

PLAN NACIONAL MULTIMODAL 2024

**Comunidad Nacional de
Conocimiento en:**

***MEDICINA PREVENTIVA
Y DEL TRABAJO***

**El cuidado de sí
suma a tu vida**

SESIÓN 10: PREVENCIÓN: CONSUMO DEL TABACO Y VAPEADORES

Experto Líder:

Cristian Alonso Ramírez

Perfil Profesional:

Médico Universidad Nacional Postgrado Salud Ocupacional UJTL. Maestría de Educación con énfasis en Investigación Cualitativa U de la Sabana. Diplomado Promoción de la Salud CIP-SALUD, U. de Antioquia, EVES - España Asesor internacional de Calificación de Invalidez y Origen, Certificador de Discapacidad, Profesor de Postgrado y Maestría U Externado de Colombia, U Nacional UDES, UJTL, U DE Cuenca Ecuador



Cristianalonso_r@Hotmail.com



3165292972



Ruta del conocimiento



Ruta del conocimiento



Objetivo general

Revisar los conceptos del consumo de tabaco y vapeadores, cuales son las consecuencias sobre la salud y como los afectan en su trabajo y finalmente cuales son las estrategias para intervenirlos.



Objetivos específicos



Definición de consumo de trabajo.



Estadísticas de consumo de trabajo y vapeadores en el trabajo..



Impacto en la salud y el trabajo
Percepción del riesgo
Percepción de Riesgo y Comparación con el Tabaco Convencional



Estrategias de prevención y control y experiencias exitosas

Definición de Tabaco

- El tabaco se refiere a las hojas secas de la planta del tabaco (*Nicotiana tabacum*), que se utilizan para producir productos como cigarrillos, puros y tabaco de liar. El consumo de tabaco está asociado con múltiples problemas de salud, incluyendo enfermedades respiratorias, cardiovasculares y diversos tipos de cáncer.



Referencia: World Health Organization. (2021). *Tobacco fact sheet*. Recuperado de <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>

Referencia: National Institute on Drug Abuse. (2021). *Vaping devices (e-cigarettes)*. Recuperado de <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/vaping-devices-e-cigarettes>

Definición de Vapeadores

- Los vapeadores, también conocidos como dispositivos de vapeo o e-cigarrillos, son dispositivos que calientan un líquido (generalmente llamado "e-líquido") que contiene nicotina, saborizantes y otros químicos para crear un aerosol que se inhala. Su uso ha aumentado en popularidad como una alternativa al fumar tabaco, aunque también conlleva riesgos para la salud.



Datos sobre el consumo de tabaco en trabajadores

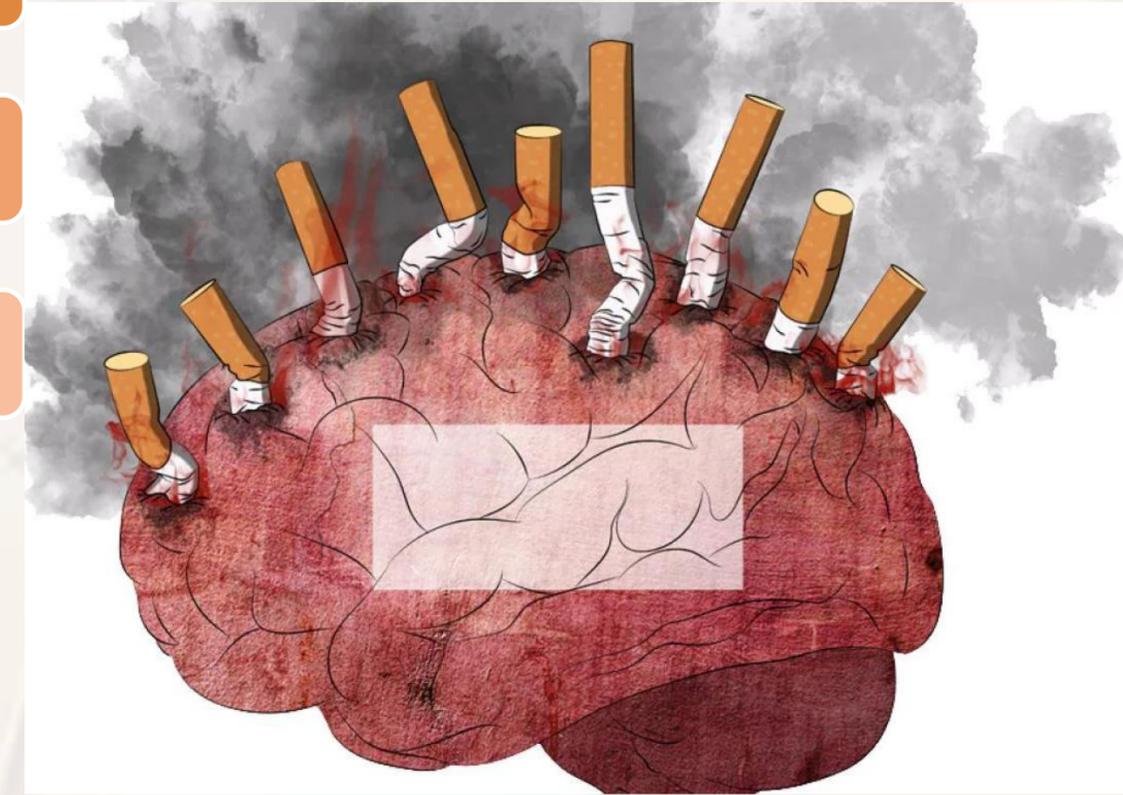
- Prevalencia en diferentes industrias

Efectos del tabaco en la salud

- Enfermedades respiratorias, cardiovasculares, cáncer

Consumo de Tabaco en Trabajadores

- **Prevalencia General:** Según el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), el consumo de tabaco entre adultos trabajadores en EE. UU. es aproximadamente del 15% (CDC, 2020).
- **Impacto en Salud:** El uso de tabaco está relacionado con una serie de problemas de salud que pueden afectar la productividad laboral, incluyendo enfermedades cardiovasculares, respiratorias y varios tipos de cáncer (U.S. Department of Health and Human Services, 2014).
- **Prevalencia en Diferentes Industrias**
- **Industria de la Construcción:** Los trabajadores de la construcción tienen una de las tasas más altas de consumo de tabaco, alcanzando hasta un 30% en algunas áreas (Cohen et al., 2017).
- **Sector de Servicios:** En el sector de servicios, la prevalencia de consumo de tabaco puede variar entre el 10% y el 20%, dependiendo del tipo de servicio y la región (CDC, 2020).
- **Industrias Manufactureras:** Se ha observado que los trabajadores en el sector manufacturero también presentan tasas elevadas de consumo de tabaco, con cifras que rondan el 25% en algunos estudios (World Health Organization, 2019).



Centers for Disease Control and Prevention. (2020). *Tobacco use among working adults—United States, 2016*. MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report, 69(33), 1092–1097. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6933a3>

Cohen, L. M., et al. (2017). *Tobacco use in construction workers: Implications for health and safety*. Journal of Occupational and Environmental Medicine, 59(4), 345–350. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000965>

U.S. Department of Health and Human Services. (2014). *The health consequences of smoking—50 years of progress: A report of the Surgeon General*. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK179276/>

World Health Organization. (2019). *Tobacco and the workplace: Global status report on tobacco control 2019*. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789241516204>

Impacto en Salud del Tabaco

El consumo de tabaco es una de las principales causas de enfermedades prevenibles y muertes a nivel mundial. Está asociado con una serie de problemas de salud graves, que incluyen:

- **Enfermedades respiratorias:** El tabaquismo puede causar enfermedades como la bronquitis crónica y el enfisema, así como aumentar el riesgo de infecciones respiratorias (U.S. Department of Health and Human Services, 2014).
- **Enfermedades cardiovasculares:** Fumar está fuertemente relacionado con el desarrollo de enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares (World Health Organization, 2021).
- **Cáncer:** Se ha demostrado que el consumo de tabaco causa varios tipos de cáncer, incluyendo cáncer de pulmón, boca, garganta, esófago y vejiga (National Cancer Institute, 2017).

**NO DEJES QUE EL TABACO
TE quite LA RESPIRACIÓN**



ELIGE SALUD NO TABACO

31 DE MAYO DÍA MUNDIAL SIN TABACO #SinTabaco

Impacto en Salud de los Vapeadores

El uso de vapeadores, aunque a menudo percibido como menos dañino que fumar tabaco, también presenta riesgos significativos para la salud:

- **Efectos respiratorios:** Los productos de vapeo pueden contener sustancias químicas dañinas que irritan los pulmones y pueden contribuir a enfermedades respiratorias (National Institute on Drug Abuse, 2021).
- **Dependencia de la nicotina:** Muchos e-líquidos contienen niveles de nicotina, lo que puede llevar a la adicción y a un aumento del consumo de tabaco tradicional (U.S. Surgeon General, 2016).
- **Impacto a largo plazo:** Aunque se necesita más investigación, algunos estudios sugieren que el uso de vapeadores puede estar asociado con problemas cardiovasculares y potenciales efectos adversos en la salud pulmonar (American Heart Association, 2020).



U.S. Department of Health and Human Services. (2014). *The health consequences of smoking—50 years of progress: A report of the Surgeon General*. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK179276/>

World Health Organization. (2021). *Tobacco fact sheet*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>

National Cancer Institute. (2017). *Harms of cigarette smoking and health benefits of quitting*. Retrieved from <https://cancercontrol.cancer.gov/brp/tcrb/monographs/20/docs/monograph20.pdf>

National Institute on Drug Abuse. (2021). *Vaping devices (e-cigarettes)*. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/vaping-devices-e-cigarettes>

U.S. Surgeon General. (2016). *E-cigarette use among youth and young adults: A report of the Surgeon General*. Retrieved from <https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/>

American Heart Association. (2020). *Electronic cigarettes and cardiovascular disease: A scientific statement from the American Heart Association*. *Circulation*, 142(12), e347–e357. <https://doi.org/10.1161/CIR.0000000000000945>

Consumo de Vapeadores

- Definición y popularidad de los vapeadores
- Datos sobre el uso de vapeadores en la población trabajadora
- Percepción de riesgo y comparación con el tabaco convencional

Definición de Vapeadores

- Los vapeadores, también conocidos como dispositivos de vapeo o e-cigarrillos, son dispositivos electrónicos que calientan un líquido (llamado e-líquido o e-juice) para crear un aerosol que se inhala. Estos líquidos suelen contener nicotina, saborizantes y otros compuestos químicos. A diferencia de los cigarrillos tradicionales, que queman tabaco, los vapeadores funcionan mediante la vaporación de líquidos, lo que a menudo se considera una alternativa menos dañina al fumar.



Popularidad de los Vapeadores

La popularidad de los vapeadores ha crecido significativamente en los últimos años, especialmente entre los jóvenes y adultos jóvenes. Según el *National Institute on Drug Abuse* (2021), el uso de vapeadores ha aumentado drásticamente en comparación con el consumo de tabaco convencional.

- Factores que contribuyen a su popularidad incluyen:
 - **Percepción de menor riesgo:** Muchos usuarios creen que los vapeadores son menos dañinos que los cigarrillos tradicionales.
 - **Variedad de sabores:** La disponibilidad de e-líquidos en una amplia gama de sabores atrae a los consumidores, especialmente a los jóvenes.
 - **Facilidad de acceso:** Los vapeadores son relativamente fáciles de conseguir y usar, lo que ha llevado a un aumento en su uso.

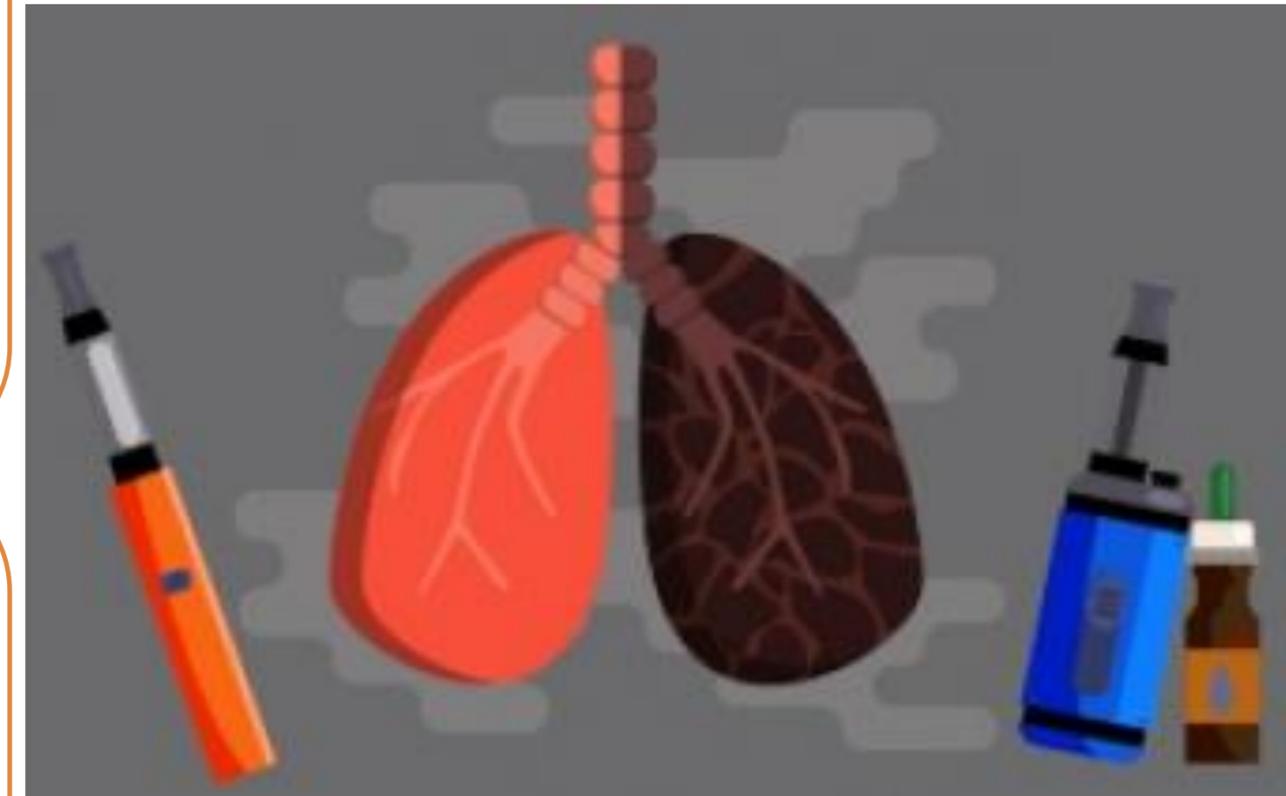


Estadísticas sobre el Uso de Vapeadores en la Población Trabajadora

El uso de vapeadores ha aumentado entre los trabajadores, especialmente entre los jóvenes adultos.

Un estudio realizado por el *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) en 2020 indica que aproximadamente el 3.2% de los adultos trabajadores en EE. UU. reportaron el uso de vapeadores. Este porcentaje es más alto en ciertos grupos demográficos, incluyendo a aquellos en industrias con una mayor prevalencia de consumo de tabaco.

El aumento del uso de vapeadores puede atribuirse a la percepción de que son menos dañinos que los cigarrillos tradicionales y a la variedad de sabores disponibles. Sin embargo, este uso puede tener implicaciones significativas en la salud laboral y en la productividad.



Centers for Disease Control and Prevention. (2020). *Tobacco use among working adults—United States, 2016*. MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report, 69(33), 1092–1097. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6933a3>

Percepción de Riesgo y Comparación con el Tabaco Convencional

La percepción de riesgo asociada con el uso de vapeadores varía significativamente entre los consumidores, especialmente entre los jóvenes.

- Muchos usuarios creen que los vapeadores son una alternativa más segura al tabaco convencional, lo que puede llevar a una mayor aceptación y uso.
- Esta percepción se basa en la idea de que los vapeadores no involucran la combustión de tabaco, que es responsable de muchas de las toxinas presentes en los cigarrillos.
- Sin embargo, estudios han demostrado que, aunque los vapeadores pueden contener menos compuestos tóxicos que los cigarrillos, no están exentos de riesgos para la salud.
- Los vapeadores pueden incluir nicotina y otros químicos que pueden afectar la salud pulmonar y cardiovascular.
- Esta discrepancia en la percepción de riesgo puede contribuir a un aumento en el uso de vapeadores, especialmente entre adolescentes y adultos jóvenes que pueden no estar completamente informados sobre sus efectos a largo plazo.



Implicaciones en el Trabajo

Impacto en la salud de los trabajadores

- Aumento de ausentismo
- Costos para las empresas en atención médica

Productividad laboral

- Efectos negativos en el rendimiento

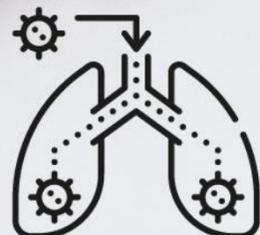
Ambiente laboral

- Normativas sobre el consumo en el lugar de trabajo

Riesgos del vapeo para la salud



No ayuda al desarrollo sano del cerebro de niños, niñas y adolescentes.



Usuarios son propensos a padecer formas graves de covid.

■ Ocasiona daños en los vasos sanguíneos.

■ Reducción del tamaño de las arterias.

■ Induce la mucosa del tracto respiratorio.



El potencial riesgo de adicción es mayor que con el cigarrillo convencional.



Riesgo potencial importante de cáncer de pulmón y de lesiones en la vejiga.

Genera el riesgo de padecer enfermedad coronaria, eventos cerebrovasculares, aneurisma.

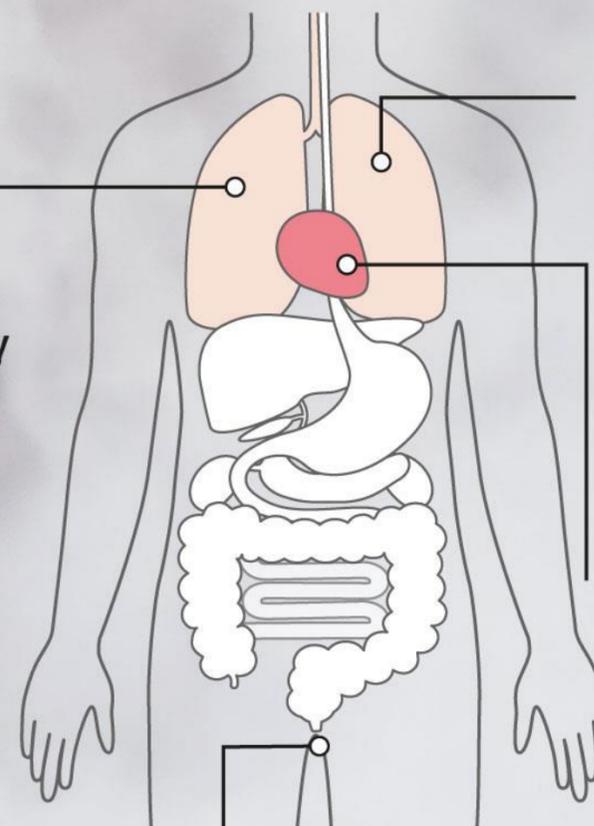
■ Puede producir EPOC.



Alteraciones en el sistema respiratorio. Puede producir tos constante, dificultad para respirar.



Capacidad de memoria y de atención se ven afectadas.

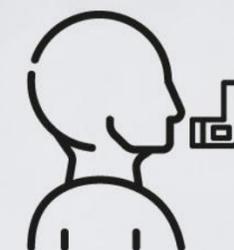


Puede producir neumonía.

Alteraciones de la frecuencia cardíaca, agotamiento físico. Riesgos de infartos y de derrames.

■ Intoxicaciones.

Puede generar disfunción eréctil.



Exacerba los síntomas del asma y puede agravarse.

■ Modifica la capacidad de respuestas impulsivas.

■ El consumidor es más propenso en un futuro a consumir otras sustancias psicoactivas.



Usuario podría ser víctima de quemaduras y lesiones por explosión del dispositivo.



Dejar de fumar aumenta la productividad laboral el 4,5%, según los neumólogos
Los fumadores tienen una media de 4 días más de incapacidad laboral que los no fumadores
https://cadenaser.com/ser/2016/01/18/sociedad/1453131831_305159.html

Aumento de Ausentismo

- El consumo de tabaco y el uso de vapeadores pueden llevar a un aumento del ausentismo laboral. Los trabajadores fumadores son más propensos a faltar al trabajo debido a problemas de salud relacionados con el tabaquismo, como enfermedades respiratorias, cardiovasculares y cáncer. Un estudio del *American Journal of Public Health* indica que los fumadores tienen tasas de ausentismo significativamente más altas que los no fumadores, lo que puede afectar la productividad y la moral en el lugar de trabajo (Brennan et al., 2018).

Costos para las Empresas en Atención Médica

- Los costos asociados con el consumo de tabaco y vapeadores son significativos para las empresas. Según un informe de la *American Cancer Society*, las empresas pueden enfrentar costos directos e indirectos relacionados con la atención médica de los empleados que fuman, que incluyen:
 - **Costos directos:** Gastos en atención médica, tratamientos para enfermedades relacionadas con el tabaquismo y hospitalizaciones.
 - **Costos indirectos:** Pérdida de productividad debido a ausentismo y disminución del rendimiento laboral.
- Un estudio de la *National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion* estima que el costo total del tabaquismo para los empleadores puede ser de aproximadamente \$3,400 por empleado fumador por año, en comparación con \$1,200 por empleado no fumador (CDC, 2020).



1. Brennan, J. S., et al. (2018). *The economic impact of tobacco use on the workplace*. American Journal of Public Health, 108(2), 198-205. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2017.304068>
2. Centers for Disease Control and Prevention. (2020). *Tobacco use among working adults—United States, 2016*. MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report, 69(33), 1092–1097. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6933a3>
3. American Cancer Society. (2019). *The costs of smoking: A guide for employers*. Recuperado de <https://www.cancer.org/>

Impacto en la Productividad Laboral

Impacto en la Productividad Laboral

- El consumo de tabaco y el uso de vapeadores afectan negativamente la productividad laboral.
- Los trabajadores que fuman suelen experimentar un rendimiento inferior debido a problemas de salud como tos crónica, fatiga y enfermedades respiratorias, lo que resulta en una disminución de la concentración y la eficiencia en sus tareas.
- Además, la necesidad de pausas frecuentes para fumar o vapear interrumpe el flujo de trabajo y puede afectar la dinámica del equipo, creando un ambiente laboral menos cohesivo y productivo. Estos factores combinados pueden llevar a una disminución general en la efectividad organizacional (Centers for Disease Control and Prevention, 2020).



El impacto del tabaquismo en la productividad en el lugar de trabajo



La Narguile

La narguile, también conocida como hookah o shisha, es un dispositivo utilizado para fumar tabaco saborizado, que se pasa a través de agua antes de ser inhalado. Consiste en una base de agua, un cuerpo, un recipiente para el tabaco y una manguera.

- **Características:**

- **Tabaco Saborizado:** El tabaco utilizado en la narguile a menudo está mezclado con melaza, glicerina y sabores, lo que lo hace atractivo para muchos usuarios.
- **Proceso de Fumar:** El humo se enfría al pasar por el agua, lo que puede dar la impresión de que fumar narguile es menos dañino que fumar cigarrillos, aunque en realidad puede ser igual o más perjudicial para la salud.
- **Riesgos para la Salud:** El uso de narguile está asociado con riesgos como enfermedades respiratorias, cardiovasculares y adicción a la nicotina.
- El uso de narguile ha ganado popularidad en muchas culturas, especialmente entre los jóvenes, pero es importante reconocer los riesgos para la salud asociados con su consumo.



Estrategias de Prevención y Control

- Programas de cesación del tabaquismo
- Políticas de empresa sobre el consumo de tabaco y vapeadores
- Promoción de un entorno laboral saludable



Programas de Cesación del Tabaquismo

- Los programas de cesación del tabaquismo son fundamentales para ayudar a los empleados a dejar de fumar. Estos programas pueden incluir asesoramiento individual, grupos de apoyo, terapia de reemplazo de nicotina y el uso de medicamentos aprobados. La evidencia muestra que las empresas que implementan programas de cesación no solo ayudan a sus empleados a mejorar su salud, sino que también reducen el ausentismo y los costos relacionados con la atención médica (American Lung Association, 2021).



Estrategias de Prevención y Control

Políticas de Empresa sobre el Consumo de Tabaco y Vapeadores

- Establecer políticas claras sobre el consumo de tabaco y vapeadores en el lugar de trabajo es esencial para crear un ambiente saludable. Estas políticas pueden incluir la prohibición de fumar y vapear en áreas comunes, la designación de zonas específicas para fumar y la inclusión de cláusulas de no consumo en los contratos de trabajo. Las empresas que adoptan políticas estrictas suelen observar una disminución en el consumo de tabaco entre sus empleados, lo que contribuye a una mejor salud general y mayor productividad (U.S. Department of Health and Human Services, 2014).



Promoción de un Entorno Laboral Saludable

- Promover un entorno laboral saludable va más allá de las políticas de no fumar. Implica fomentar hábitos saludables a través de iniciativas como programas de bienestar, talleres sobre salud y nutrición, y actividades físicas. Las empresas pueden ofrecer recursos y apoyo para que los empleados adopten estilos de vida saludables, lo que puede disminuir la dependencia del tabaco y los vapeadores, mejorar el bienestar general y aumentar la satisfacción laboral (Centers for Disease Control and Prevention, 2020).



Experiencias Exitosas de Estrategias para Prevenir el Consumo de Tabaco y Vapeadores en Empresas



- **Programa de Bienestar de una Empresa Multinacional:** Una reconocida empresa de tecnología implementó un programa integral de bienestar que incluyó talleres de cesación del tabaquismo, acceso a recursos de salud mental y sesiones de ejercicio. Como resultado, el 25% de los empleados que participaron en el programa dejó de fumar y reportaron una mejora en su salud general y productividad laboral (Goetzel et al., 2018).
- **Política de Trabajo Libre de Humo en una Empresa de Construcción:** Una empresa de construcción adoptó una política estricta de no fumar en todas sus instalaciones. Además, ofreció programas de cesación y recursos educativos sobre los riesgos del tabaquismo y el vapeo. En dos años, la tasa de fumadores en la empresa se redujo en un 30%, y se observaron mejoras en la salud de los empleados y una disminución del ausentismo (Sharma et al., 2019).
- **Iniciativa de Salud en el Lugar de Trabajo en el Sector de Servicios:** Una cadena de restaurantes implementó un programa de sensibilización sobre el tabaquismo y el uso de vapeadores, incluyendo sesiones de capacitación para gerentes sobre cómo apoyar a los empleados que quieren dejar de fumar. Esta iniciativa condujo a un aumento del 40% en las tasas de cesación entre los empleados y promovió un ambiente laboral más saludable (Kreuter et al., 2020).

Salud de los Empleados: El consumo de tabaco y vapeadores contribuye a enfermedades crónicas, lo que afecta la salud general de los empleados y aumenta el riesgo de enfermedades respiratorias y cardiovasculares.

- **Productividad Laboral:** La salud deteriorada por el consumo de tabaco puede resultar en un aumento del ausentismo y una reducción en la productividad, afectando el rendimiento laboral.
- **Costos para las Empresas:** Los gastos en atención médica, seguros de salud y compensaciones por enfermedades relacionadas con el tabaco pueden ser significativos para las empresas.
- **Ambiente Laboral:** Fomentar un entorno libre de humo y vaporizadores mejora la calidad del aire y crea un ambiente más saludable para todos los empleados.
- **Responsabilidad Social:** Las empresas tienen la responsabilidad de cuidar la salud de sus empleados, lo que incluye la implementación de políticas para reducir el consumo de tabaco y vapeadores.
- **Programas de Cesación:** Implementar programas de cesación del tabaquismo y educación sobre los riesgos del vapeo puede ayudar a los empleados a dejar estos hábitos.
- **Cumplimiento Normativo:** Abordar el consumo de tabaco y vapeadores también asegura que las empresas cumplan con las regulaciones locales y nacionales sobre salud ocupacional.



Bibliografía

- ▶ . Centers for Disease Control and Prevention. (2020). *Tobacco use among working adults—United States, 2016*. Retrieved from <https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/69/wr/pdfs/mm6933a3-H.pdf>
- ▶ . National Institute on Drug Abuse. (2021). *Vaping devices (e-cigarettes)*. Retrieved from <https://www.drugabuse.gov/publications/drugfacts/vaping-devices-e-cigarettes>
- ▶ . World Health Organization. (2021). *Tobacco Fact Sheet*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/tobacco>
- ▶ . U.S. Department of Health and Human Services. (2016). *E-cigarette use among youth and young adults: A report of the Surgeon General*. Retrieved from <https://e-cigarettes.surgeongeneral.gov/>





¿Preguntas?



Recuerda que POSITIVA tiene para ti:

Posipedia

<https://posipedia.com.co/> 



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos

POR MUCHAS CONEXIONES MÁS

Andrés

Despierta todos los días seguro y feliz, porque permanece informado de las noticias y actividades nuevas en SST con su comunidad educativa Positiva Educa en WhatsApp.



1

Escanea el Código QR con tu celular.



2

Síguenos y entérate de todas las actualizaciones de nuestro Plan Nacional de Educación.



3

¡Recuerda!

El canal lo encuentras en la pestaña de Novedades de tu Whatsapp



¡SIGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!



Escanea el código
QR con tu celular