

Recursos

INSTITUCIONES

- Programa Seguridad en el Trabajo de la Organización Internacional del Trabajo www.ilo.org/safework
Carin Håkansta hakansta@ilo.org
- Oficina sobre Tabaco y Salud de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos. <http://www.cdc.gov/tobacco/index.htm>
- Iniciativa America Libre de Humo de la OPS. <http://www.americallibredehumo.org>

DOCUMENTOS Y DATOS

Información general para los empleadores:

- "Why Smoking in the Workplace Matters: An Employer's Guide", OMS, Oficina Regional para Europa, 2002. Publicación del Proyecto de Alianza Europea de la OMS para Reducir la Dependencia del Tabaco. En Internet: <http://www.euro.who.int/document/e74820.pdf>, o copia impresa de la Iniciativa "Liberarse del Tabaco", Oficina Regional de la OMS para Europa. Explica el fundamento para formular una política dirigida a controlar el consumo de tabaco a nivel institucional desde la perspectiva de un empleador. Conciso, legible y claro.
- "Workplace smoking: trends, issues and strategies", Health Canada, 1996. Disponible en internet: http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/cessation/air/workplace_smoking/index.html en la Unidad de Publicaciones,
- Health Canada. Teléfono: (613) 954-5995 Fax: (613) 941-5366. Resumen integral: tendencias, temas, repercusión de las restricciones, economía, cumplimiento, apoyo público.

Análisis económico:

- "Smoking and the bottom line: costs of smoking in the workplace". The Canadian Conference Board. Toronto, 1997. Disponible en internet: <http://www.hc-sc.gc.ca/hppb/cessation/air/bottomline/report.html> o en la Unidad de Publicaciones, Health Canada. Teléfono: (613) 954-5995 Fax: (613) 941-5366. Estudio breve que calcula los costos para los empleadores por el consumo de tabaco por parte de los empleados (productividad, ausentismo, primas de seguros y áreas para fumar).
- The Economics of Health, Safety and Well-being; *Barefoot Economics: "Assessing the economic value of developing a healthy work environment"*, Finnish Ministry of Social Affairs and Health and ILO—Safe Work program. <http://www.ilo.org/public/english/protection/safework/econo/barefoot.pdf>. Guía sencilla sobre cómo calcular los costos y los beneficios de medidas para mejorar la seguridad en el lugar de trabajo. Una herramienta práctica para las pequeñas empresas, y otros encargados de adoptar las decisiones.

- KE Warner, RJ Smith, DG Smith, BE Fries, "Health and Economic Implications of a Work-Site Smoking Cessation Program: A Simulation Analysis," *J. of Occupational & Environmental Med.* 1996;38: 981-992. Análisis integral de simulaciones de un programa en el lugar de trabajo para dejar de fumar que incluye beneficios para la sociedad así como para los empleadores. Guía útil para los empleadores que consideran costos y beneficios probables de programas para dejar de fumar.

Datos contundentes:

- J Repace, I Kawachi, S Glantz, "Fact Sheet On Secondhand Smoke", UICC, 1999. <http://www.tobaccopedia.org/cgi-bin/search/seek.cgi?ID=963401235> Examen y resumen integral de los datos contundentes sobre riesgos para la salud producidos por el humo ambiental de tabaco. Explica claramente por qué la ventilación y la limpieza del aire no pueden reducir el humo ambiental de tabaco a niveles aceptables. También resume estudios sobre la repercusión de políticas de aire puro en los ingresos de hoteles, restaurantes y bares.

Guías prácticas:

- "Tobacco in the Workplace: Meeting the Challenges. A Handbook for Employers", WHO, Regional Office for Europe, 2002. Publicación del Proyecto de la Alianza Europea de la OMS para Reducir la Dependencia del Tabaco. En Internet: <http://www.euro.who.int/document/e74819.pdf>, o copia impresa de la Iniciativa "Liberarse del Tabaco", OMS Oficina Regional para Europa. Una guía paso por paso sobre cómo adoptar una respuesta sólida y eficaz en función de los costos para el problema del tabaquismo en el lugar de trabajo.
- "Making Your Workplace Smokefree: A Decision Maker's Guide", US Department of Health and Human Services, 2000. Disponible en internet: http://www.cdc.gov/tobacco/research_data/environmental/etsguide.htm. Detalles sobre costos, consecuencias y beneficios de una política para un lugar de trabajo libre de humo de tabaco. La guía proporciona instrucciones paso por paso sobre cómo elaborar y ejecutar políticas libres de humo.
- "Guidebook on Tobacco Reduction in the Workplace: an Alberta Perspective", Alberta Tobacco Reduction Alliance, 1999. Available online at: <http://www.smoke-free.ca/WNTD2001-cdcontents/wntd2001-lets-clear-the-air/Resources/Alberta/ATRAguidebook.pdf> Una guía paso por paso para ayudar a las empresas a planear y ejecutar un programa para la reducción del tabaquismo.
- J. Mackay *et al.*, "A Guide to Creating a Smoke-free Workplace". Proporciona ayuda práctica y específica, incluido un ejemplo de una encuesta de empleados y una política para la prohibición de fumar, información detallada sobre costos y beneficios.

Las versiones completas de la serie "de un vistazo", con vínculos electrónicos a los recursos y más información están disponibles en el sitio web de Salud, Nutrición y Población del Banco Mundial, en: www.worldbank.org/hnp



Lugares de trabajo libres de humo de tabaco

de un vistazo

¿Por qué deben los lugares de trabajo ser libres de humo?

El tabaquismo daña la salud: El tabaquismo daña la salud de los fumadores y la de quienes los rodean. Los fumadores se enfrentan con riesgos mucho mayores de sufrir accidentes cerebrovasculares, ataques cardíacos y otras enfermedades cardiovasculares; cáncer de pulmón, boca, laringe, vejiga, páncreas, riñón y estómago; enfisema, bronquitis y tuberculosis. Estas afecciones provocan enfermedades graves, discapacidad y muerte prematura. El tabaco produce casi 5 millones de defunciones en todo el mundo cada año, y las cifras crecen rápidamente.

El humo del tabaco también daña a los no fumadores expuestos al denominado humo ambiental de tabaco (HAT). Además del olor y la irritación de los ojos, la exposición al HAT aumenta el riesgo de cáncer del pulmón y enfermedades cardiovasculares y respiratorias. Tan solo en los Estados Unidos, todos los años el HAT produce la muerte de 35.000 a 65.000 adultos no fumadores a causa de cardiopatías y 3.000 no fumadores a causa de cáncer del pulmón (Agencia para la Protección del Medio Ambiente de California, 1997 y Agencia de los Estados Unidos de Protección Ambiental, 1993). Esto representa una fracción pequeña de las defunciones mundiales por HAT.

La exposición a HAT es común en los lugares de trabajo. En 1996, unos 130 millones de adultos no fumadores en China estuvieron expuestos a HAT en el lugar de trabajo. En el Reino Unido, en 1999, más de 3 millones de no fumadores estuvieron expuestos continuamente o con frecuencia al humo del tabaco en el lugar de trabajo. En Francia, donde hay leyes que restringen el consumo de tabaco en los espacios públicos, 40% de los empleados están todavía expuestos al HAT. El HAT puede interactuar con productos químicos y radiaciones en los lugares de trabajo para producir un efecto aditivo o multiplicador y aumentar significativamente el riesgo de muchas enfermedades ocupacionales. En algunos países, los empleadores tienen la responsabilidad legal de proteger la salud de sus empleados. Los lugares de trabajo libres de humo de tabaco pueden reducir la responsabilidad de los empleadores ante la ley, crear ambientes de trabajo más seguros, mejorar la salud de los trabajadores y afianzar la imagen empresarial.

Los empleadores que mantienen sus lugares de trabajo libres de tabaco y ayudan a los empleados a dejar de fumar reciben beneficios netos

El tabaquismo cuesta dinero a los empleadores: Los empleadores sufragan costos directos e indirectos ocasionados por el consumo de tabaco de sus empleados, como son:

- Mayor ausentismo de los empleados
- Reducción de la productividad en el trabajo
- Mayor tasa de jubilación anticipada debido a problemas de salud

- Mayores costos anuales de atención de la salud para los fumadores y costos más elevados del seguro de salud
- Primas más altas de seguros de vida
- Mayores costos de mantenimiento y limpieza
- Mayor riesgo de daños por incendio, explosiones y otros accidentes relacionados con el tabaquismo
- Primas de seguros contra incendios más altas.

Estos costos representan cifras apreciables. Un estudio realizado en 1996 sobre lugares de trabajo en Escocia calculó los costos totales relacionados con el tabaquismo en ese país en alrededor de 750.000 millones de dólares estadounidenses por año (ausentismo en relación con el tabaquismo: \$60 millones; pérdidas de productividad: \$675 millones; pérdidas por incendio: \$6 millones [Parrot *et al.*, 1996]). Un estudio llevado a cabo en Canadá en 1995 calculó el **costo para los empleadores en \$3.022 por fumador por año** (en dólares estadounidenses de 2002; ajustado por inflación a partir del cálculo original de US\$ 2.565 en 1995. Conference Board of Canada). No se cuenta con datos sobre costos para países en desarrollo. Los efectos adversos de la exposición al HAT para la salud y la productividad de empleados no fumadores se suman a los costos relacionados con el tabaquismo de los empleadores.

Los beneficios de eliminar el consumo de tabaco en los lugares de trabajo exceden en gran medida los costos. Los programas para dejar de fumar son relativamente de bajo costo y producen rendimientos financieros en el largo plazo que superan ampliamente sus costos. Un modelo teórico para los Estados Unidos calcula los beneficios netos presuntos a largo plazo de un programa para dejar de fumar en alrededor de \$4,5 millones para empleadores grandes (Warner *et al.*, 1996). Los temores en el sector de la hostelería (hoteles, restaurantes, etc.) que prohibir fumar dañe los intereses empresariales son en gran medida infundados. Los estudios de hoteles, bares y restaurantes en varios estados de los Estados Unidos, Canadá y Australia revelan en su totalidad que las prohibiciones de fumar no producen disminuciones en los ingresos de los negocios.

¿Qué pueden hacer los empleadores con respecto al tabaquismo en el lugar de trabajo?

Los empleadores pueden proteger la salud de sus empleados y reducir los costos relacionados con el tabaquismo si eliminan el consumo de tabaco en los lugares de trabajo y ponen en práctica programas para promover y ayudar a los fumadores a que dejen de fumar. Los lugares de trabajo libres de humo de tabaco reducen la exposición al HAT para todos los trabajadores, disminuyen el consumo diario de tabaco de los empleados, aumentan las tasas de abandono y reducen los costos de limpieza y el riesgo de incendios. Las políticas que prohíben fumar son fáciles de ejecutar. El cumplimiento es generalmente alto, especialmente si los empleados (fumadores y no fumadores) han contribuido a la

Cómo eliminar el consumo de tabaco en el lugar de trabajo

- **Establezca un comité para el lugar de trabajo.** El comité debe incluir representantes de todos los sectores de la organización. El apoyo y el compromiso del nivel gerencial más alto son cruciales para el éxito de la política.
- **Incluya a los empleados y las organizaciones de trabajadores.** La inclusión plena de los empleados es esencial a fin de garantizar su cooperación en la ejecución de la política e incorporar sus sugerencias en el programa. Es importante conocer las actitudes de los empleados y la gerencia con respecto al tabaquismo en el lugar de trabajo antes de emprender una iniciativa de lugares de trabajo libres de humo de tabaco. Utilice cuestionarios, reuniones y grupos de discusión con el propósito de reunir la información necesaria. Incluya a representantes de otras secciones de la organización. Escuche a los fumadores y a los no fumadores y procure que los grupos de empleados con tasas altas de tabaquismo participen plenamente.
- **Formule una política por escrito.** El comité debe formular una política que establezca claramente los objetivos y cómo lograrlos. Si fuera posible, integre la política con otros programas y procedimientos relacionados con la salud y la seguridad en el lugar de trabajo. La política debe incluir:
 - finalidad de la política (evitar los efectos perjudiciales del tabaquismo y el HAT en la salud)
 - una conexión entre la política de espacios libres de humo y valores institucionales (por ejemplo, el desempeño de los empleados como patrimonio)
 - un plazo para la ejecución
 - si se permite fumar temporalmente en los locales especifique claramente el lugar designado a tal efecto y deje bien claro a partir de cuando desaparecerán las áreas de fumadores dentro del lugar de trabajo
 - establezca claramente el número y duración aceptables de las pausas para fumar (el número de pausas no debe exceder el de los no fumadores);
 - detalles del respaldo disponible para los fumadores, por ejemplo, asesoramiento y apoyo para dejar de fumar
 - medidas disciplinarias o consecuencias del incumplimiento
 - nombres de las personas de contacto que pueden responder a preguntas en relación con la política.
- **Comuniqué la política a los empleados.** Informe a los empleados desde el principio y mucho antes de la ejecución. Concéntrese en el tabaquismo, no en el fumador, y en la salud y la seguridad, no en los derechos individuales. Hacer hincapié en los beneficios de una política de aire puro tanto para fumadores como para no fumadores produce menos enfrentamiento y es probablemente más aceptable que hacer hincapié en los derechos individuales de los no fumadores. Utilice herramientas de comunicación para llegar a todos los empleados, especialmente los supervisores, que necesitarán ejecutar la política, y los fumadores, que necesitarán adaptarse a los cambios.
- **Proporcione información y apoyo a los fumadores.** Suministre información a los empleados acerca de los riesgos de fumar y los beneficios de dejar de fumar. Emplee el boletín informativo, los carteles, los folletos, el correo electrónico y la intranet de la organización para entregar la información. Ofrezca asesoramiento práctico sobre cómo dejar de fumar. Préstelos apoyo a los fumadores dispuestos a dejar de fumar, lo cual puede incluir tiempo libre para asistir a orientación y grupos para dejar de fumar así como acceso a productos farmacéuticos, por ejemplo, terapia de reemplazo de nicotina o anfebutamona. Dejar de fumar es muy difícil porque la nicotina es sumamente adictiva; estos productos aumentan la tasa de éxito de los intentos para dejar de fumar. La mayoría de los fumadores realizan entre 4 y 11 intentos antes de lograr el objetivo.
- **Determine medidas disciplinarias.** Formule un proceso disciplinario por escrito y comuníquelo claramente a todos los empleados. Supervise el cumplimiento adecuado por parte de los gerentes.
- **Siga un cuadro cronológico para la ejecución.** El cuadro cronológico debe incluir etapas claras. Después del anuncio de la política, se necesita un período de transición antes de iniciar la ejecución con el propósito de brindar a los empleados tiempo para adaptarse al nuevo entorno. El plazo no debe ser demasiado prolongado, de manera que no se pierda el impulso. La formulación y la ejecución en general deben tomar entre 4 y 12 meses.
- **Proporcione capacitación.** Capacite a los gerentes de nivel medio y a los supervisores para comunicar y hacer cumplir la política. Imparta capacitación a los representantes de los trabajadores y los educadores sobre cómo dejar de fumar y cómo prestar apoyo a los colegas. Capacite a los profesionales de salud y de seguridad para proporcionar asesoramiento a los fumadores o referir los trabajadores a servicios para dejar de fumar disponibles internamente o a servicios externos al lugar de trabajo.
- **Evalúe y supervise la ejecución.** Evalúe periódicamente si la política está logrando sus objetivos. Solicite las opiniones del personal y examine toda área problemática; decida si la política necesita actualización. Se recomienda la realización de un examen cada 12 a 18 meses.