentro directo con el otro. Relaciones de cuidado.



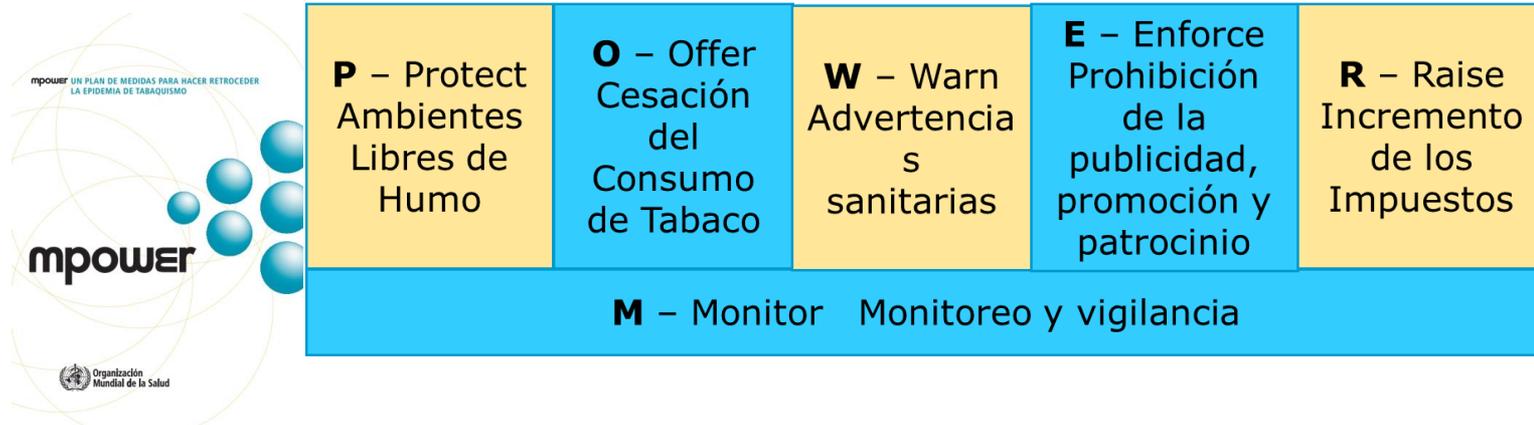
PEDAGOGÍA DEL EJEMPLO: comportamiento cívico responsable por parte de actores institucionales.

CULTURA CIUDADANA: costumbres, acciones y normas compartidas propician el sentido de pertenencia, facilitan la convivencia urbana y favorecen el respeto del patrimonio común y el reconocimiento de los derechos y deberes ciudadanos (Franky, 1999); deberes que surgen del coexistir social y del reconocimiento del otro (Illeras, 2005).

¿Cuáles son nuestras inspiraciones conceptuales?

MPOWER

- Contiene las medidas más costoefectivas para reducir la prevalencia del consumo de tabaco.
- Proporciona los instrumentos necesarios basados en evidencia para el control de tabaco y cumplir con los compromisos del Convenio Marco para el control del tabaco.





¿Cuál es nuestra estrategia metodológica?





¿Qué estamos haciendo?

- Transformando **comprensiones y significados** frente al uso del cigarrillo y sus efectos
- Diseñando **estrategias metodológicas innovadoras** que impacten en el consumo de cigarrillo en la universidad.
- **Caracterizando el fenómeno de consumo** de tabaco en la universidad
- Fortaleciendo los **recursos personales para la toma de decisiones** frente al consumo de cigarrillo
- Generando experiencias con **actores clave para incidir** en lineamientos institucionales





¿cómo lo hacemos?

| | | Nivel de prevención | | |
|-------------------------|--------------|--|---|--|
| | | Universal | Selectivo | Indicado |
| Modalidad de prevención | Específica | <ul style="list-style-type: none"> •Circulares VMU (M – E - R) •Sketch “Contaminator” “Ricardo... Jorge” (P) •Día mundial sin tabaco (M) •Tamización tabaquismo a usuarios del CMU (O) •El pulmón que más sopla (P) •¿por qué sí? ¿por qué no? (M - P) •Mitos y realidades sobre el cigarrillo. (W) •Señalética (P) •Posters impacto ambiental (W) •Videos sensibilización (P – W) | <ul style="list-style-type: none"> •Cigarrillo: ¿Asunto de uno o de todos? (P – W) •Parciales y cigarrillo (P - W) •Escenario de participación (M – E – W) •Consejería breve a usuarios fumadores CMU (O) | <ul style="list-style-type: none"> •Clínica para dejar de fumar (O) |
| | Inespecífica | <ul style="list-style-type: none"> •A qué huele la Javeriana (M) | <ul style="list-style-type: none"> •El Jardín de la vida (P) •El artista que quiero ser (P) | |
| | | Caracterización del consumo de tabaco en la CEJ (M) | | |





Algunas estrategias Metodológicas Universal



- ¿A qué huele la Javeriana?
 - Seguimiento a zonas
- ¿Por qué si y por qué no?
- Estudios e Investigaciones





Algunas estrategias Metodológicas Universal

Estrategias lúdico reflexivas en campus

- El pulmón que más sopla
- Cigarrillo ¿Asunto de uno o de todos?
- El jardín de la vida
- El artista que quiero ser





Algunas estrategias Metodológicas Universal

- Sketchs:
 - Contaminator
 - Ricardo Jorge
- Conversatorios:
 - Parciales y Cigarrillo

Curso:

- Cigarrillo: ¿Asunto de uno o de todos?
- Clínica para dejar de fumar





Algunas estrategias Metodológicas Universal

- Fortalecimiento de recursos personales
 - Escenarios de participación estudiantil:
 - Estrategia de pares para pares





Algunas estrategias Metodológicas Selectivo

- Conversatorios:
Parciales y Cigarrillo
- Curso:
 - Cigarrillo: ¿Asunto de uno o de todos?



Cigarrillo: ¿asunto de uno o de todos?

Participa de un espacio de conversación y reflexión respecto al cuidado individual y el bien común en relación a la dinámica del consumo de cigarrillo en la universidad.

Día: Miércoles 27 de septiembre
Hora: 11:00 a.m. - 1:00 p.m.
Lugar: Edificio Fernando Barón, S.J, Salón 205
Informes: universidadsaludable@javeriana.edu.co



Algunas estrategias Metodológicas Indicado

- Clínica para dejar de fumar

¿Qué es la
**CLÍNICA
PARA DEJAR
DE FUMAR?**



*Que el
RESPECTO
NO SE
Esfume*

HAGAMOS DE NUESTRA UNIVERSIDAD
UN ESPACIO LIBRE DE HUMO DE CIGARILLO

¿Puedo dejar de fumar?

Sí, dejar de fumar es posible
y tú puedes conseguirlo
en la Clínica para dejar de fumar

Mayores informes:
Consultorio Médico Universitario
Cra. 7 No. 40B-17, Javesalud
clinicacigarrillo@javeriana.edu.co

ÚNETE A LA INICIATIVA
Y HAZ QUE EL RESPECTO NO SE ESFUME.





Articulaciones Intra e Interinstitucionales



SECRETARÍA DISTRITAL DE AMBIENTE



Fundación Colombiana del **Corazón**



Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos



4. Aprendizajes y recomendaciones

- Importancia del trabajo colectivo e interdisciplinario
- No señalar ni juzgar
- Intervenciones constantes en el campus
- Visibilizar constantemente la normatividad
- Darle relevancia a las opiniones del fumador y empoderar al no fumador
- No es personal
- Apuesta por una perspectiva de cultura ciudadana
- Bien común y relacionamiento en un marco de respeto



Recomendaciones



Caracterizar el fenómeno – contar con líneas base.

Generar estrategias de intervención en consonancia con las necesidades identificadas.

Generar estrategias de pares para pares

Innovar.

Vincular actores institucionales clave. – Compromiso institucional.

La diversidad de estrategias pedagógicas y de intervención en los distintos niveles de prevención, centradas en el cuidado y el respeto



En la voz de los estudiantes

“Pensar en mis acciones-no fumar...mi salud”

“...Que debemos tomar conciencia sobre el uso del cigarrillo...”

“Muy chéveres las burbujas, llega el mensaje”

Aprovechar cada momento de mi vida, sin vicios ni maleza en mi jardín. Amar a los demás

Que la vida no es fumar, porque se va y termina como una colilla. Que fumar no siempre es el mejor plan”



“Ser más responsable con mis decisiones...”

Que debó llevar una vida sana...debo pensar en las personas alrededor

“Fumar no es malo únicamente para el que fuma, sino también para los que lo rodean...”





Gracias

raul.angulo@javeriana.edu.co

asesoriaysalud@javeriana.edu.co

<http://www.javeriana.edu.co/medio-universitario>

<http://www.javeriana.edu.co/medio-universitario/asesoria-psicologica-y-salud>





Titulo

Cuerpo de texto tamaño 18 puntos.

Este texto es un ejemplo. Puede editarlo y reemplazar por el texto que usted necesite exponer. Procure mantener este tamaño de letra.

Utilice las opciones de diapositivas según su gusto.





Titulo

Cuerpo de texto tamaño 18 puntos.

Este texto es un ejemplo. Puede editarlo y reemplazar por el texto que usted necesite exponer. Procure mantener este tamaño de letra.

Utilice las opciones de diapositivas según su gusto.

Las imágenes no deben cubrir el escudo de la ciudad de Medellín →





Cuerpo de texto tamaño 18 puntos.

Este texto es un ejemplo. Puede editarlo y reemplazar por el texto que usted necesite exponer. Procure mantener este tamaño de letra.

Utilice las opciones de diapositivas según su gusto.

Las imágenes no deben cubrir el escudo de la ciudad de Medellín →





Alcaldía de Medellín
Cuenta con vos