

¿Qué puede hacerse acerca del humo ambiental del tabaco?

Hogares libres de humo de tabaco

El mejor lugar para empezar es en casa. Haga de su hogar un sitio libre de humo de tabaco. Informe a sus seres queridos y visitantes que usted se preocupa por la salud de ellos y por la suya propia. Coloque carteles y tarjetas que les recuerden a sus invitados que están en una zona libre de humo de tabaco.

Centros de trabajo libres de humo de tabaco

Propugne por que haya centros de trabajo libres de humo de tabaco. Si el lugar donde usted trabaja todavía no está protegido contra el humo de tabaco, póngase en contacto con grupos de empleados, la administración, los dueños de edificios, etc., e infórmeles de que las restricciones del acto de fumar en el lugar de trabajo pueden beneficiar a todos. Hay muchos motivos válidos para proteger la salud de los empleados y crear lugares de trabajo libres de humo ambiental del tabaco:

- La salud, la productividad y la moral de los empleados son superiores en un lugar de trabajo libre de humo de tabaco.
- Las restricciones del acto de fumar alientan a algunos empleados a fumar menos o incluso a dejarlo del todo, lo que conlleva menos absentismo, menores costos de atención de salud y un aumento de la productividad.¹
- Los centros de trabajo libres de humo de tabaco gastan menos en limpieza, sus muebles y equipos sufren menos daño y tienen un menor riesgo de incendio.
- Los lugares de trabajo libres de humo de tabaco a menudo reducen el riesgo de otros peligros industriales, en particular de productos químicos.² En muchos centros de trabajo, el tabaquismo constituye un grave riesgo de incendio y seguridad.
- Los lugares de trabajo libres de humo de tabaco pueden ayudar a los empleadores a que eviten reclamos de indemnización por accidentes de trabajo relacionados con el tabaquismo.

En varios países, los empleados han acudido a los tribunales para proteger sus centros de trabajo del humo de tabaco. En los Países Bajos, el Fondo de Asma patrocinó recientemente un caso contra la Oficina Holandesa de Correos que estableció el precedente legal del derecho a un lugar de trabajo libre de humo de tabaco.³

Comercios libres de humo de tabaco

Apoye los negocios y los restaurantes libres de humo de tabaco y aliente a los establecimientos que todavía no lo han hecho a que adopten una política de prohibición del acto de fumar. ¡Si su restaurante favorito es de los que permite fumar, informe al dueño que sepa que las especialidades de la casa sabrían aun mejor sin el humo de tabaco!

En muchos países del mundo, se están elaborando e implantando políticas de prohibición del acto de fumar. Hay muchos estudios y logros ejemplares para disipar los temores de que los ingresos disminuirían debido a las restricciones del acto de fumar. Un estudio reciente en los EUA revela que las políticas de prohibición del acto de fumar no tuvieron ninguna repercusión negativa en los ingresos de restaurantes y bares en 80 localidades; ¡y que en algunos casos, las ventas aumentaron!

Las políticas de prohibición del acto de fumar son no solo para restaurantes, cafés y bares. En todo el mundo hoteles, compañías aéreas, agencias de alquiler de automóviles, tiendas de departamentos, taxis, entidades de transporte público han implantado con éxito sus propias políticas, con la correspondiente protección de la salud de los clientes y los empleados, reducción de costos de mantenimiento y mejora del negocio.

¹ Un estudio económico de 1997, encomendado por el gobierno canadiense, calculó que cuesta C\$2.560 (aproximadamente US\$ 1.870) más emplear a un fumador que a un no fumador.

² Véase el documento de 1999 del Programa Internacional de Seguridad de las Sustancias Químicas sobre el tema "Environmental Health Criteria 211: Health Effects of Interactions arising from Tobacco Use and Exposure to Chemical, Physical or Biological Agents", en http://www.who.int/pes/docs/ehc_211.html.

³ Véanse los informes de prensa de Astma Fonds, en http://www.astmafonds.nl/artikel.phtml?URI=nieuws/persb.phtml&nav=nieuws/_nav.phtml



Crear alianzas dentro de la comunidad

El humo ambiental del tabaco afecta prácticamente a todos. Muchos grupos están preparados para actuar y son capaces de hacerlo. Busque dentro de su comunidad para obtener apoyo a la creación de lugares libres de humo de tabaco.

Los grupos que trabajan en asuntos de salud de la comunidad y atención de salud a menudo tienen gran experiencia en campañas de información sobre muchos aspectos del consumo de tabaco.

Los profesores y otros educadores se hallan en una posición privilegiada para informar a los jóvenes acerca de los peligros del humo ambiental del tabaco y ayudar a movilizar las campañas de promoción de la causa entre la juventud. A menudo son particularmente sensibles a los temas del tabaquismo en la juventud y la salud infantil.

Los ambientalistas son también probables defensores de las leyes sobre el aire limpio en ambientes cerrados. Las semejanzas entre el humo ambiental del tabaco y otras formas de contaminación son claras: el humo ambiental del tabaco es un subproducto de una industria sumamente lucrativa que hace que los individuos, los gobiernos y los negocios carguen con los costos financieros y de salud de sus acciones.

Los clubes deportivos y los entrenadores también se hallan en buena posición para saber cómo el tabaco y el humo ambiental del tabaco disminuyen el rendimiento físico y debilitan el organismo humano.

Diríjase a la comunidad, los empresarios y los líderes espirituales para conseguir apoyo. Estos líderes a menudo tienen influencia y acceso a infraestructura para llegar a muchas personas con sus mensajes.

La cooperación y la buena voluntad pueden ser muy útiles, pero tal vez no sean suficientes para proporcionar protección contra el humo ambiental del tabaco. Diríjase a sus representantes ante el poder legislativo e insteles a que creen y apoyen leyes, así como también que hagan cumplir las ya existentes, que garanticen los lugares libres de humo de tabaco.

Actividades para el Día Mundial Sin Tabaco y para más adelante...

Aproveche el Día Mundial Sin Tabaco, el 31 de mayo, para planificar actos que apoyen sus metas a largo plazo. Las siguientes son algunas ideas para los actos de ese día:

- Aproveche la oportunidad para concentrar la atención de los medios de comunicación en el humo ambiental del tabaco y la necesidad de tomar más medidas al respecto. Informe a estos medios de sus actividades, o convoque una conferencia de prensa.
- Organice un congreso de niños o una cumbre de la juventud donde los jóvenes redacten y aprueben una resolución en la que pidan a los gobiernos que protejan sus derechos a la salud y al aire limpio.
- Considere la posibilidad de extender el Día Mundial Sin Tabaco a una semana sin tabaco, o un mes de aire limpio o un 2001 sin tabaco. Trate de poner de relieve el tema el mayor tiempo posible.
- El Día Mundial Sin Tabaco es una buena oportunidad para que entren en vigor iniciativas de aire limpio. Por ejemplo, las escuelas, los restaurantes o los hospitales de un pueblo serán sitios libres de humo de tabaco desde el 31 de mayo. También puede utilizarse eficazmente como un día para anunciar nuevas iniciativas que entrarán en vigor a partir de una fecha futura específica: por ejemplo, un centro de trabajo puede anunciar un período de incorporación progresiva de la prohibición de fumar que finalizará el Día Mundial Sin Tabaco del siguiente año.
- Organice concursos y competencias para aumentar la participación pública. Un ejemplo podría ser un concurso de "hogares libres de humo de tabaco", que culmine el Día Mundial Sin Tabaco, en el que los padres que inscriben sus hogares pueden recibir premios y reconocimiento. Los lugares de trabajo pueden organizar actos especiales y proporcionar información a los empleados acerca del humo ambiental del tabaco. Los lugares de trabajo que todavía no están protegidos del humo de tabaco pueden patrocinar un día o una semana sin tabaco. Un complemento importante sería proporcionar programas para ayudar a los empleados a que dejen de fumar.
- Estimule a los restaurantes a que se declaren libres de humo de tabaco un día, una semana o permanentemente. Estos restaurantes pueden formar parte de un festival de comidas que se realice



el Día Mundial Sin Tabaco. Pueden distribuirse a los restaurantes locales tarjetas para las mesas y otros elementos que fomenten el comer libre de humo de tabaco. A los restaurantes que prohíban fumar se les puede honrar con un “sello de aprobación por proteger del humo de tabaco” para pegarlo en la puerta. Cree un sitio en la Web o una publicación que proporcione una lista actualizada de restaurantes, cafés y bares que protegen su atmósfera del humo de tabaco.

- Cree y divulgue una guía turística con información sobre lugares libres de humo de tabaco en su ciudad, en la que figuren restaurantes, cafés y otros establecimientos donde se prohíbe fumar. Como este tipo de guía se presta bien a anuncios y patrocinadores, por lo general estos pueden financiarlos.
- Consiga la participación de músicos a quienes no les gusta tocar en lugares con humo para que realicen conciertos “sin tabaco” en honor del Día Mundial Sin Tabaco. Los lugares que tradicionalmente permiten fumar podrían usar este día para iniciar, a título de prueba, una noche a la semana en que se prohíbe fumar.
- Inicie una campaña de envío de cartas a los representantes locales ante el poder legislativo y a los jefes de redacción de los periódicos para informar y promover actividades acerca del problema del humo ambiental del tabaco.

