



Observatorio de la Infancia en Andalucía
CONSEJERÍA PARA LA IGUALDAD Y BIENESTAR SOCIAL



**Proyecto Déjalo y Gana
'Quit & Win'**

**Observatorio de la Infancia en Andalucía
Escuela Andaluza de Salud Pública
Consejería para la Igualdad y Bienestar Social
Consejería de Salud**

Equipo Coordinador para España:

Mariano Hernán García (Coordinador)

Silvia Bustamante Elvira

Ainhoa Rodríguez García de Cortázar

Colaboran:

Andrés Cabrera León

Francisco Jesús Alaminos Romero

Dirección de contacto:

silvia.bustamante.easp@juntadeandalucia.es

Página web: www.easp.es/dejaloygana

Campus Universitario de Cartuja. Cuesta del Observatorio, 4

Ap. Correos 2070 Granada 18080 España

Tel.: +34 958 027 459 Fax: +34 958 027

El Proyecto Déjalo y Gana

Déjalo y Gana es un programa comunitario para la prevención y cesación del tabaquismo y la promoción de la salud en la juventud dentro del marco de la Red Europea de Jóvenes y Tabaco (ENYPAT).

Los programas comunitarios de prevención de tabaquismo han sido estimulados por la OMS y otras asociaciones y entidades científicas públicas y privadas. Constituyen uno de los instrumentos más utilizados en todos los países. Puede tratarse de programas aislados, realizados aprovechando efemérides como el día Mundial sin Tabaco (31 de Mayo), y pueden utilizarse medios muy diversos, o programas prolongados en el tiempo (M. Barrueco et al., 2003). Entre dichos programas, destaca ya por su tradición e implantación el programa Déjalo y Gana (Quit & Win), adoptado por numerosos organismos internacionales y administraciones públicas a todos los niveles, y que en España está adquiriendo protagonismo impulsado por las administraciones sanitarias autonómicas (H. Pardell, 2002). En Andalucía, la dirección del Observatorio de la Infancia en Andalucía coordina el proyecto, cuya población diana es la juventud de 15 a 19 años.

Las intervenciones basadas en la comunidad están consideradas útiles para ayudar a fumadores previamente motivados a dejarlo. El desarrollo de estrategias realizadas en la escuela con participación de los medios de comunicación y otros tipos de actividades comunitarias debería retrasar o prevenir el inicio del tabaquismo en un 20-40% de los adolescentes (P. Tonnesen, 2002).

En Europa, el concurso “Déjalo y Gana, no empieces y gana” (“Quit & Win, don’t start & win”) comenzó como una propuesta resultado de las deliberaciones de un grupo de trabajo formado por ENYPAT en Edimburgo (1998). El concurso fue pilotado en Finlandia con jóvenes de 16 a 25 años que decidieron dejar de fumar o seguir sin hacerlo durante un mes. Si conseguían tener éxito formaban parte de un primer concurso. Si decidían mantenerse sin fumar durante 6 meses, participaban en un segundo concurso. Alrededor de 18,000 jóvenes participaron.

De las personas que intentaron dejar de fumar, aproximadamente un 38% lo consiguieron.

En el 2004, el programa en Europa se encuentra en la 5ª edición, mientras que en España, y en concreto en Andalucía, éste es el tercer año consecutivo que se lleva a cabo.

Objetivos del Programa Déjalo y Gana

El objetivo del proyecto es el de ayudar a jóvenes que fuman a abandonar el hábito y jóvenes que no fuman a continuar sin fumar.

El programa pone énfasis en los beneficios del abandono del tabaco, mientras que intenta sensibilizar sobre los riesgos de su consumo.

Promueve la inclusión, en las agendas de adultos y profesionales, de la cesación tabáquica en jóvenes.

Contribuye a actualizar el conocimiento sobre las necesidades de la juventud entorno al consumo de tabaco.

Todo ello, constituye una base sólida para el desarrollo de programas de cesación individual y grupal con implementación escolar.

Países Participantes

En el 2004, el programa Déjalo y Gana se ha llevado a cabo simultáneamente en 7 países europeos: Alemania, España, Finlandia, Grecia, Islandia, Italia, Reino Unido y Suecia. En ediciones pasadas también han participado otros países como Dinamarca y Noruega.

Centros Educativos Participantes

En Andalucía participan alumnos de enseñanza secundaria (15-19 años de edad) que deseen adscribirse voluntariamente al programa. Inicialmente fueron 150 institutos participantes en la edición 2002, 205 en 2003 y 213 en 2004.

Se facilita a los centros la información pertinente para preparar y divulgar la competición, en esta tarea cumplen un papel fundamental los orientadores de los institutos, cuyo grado de implicación y formación está estrechamente relacionado con la tarea que nos proponemos realizar.

Para que el concurso sea más eficaz se ubica en centros docentes de áreas previamente seleccionadas pertenecientes en su mayoría al Programa Forma Joven de promoción de la salud en centros docentes en el que participan la Consejería de Educación, la Consejería de Salud y la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social por medio del Instituto de la Juventud y el Observatorio de la Infancia en Andalucía.

Alumnos y Alumnas Participantes

En las pasadas ediciones el proyecto ha animado alrededor de 70,000 jóvenes europeos a participar en el concurso. De esta forma, ha ayudado a incrementar la sensibilización entorno al tabaquismo en medios de comunicación, escuelas y las propias personas jóvenes.

Andalucía en particular, en la edición del 2004, alumnos y alumnas de diversos institutos de educación secundaria, en su gran mayoría pertenecientes al programa Forma Joven, son invitados a participar en el concurso.

Para poder participar hay que tener de 15 a 19 años. Las personas que fuman se comprometen a dejar de fumar durante el un mes (mayo en todas las ediciones llevadas a cabo hasta el momento), y las que no consumen tabaco, se comprometen a no iniciarse en el hábito durante el mismo periodo de tiempo.

Bases del Concurso

PARTICIPANTES: Jóvenes de 15 a 19 años.

REGLAS: Las personas fumadoras dejarán de hacerlo durante el mes de mayo y las no fumadoras no se iniciarán en el hábito durante el mismo periodo de tiempo.

INSCRIPCIÓN: Es necesario inscribirse a través de las tarjetas que se envían a centros educativos o directamente a través de esta página web: www.easp.es/dejaloygana .

PUBLICIDAD: Se envían tarjetas de inscripción y material promocional del concurso a los centros educativos. A través de la página web además de poder inscribirse para participar, se puede acceder a información, recursos y enlaces relacionados con la promoción de salud y está pensada no solo para servir de

apoyo a los jóvenes sino a los profesionales de la salud y la educación que quieran abordar esta temática. La radio y la prensa escrita también se hacen eco de la puesta en marcha del concurso.

PERSONAS PREMIADAS: Se realiza un sorteo de una cantidad económica entre quienes consiguen permanecer sin fumar o dejarlo durante el concurso.

Financiación

“Déjalo y Gana” está cofinanciado por la Escuela Andaluza de Salud Pública y la Comisión Europea dentro del marco del Programa Europeo Contra el Cáncer.

Población Objetivo

La población concreta a la que va dirigida la intervención son jóvenes de edades entre los 15-19 años. Se trata de un rango de edad en el que hay un incremento en la susceptibilidad a iniciarse en el consumo de tabaco y donde el entorno social y comunitario, así como la influencia de los iguales pueden jugar un papel fundamental para determinar comportamientos futuros (Filice G.A. et al., 2003).

Apoyos y Organismos Colaboradores

Se plantea una estrategia global de comunicación y publicidad. Para obtener un resultado positivo, debemos ser realistas sobre los medios a nuestra disposición, y saber cómo utilizarlos eficazmente. Debemos indagar y ser capaces de detectar y potenciar todos los apoyos disponibles posibles, estableciendo relaciones con todas aquellas personas e instituciones públicas o privadas que puedan ayudarnos actuando o mediando en nuestro favor. La inclusión de la competición en campañas, eventos, presentaciones, y así sucesivamente puede actuar como elemento reforzador para hacer que el mensaje “anti-tabaco” llegue al mayor número de personas posible. El uso de Internet disemina también información sobre el concurso y representa el medio de contacto más directo con la juventud participante.

La Consejería de Educación y Ciencia, la Consejería de Salud y la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social apoyan el proyecto. De la coordinación para

España se ocupan el Observatorio de la Infancia en Andalucía y la Escuela Andaluza de Salud Pública.

Para que la intervención se desarrolle con éxito y para alcanzar los objetivos propuestos, se ha establecido una estrategia de diseño del concurso, basada en una eficaz y consolidada red de contactos con instituciones, organizaciones, asociaciones y programas relacionados con el asunto en cuestión, sin olvidar mediadores y mediadoras en salud (en nuestro caso los pertenecientes al programa Forma Joven, miembros de asociaciones juveniles, profesores/as y alumnos y alumnas) en las escuelas, quienes ayudan a incrementar el conocimiento entre la población, mediante el uso de campañas institucionales y estrategias de comunicación. También facilitan el acceso a la información sobre el concurso en los centros, y pueden colaborar con el seguimiento del proceso en conjunto para producir un análisis en profundidad de las posibles mejoras de cara a futuras intervenciones.

Participación y Efectividad Concurso Déjalo y Gana Ediciones 2003/2004

Antecedentes

- En España en el 2002, la prevalencia en la población escolar entre 14 a 18 años que fuma habitualmente es del 28,8%. La media de edad de inicio al consumo se encuentra alrededor de 13,1 años ⁽¹⁾.
- En Andalucía en el 2002, el 78,8% de las personas fumadoras de 14 a 18 años, lo hace a diario ⁽²⁾.
- Este tipo de intervenciones ha sido demostrada en diversos países Europeos, variando entre el 12% y el 35% la proporción de personas fumadoras al inicio del concurso, que se mantienen sin fumar un año después ⁽³⁾.

⁽¹⁾ Encuesta sobre Drogas a la Población Escolar 1994-2002. Observatorio Español sobre Drogas.

⁽²⁾ Encuesta a la Población Escolar (Andalucía) 2002. Federación Andaluza para la Atención a las Drogodependencias.

Objetivos

- Describir la participación de la población escolar andaluza de 15 a 19 años en el concurso Déjalo y Gana (Quit & Win) 2004 comparando con la edición anterior (2003).
- Evaluar la eficacia del concurso en la prevención del tabaquismo, ayudando a abandonar el consumo o a retrasar la edad de inicio (Concurso 2003).

Métodos

Diseño e instrumentos

- 2003: Pretest-postest sin grupo de control a través de:
 - 1º) Cuestionario adjunto a la inscripción, previo al inicio del concurso.
 - 2º) Cuestionario telefónico, a una muestra de 576 participantes, 5 meses después de que se inscribieran en el concurso, para evaluar la eficacia de éste en la prevención del tabaquismo (concurso 2003).
- 2004: Cuestionario adjunto a la inscripción, previo al inicio del concurso.

Universo de estudio

- 3222 estudiantes en el año 2003 Institutos de Enseñanza Secundaria en Andalucía.
- 2492 estudiantes de 213 en I.E.S. en Andalucía participantes en el concurso 2004.

Periodo de estudio

- Del 1 de mayo al 30 de octubre, 2003.
- 1 de Mayo, 2004.

Mediciones realizadas

Principalmente fueron:

⁽³⁾ Korhonen T, McAlister A, Laaksonen M, Laatikainen T, Puska P. International quit and win 1996: standardized evaluation in selected campaign countries. *Prev Med.* 2000 Dec;31(6):742-51.

- 1º) Consumo de tabaco en participantes, frecuencia con la que fuman, pensamiento e intento de abandonar el hábito, deseo de apoyo para dejar o seguir sin fumar, tipo de apoyo, sexo, edad y provincia de residencia.
- 2º) Evaluación de la Efectividad (2003): Situación actual, y durante el concurso, en relación al tabaco, motivos para dejarlo, frecuencia del hábito, pensamiento, intento y logro de dejarlo, grado de dificultad percibida para no fumar, tiempo sin fumar, razones para participar en el concurso, contribución de éste para dejar el hábito, razones, realización de otras actividades en el aula o/y en el centro escolar.

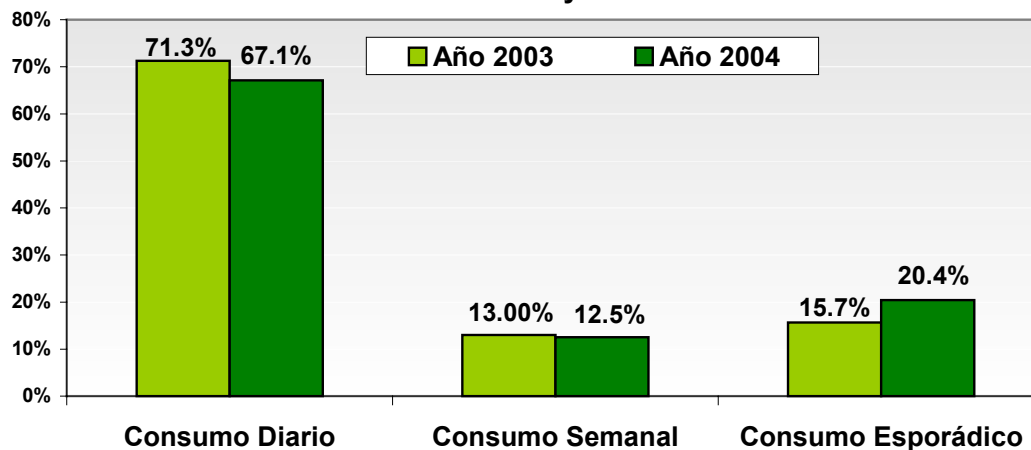
Análisis Estadístico

Análisis univariante (frecuencias, porcentajes, media aritmética, desviación típica); bivariante (tablas de contingencia, chi-cuadrado, OR) y análisis según las variables de sexo y edad.

Resultados

- En el “Déjalo y Gana 2004” la edad media de las personas que participan es de 15,9 años.
- Las chicas han participado en mayor proporción que los chicos en las últimas ediciones (56.9% en 2004, 58.5% en 2003).
- Las personas no fumadoras son las que más participan (75,1% en el 2003 y 74,6% en el 2004).
- En relación al 2003, el porcentaje de personas participantes que fuman a diario ha disminuido.

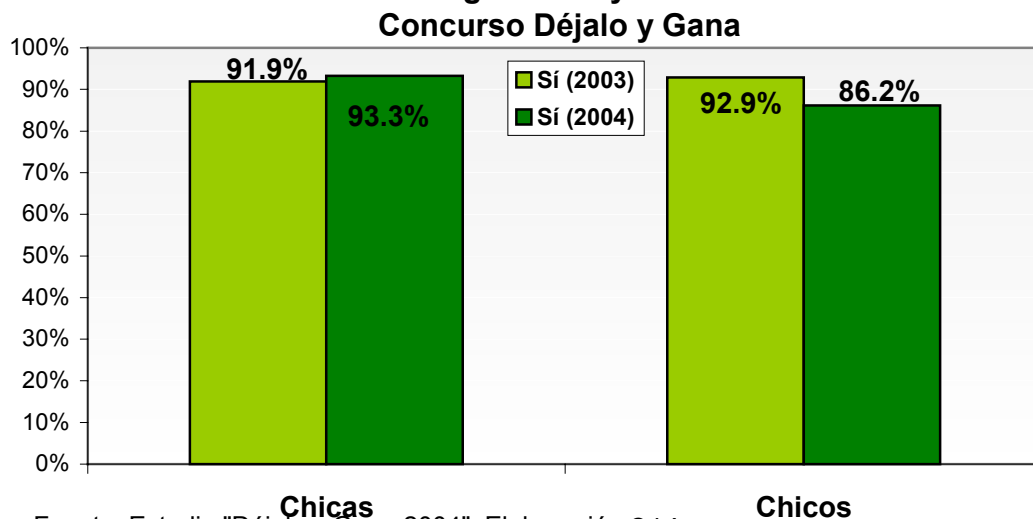
Patrón de Consumo de Tabaco Participantes Déjalo y Gana 2003 y 2004



Fuente: Estudio "Déjalo y Gana 2004". Elaboración O.I.A.

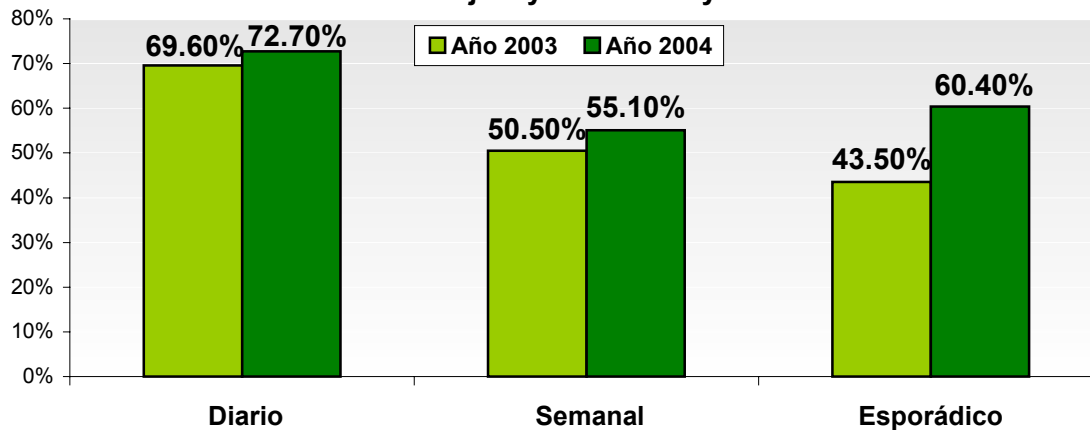
- El 68% de participantes en el 2004 desea apoyo para dejar de fumar frente al 63% del 2003. En ambas ediciones, el apoyo médico es el más solicitado seguido del apoyo a través de guías o libros.
- En el 2004, 90,4% de las personas fumadoras al inicio del concurso declaran haber pensado en dejarlo y el 66,7% lo había intentado anteriormente.
- En el 2004, las chicas fumadoras participantes, se han planteado y han intentado dejar de fumar en mayor proporción que los chicos ($p \leq 0,005$).
- En ambas ediciones, el deseo de apoyo para dejar de fumar es mayor entre participantes que fuman a diario que esporádicamente (72,7% y 60,4% respectivamente).

Porcentaje de fumadores que han pensado dejar de fumar según sexo y año



Fuente: Estudio "Déjalo y Gana 2004". Elaboración O.I.A.

Deseo de apoyo para dejar de fumar según patrón de consumo

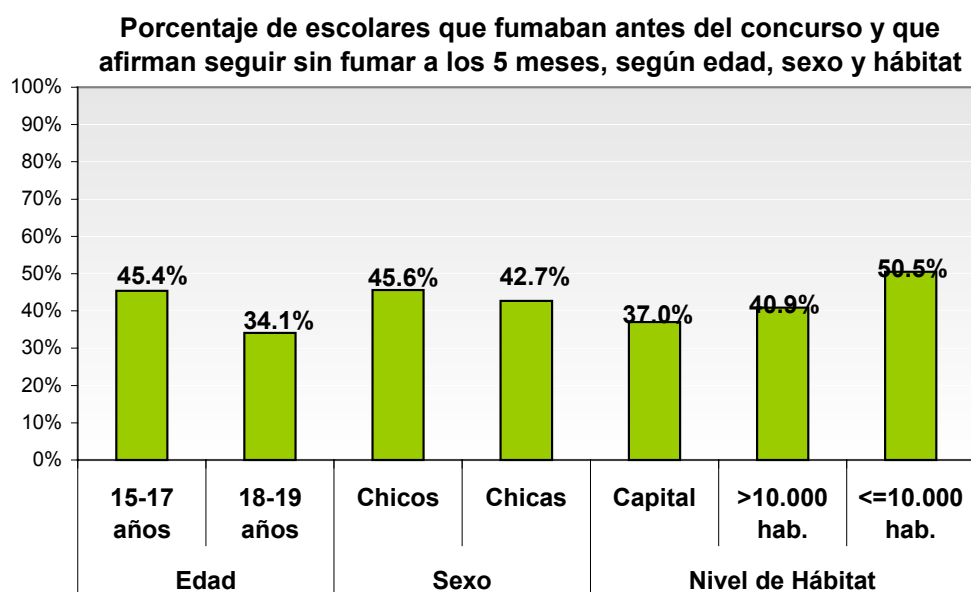


Fuente: Estudio Déjalo y Gana 2004. Elaboración O.I.A.

Algunos datos sobre la efectividad del concurso

- En el 2003, el 99,3% de las personas no fumadoras y el 43,8% de las fumadoras al inicio del concurso, seguían sin fumar a los 5 meses.

- El 45,4% de la población fumadora de 15-17 años declararon seguir sin fumar tras 5 meses del concurso y un 34,1% para la población de 18-19 años.
- El 37% de las personas fumadoras participantes de capital de provincia declararon no fumar a los 5 meses frente a un 50,5% de aquellas que vivían en municipios de hasta 10000 habitantes.



Fuente: Estudio Déjalo y Gana 2004. Elaboración O.I.A.

Conclusiones

- Los porcentajes de participantes que fuman y que no lo hacen son un reflejo de la proporción de la población general según consume o no tabaco.
- Los resultados sugieren una mayor efectividad del concurso entre las personas más jóvenes, los chicos y quienes habitan en municipios más pequeños.
- Las diferencias encontradas entre chicos y chicas en relación al tabaco, podrían sentar las bases para elaborar hipótesis desde una perspectiva de género.

Bibliografía

Barrueco Ferrero, M. Hernández Mezquita, M. A., Torrecilla García M. Manual de Prevención y Tratamiento del Tabaquismo. Ergon, 2003.

Filice G. A., Hannan P. J., Lando H. A., Joseph A. M. The Journal of School Health. 2003 Sep;73(7):272-278.

Pardell H. Quit and Win. I Jornadas Nacionales de la Sociedad Española de Especialistas en tabaquismo (SEDET). Madrid, 2002.

Tonnesen P. ¿Cómo reducir el hábito tabáquico entre los adolescentes? The European Respiratory Journal. 2002; 3 (3): 173-175.

Anexo I: Material Promocional

Tarjeta de Inscripción

RESPUESTA COMERCIAL Autorización nº13513 B.O.C. nº 78 de 13-II-03	No renovar año. Afirmar en el anverso	<div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;"> Escuela Andaluza de Salud Pública Campus Universitario de Cartuja Cuesta del Observatorio, 4 Apartado nº 87 F.D. 18080 GRANADA </p> <div style="text-align: right;"> <p> SI TIENES ENTRE 15 Y 19 AÑOS <small>No empieces a fumar o déjalo durante el mes de mayo 2004</small> SI NO FUMAS CONSIGUE 150€ de GANAS </p> <p> <small>Participa en 10 sorteos valorados en 150€ euros. Pueden ver logo. Inscríbete. No empieces a fumar o déjalo. Rellena esta tarjeta con tus datos, envíala antes del 30 de abril y entrará en el sorteo. Más información 800 027 400 o http://www.easp.dejaloygana</small> </p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">     </div> </div>
--	--	---

BASES DEL CONCURSO

- Tener entre 15 y 19 años.
- Dejar de fumar durante el mes de Mayo.
- Si no eres fumador, seguir sin fumar en Mayo.
- Enviar por correo (sin franqueo) la inscripción antes del 30 de Abril. O inscribe en la página web: www.easp.dejaloygana

RECUERDA

- No fumes durante el mes de Mayo.
- Los ganadores serán seleccionados por sorteo público a celebrar el día 31 de Mayo.
- Tienes la oportunidad de ganar 150 Euros.
- 5 premios serán sorteados entre los que dejaron de fumar.
- Y 5 premios serán para los que siguieron sin fumar.

¿Estás harto de fumar? ¿estás harto de fumar?, o ¿no fumas y no quieres? . Esta es una oportunidad de concursar con otros y otras jóvenes en Europa y ganar premios a la vez que dejas o sigues sin fumar.

INSCRIPCIÓN (para participar online y enviar el siguiente formulario)

FECHA: .../.../... Dejé de fumar Seguiré sin fumar

Nombre: Hombre Mujer Edad:

Dirección: Población: Provincia:

C.P.: Móvil:

Tel.: Centro de Enseñanza:

Si fumas, por favor, contesta a estas preguntas:

¿A qué edad empezaste a fumar? ¿Te gustaría tener algún apoyo para ayudarte a dejar de fumar o para seguir sin fumar? SI NO

¿Cuándo lo haces? Diariamente Semanalmente Esporádicamente

¿Has pensado alguna vez en dejar de fumar? SI NO

¿Has intentado dejar de fumar antes? SI NO

¿Qué clase de apoyo crees que necesitas? Profesores SI NO Médicos SI NO Librerías/guías SI NO Especifica otros:

Póster Promocional



SI TIENES ENTRE 15 Y 19 AÑOS
No empieces a fumar o déjalo durante el mes de mayo 2004

**SI NO FUMAS
CONSIGUE
150 EUROS GANAS**

Sorteamos 10 premios valorados en 1500 euros
Inscríbete. No empieces a fumar o déjalo: coge la tarjeta de inscripción en tu centro, rellénala con tus datos, envíanosla antes del 30 de abril y entrarás en el sorteo a celebrar el 31 de mayo.
Más información 800 027 400 o <http://www.consejeriaygana.es>

 Junta de Andalucía
Escuela Andaluza de Salud Pública
CONSEJERÍA DE SALUD

 GOBIERNO DE ANDALUCÍA

 GANA

