

TABACO, OTRAS FORMAS DE CONSUMO Y CONFINAMIENTO

Informe de los
resultados de la encuesta



ENCUESTA "TABACO, OTRAS FORMAS DE CONSUMO Y CONFINAMIENTO"

RESUMEN DIVULGATIVO DE LA PUBLICACIÓN:

https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionasalud/tabaco/informacion_ciudadania.htm

COORDINACIÓN: UNIDAD DE TABAQUISMO. SUBDIRECCIÓN GENERAL DE PROMOCIÓN, PREVENCIÓN Y CALIDAD. DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA. MINISTERIO DE SANIDAD.

ASESORAMIENTO TÉCNICO: COMITÉ NACIONAL DE PREVENCIÓN DEL TABAQUISMO (CNPT), REGIÓN DE MURCIA Y COMUNIDAD AUTÓNOMA DE LA RIOJA

TRABAJO DE ANÁLISIS: NOELIA LLORENS ALEIXANDRE

OCTUBRE DE 2020



Edita:

© MINISTERIO DE SANIDAD
CENTRO DE PUBLICACIONES
PASEO DEL PRADO, 18-20. 28014 Madrid
NIPO: 133-21-030-5

<https://cpage.mpr.gob.es/>

ÍNDICE

1- INTRODUCCIÓN.....	5
2- OBJETIVO	6
3- METODOLOGÍA	7
4- PRINCIPALES RESULTADOS.....	9
DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA	9
ESTADO DE SALUD	13
PERCEPCIÓN DE RIESGO	16
CONSUMIDORES DE TABACO U OTRAS FORMAS DE CONSUMO	18
CAMBIO EN LOS PATRONES DE CONSUMO DURANTE EL CONFINAMIENTO	21
PRODUCTOS Y CANTIDADES CONSUMIDAS	25
INTENCIÓN DE DEJAR DE FUMAR Y APOYOS PARA LOGRARLO.....	31
CONSUMO EN EL HOGAR.....	34
EXPOSICIÓN AL HUMO EN NO FUMADORES.....	35
5- CONCLUSIONES	36
6- ANEXO 1	39

1- INTRODUCCIÓN

El Ministerio de Sanidad, en colaboración con el Comité Nacional de Prevención del Tabaquismo y las comunidades autónomas de La Rioja y Región de Murcia, han realizado una encuesta en el mes de mayo de 2020, sobre el uso de tabaco y otras formas de consumo y su relación con el confinamiento por COVID-19.

Un análisis preliminar de los datos obtenidos con una muestra de las respuestas completas (N=17.017), fue realizado por el Ministerio de Sanidad una vez finalizó la encuesta. Dicho informe junto con las conclusiones se presentó a través de una Nota de Prensa, haciéndolo coincidir con el "Día Mundial sin Tabaco", que se celebra el 31 de mayo.

<https://www.mscbs.gob.es/gabinete/notasPrensa.do?id=4943>

2- OBJETIVO

El objetivo principal de la encuesta era valorar el impacto del confinamiento por la pandemia COVID-19 en los patrones de consumo de tabaco y otros productos relacionados, detectando cambios en las cantidades consumidas y/o en las frecuencias de consumo, evaluación de los intentos de abandono del consumo y resultado de los mismos. Además, también pretendía explorar la percepción de la población acerca de cómo el consumo de tabaco o de cigarrillos electrónicos puede afectar a la infección por coronavirus y averiguar las situaciones de exposición al humo de tabaco en los hogares.

Los objetivos específicos eran:

Conocer el patrón de consumo de tabaco antes y durante el confinamiento.

Estudiar los cambios en los patrones de consumo (frecuencia y/o cantidad) antes y durante el confinamiento.

Analizar los intentos de abandono del consumo (intentos, resultado y motivos por los que no se ha conseguido).

Conocer la percepción de salud de las personas encuestadas.

Conocer la percepción de riesgo del consumo de tabaco y cigarrillos electrónicos.

Conocer la exposición al humo de tabaco en no fumadores y la exposición de fumadores a los miembros de su hogar.

3- METODOLOGÍA

La encuesta se realizó a través de la plataforma LimeSurvey, durante el periodo comprendido entre el 4 y el 22 de mayo de 2020. El instrumento de recogida era un cuestionario online autocumplimentado que incluía 17 preguntas (algunas con diferentes apartados) y era accesible a través de la web del Ministerio de Sanidad. Se difundió por distintos medios de comunicación, a través de las redes sociales del Ministerio (Twitter, Instagram, Facebook), a través de la cuenta Telegram, a través de redes sociales y las páginas webs del Gobierno de La Rioja y del Gobierno de la Región de Murcia y por parte del Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo (CNPT). Mediante el envío masivo de mails a trabajadores de los gobiernos regionales, municipios, asociaciones profesionales, blogs de promoción de la salud, redes de investigadores y universidades.

INSTRUMENTO DE RECOGIDA

El cuestionario ([anexo 1](#)) recogía preguntas sociodemográficas (sexo, edad, situación laboral, etc...), preguntas sobre el consumo de tabaco en la situación de confinamiento por la pandemia de COVID-19 y previa al confinamiento, preguntas sobre la exposición al humo ambiental de tabaco (tabaquismo pasivo) y de las emisiones de cigarrillos electrónicos en el interior de la casa y preguntas relacionadas con el estado de salud o el padecimiento del COVID-19 y la creencia de la relación entre consumo y enfermedad.

SELECCIÓN MUESTRAL

El muestreo realizado es un muestreo no probabilístico por conveniencia, en este tipo de muestreo se desconoce a priori el marco muestral sobre el que se aplica la encuesta, de manera que la muestra participa de manera voluntaria sin una selección previa por parte del investigador. El uso de este tipo de muestreos no permite realizar generalizaciones a la población de referencia, pero cuando el

tamaño de muestra es grande, sí que permite tener una visión general de lo que está pasando respecto a un determinado tema. También permite identificar cambios, opiniones, percepciones o áreas de mejora en momentos puntuales de manera más rápida que a través de otro tipo de muestreos.

Es importante tener en cuenta las limitaciones de este tipo de muestreos al analizar e interpretar los resultados del presente informe.

ANÁLISIS DE DATOS

Para la obtención de los resultados se han realizado análisis descriptivos, utilizando los estadísticos básicos, porcentajes y medias. Para la comparación de medias en las variables cuantitativas, se ha utilizado la prueba t de Student para muestras relacionadas y para estudiar la relación en variables categóricas se ha aplicado la Chi-cuadrado. Se consideran diferencias o cambios estadísticamente significativos a aquellos cuya significación estadística sea inferior al 0,05.

Los análisis se han realizado con el programa SPSS v.23.

4- PRINCIPALES RESULTADOS

DESCRIPCIÓN DE LA MUESTRA

Contestaron la encuesta 24.386 personas, 8.789 hombres, 15.510 mujeres y 87 intersexuales (tabla 1). La media de edad de la muestra ha sido de 42,8 años, con edades comprendidas en el rango de 16 a 98 años, predominando el grupo de edad de 35 a 44 años (tabla 1a) y siendo inferior la edad media entre las mujeres que entre los hombres ($p < 0,001$).

Tabla 1. Muestra realizada total y por sexo y edad media (números absolutos y medias). España, 2020.

	Hombres	Mujeres	Intersexual	Total
Número de encuestas realizadas	8.789	15.510	87	24.386
Edad media	43,9	42,2	45,7	42,8

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Tabla 1a. Muestra realizada total y por grupos de edad (números absolutos). España, 2020.

	De 16 a 24 años	De 25 a 34 años	De 35 a 44 años	De 45 a 54 años	55 años o más	Total
Número de encuestas realizadas	1.532	5.064	7.138	5.997	4.651	24.386

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Entre las personas encuestadas, el 58,9% refirieron haber fumado antes y/o durante el confinamiento, el 15,4% eran exfumadores y el 25,7% no habían consumido tabaco nunca. En el análisis realizado en el presente informe, se consideraron "fumadores" a aquellas personas que indicaban consumo antes y/o durante el confinamiento, y se consideraron "no fumadores" a aquellas personas que señalaron ser exfumadores y/o no consumidores en los dos periodos analizados.

Tabla 2. Situación laboral total y por sexos (porcentajes). España, 2020.**

	Hombres	Mujeres	Total
Trabajando	68,1	66,9	67,2
En el paro	16,4	19,8	18,6
Labores del hogar	0,4	3,9	2,6
Pensionistas	9,7	4,5	6,4
Estudiantes	5,5	5,0	5,2

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta categoría.

Las personas que se encontraban trabajando en el momento de la encuesta referían diferentes situaciones laborales (tabla 3), el 43,1% está teletrabajando, el 44,8% está trabajando de manera presencial, el 4,4% está de baja, el 1% está de permiso o de vacaciones, el 0,1% en un ERE y el 11,6% en un ERTE (Expediente de Regulación de Empleo Temporal). Siendo similar la situación en función del sexo, pero predominando el trabajo fuera del hogar entre las mujeres y el teletrabajo en los hombres.

Tabla 3. Situación laboral específica entre los que estaban trabajando, total y por sexos (porcentajes de respuesta*). España, 2020.**

	Hombres	Mujeres	Total
Trabajando desde casa (teletrabajo)	45,9	41,4	43,1
Trabajando fuera de casa	44,3	45,1	44,8
De baja laboral	2,9	5,3	4,4
De permiso o vacaciones	1,2	0,8	1,0
En un ERE	0,4	0,1	0,1
En un ERTE	12,2	11,2	11,6

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

*Debido a que se podían seleccionar más de una respuesta los porcentajes pueden sumar más de 100%

**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta categoría.

Respecto a la convivencia, la mayoría de las personas encuestadas viven en familia (55,8%) o con la pareja (30%), siendo menos habitual el vivir solos o con compañeros. No encontrándose diferencias significativas por sexo (tabla 4).

Tabla 4. Estatus de convivencia, total y por sexos (porcentajes). España, 2020.**

	Hombres	Mujeres	Total
Vive en pareja	29,6	28,1	28,6
Vive con la familia	53,0	57,5	55,8
Vive Solo/a	13,4	11,5	12,2
Vive con compañeros	4,0	3,0	3,4

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta categoría.

Como se puede observar en la tabla 5, más de la mitad de las personas tiene estudios universitarios, poco más de una tercera parte tienen estudios secundarios, siendo menos del 5% de los encuestados los que refieren tener estudios primarios o no tener estudios. Se encuentran diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,001$) en función del sexo, presentando las mujeres, en mayor medida, estudios universitarios.

Tabla 5. Nivel de estudios, total y por sexos (porcentajes). España, 2020.**

	Hombres	Mujeres	Total
Sin estudios	0,3	0,1	0,2
Estudios de primaria	4,8	3,7	4,1
Estudios de secundaria o equivalente (FP grado medio)	12,7	12,0	12,3
Bachiller o equivalente (FP 2º grado)	27,8	22,5	24,4
Estudios universitarios	54,5	61,5	59,0

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta variable.

ESTADO DE SALUD

Con objeto de conocer la percepción de los encuestados sobre su estado de salud, la encuesta incluía preguntas específicas sobre el padecimiento de enfermedades crónicas o de larga duración, el estado de salud durante el confinamiento y si habían padecido o no infección por coronavirus.

El 26,6% de los encuestados refiere padecer una enfermedad crónica o de larga duración. No encontrándose diferencias en función del sexo (tabla 6).

Tabla 6. Estado de salud (enfermedades o problemas de salud crónicos o de larga duración), total y por sexos (porcentajes). España, 2020.**

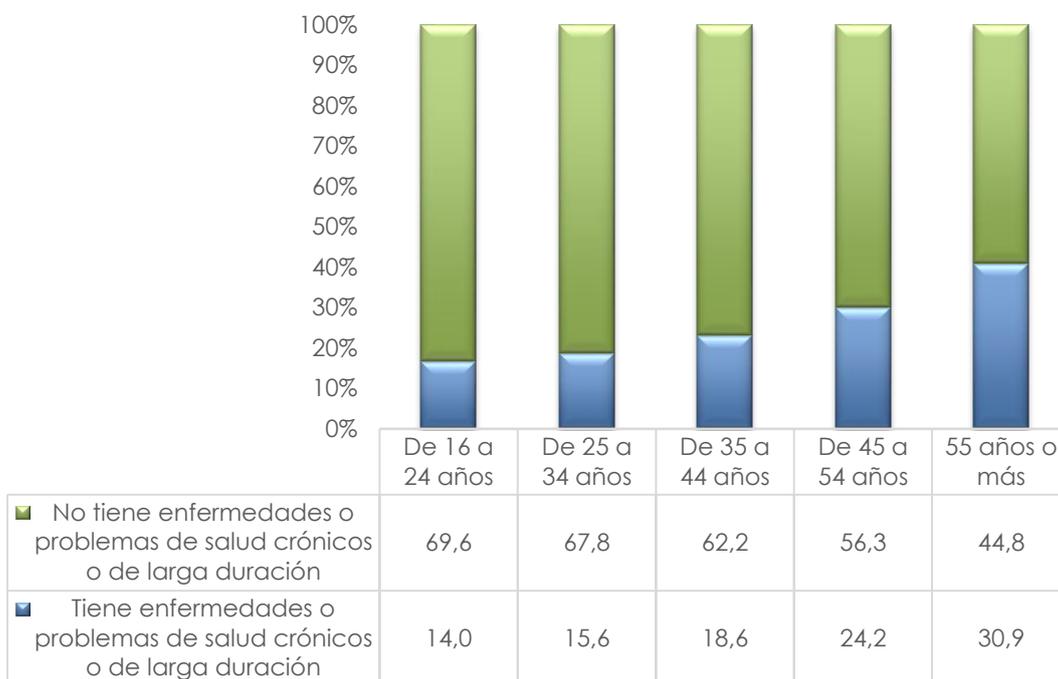
	Hombres	Mujeres	Total
Tiene enfermedades o problemas de salud crónicos o de larga duración	26,8	26,4	26,6
No tiene enfermedades o problemas de salud crónicos o de larga duración	73,2	73,6	73,4

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta categoría.

Por edades (figura 2), se observa que a medida que aumenta la edad aumenta el porcentaje de personas que refieren tener enfermedades de salud crónicas o de larga duración, encontrándose diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,001$).

Figura 2. Estado de salud (enfermedades o problemas de salud crónicos o de larga duración), total y por grupos de edad (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Respecto a la valoración que hacen las personas encuestadas sobre su estado de salud, cerca del 80% de los encuestados declaran que su estado de salud es bueno o muy bueno, no encontrándose diferencias por sexos (tabla 7).

Tabla 7. Valoración del estado de salud, total y por sexos (porcentajes). España, 2020.**

	Hombres	Mujeres	Total
Muy bueno	23,4	19,1	20,7
Bueno	58,9	57,8	58,1
Regular	15,0	19,8	18,1
Malo	2,2	2,6	2,5
Muy malo	0,6	0,6	0,6

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta categoría.

Es remarcable que los mayores muestran una mejor valoración de su estado de salud que los jóvenes, así cerca del 20% de los menores de 35 años valoran que su salud es regular, frente al 13% de los mayores de 64 años.

El 1,4% de los encuestados refieren haber tenido la infección por coronavirus con prueba de resultado positivo y el 12,5% tenía sospechas por síntomas compatibles. No aparecen diferencias en función del sexo, pero si se encuentran diferencias en función de la edad de los encuestados, siendo más prevalente la prueba de coronavirus positivo entre los mayores de 64 años ($p < 0,001$).

En general la valoración que hacen los encuestados sobre su estado de salud, es peor entre los fumadores que entre los no fumadores, pero no se detectan diferencias en esta valoración en función del patrón de consumo (diario o no diario).

Sin embargo, cuando se les pregunta sobre enfermedades crónicas o de larga duración, no se encuentran diferencias entre los fumadores y los no fumadores, pero sí que se detecta diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,001$) entre los fumadores diarios, que informan de una mayor prevalencia de enfermedades o problemas de salud crónicos y fumadores no diarios (tabla 8).

Tabla 8. Estado de salud (enfermedades o problemas de salud crónicos o de larga duración), en función del patrón de consumo de tabaco (porcentajes). España, 2020.

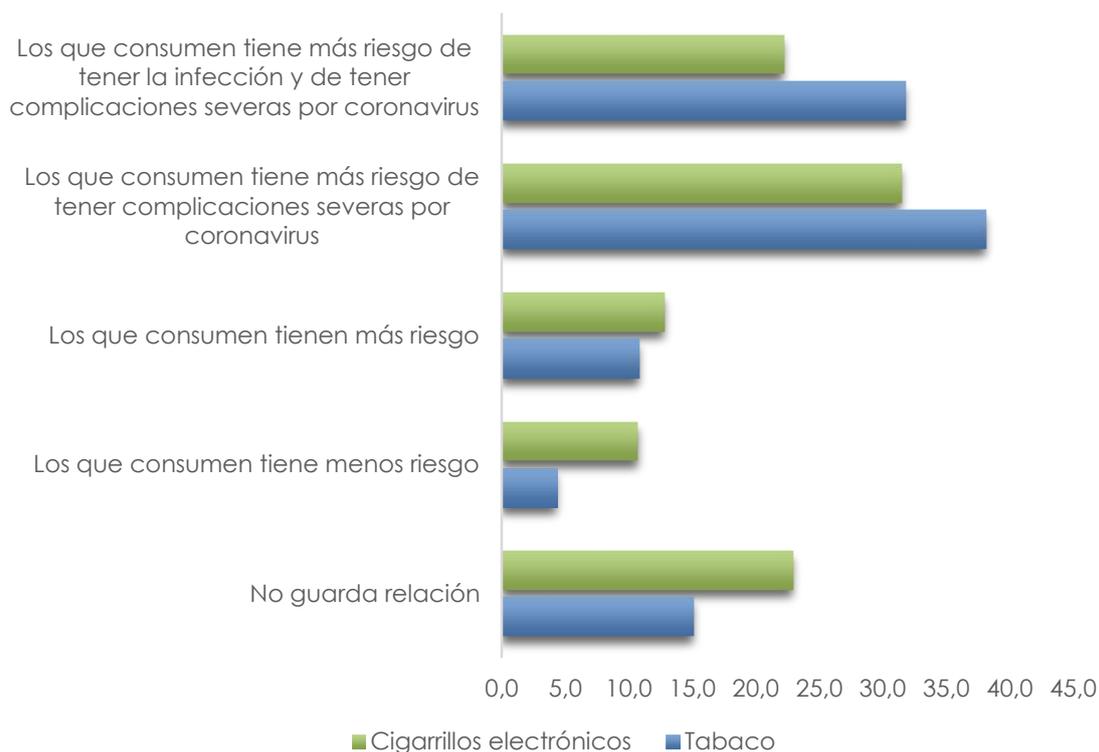
	Fumador Diario	Fumador no diario
Tiene enfermedades o problemas de salud crónicos o de larga duración	26,8	22,5
No tiene enfermedades o problemas de salud crónicos o de larga duración	73,2	77,5

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

PERCEPCIÓN DE RIESGO

La percepción de los encuestados en cuanto a la relación del consumo de tabaco y/o el uso de cigarrillos electrónicos con el riesgo de infección por coronavirus muestra que en general los encuestados tienen una percepción distinta del tabaco y del uso de cigarrillos electrónicos. Aunque mayoritariamente consideran que consumir cualquiera de los dos puede ocasionar mayor riesgo de infección por coronavirus, en general la percepción de riesgo es mayor respecto al tabaco (figura 3).

Figura 3. Percepción de la relación entre el consumo de tabaco y cigarrillos electrónicos con la enfermedad de COVID, total (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Es interesante señalar que cerca del 23% de las personas encuestadas opina que el uso de cigarrillos electrónicos no guarda relación con la infección por COVID-19 y el 10,7% opina que los que los usan tienen menos riesgo.

Por edades, es importante resaltar que un 20% de los mayores de 64 años consideran que el consumo de tabaco no guarda relación con el riesgo de infección por COVID-19 y un 5% opina que el consumo de tabaco protege de la infección.

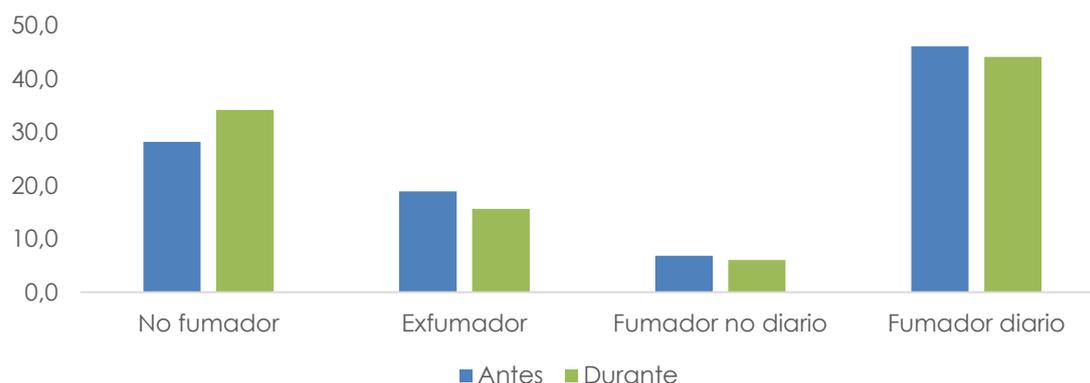
Tanto los fumadores como los no fumadores consideran que consumir cualquiera de los dos puede ocasionar mayor riesgo de infección por coronavirus y mayor riesgo de tener complicaciones severas, siendo la percepción de riesgo mayor respecto al tabaco. Sin embargo, los fumadores una percepción de riesgo mayor que los no fumadores ($p < 0,001$), independientemente del patrón de consumo (diario o no diario).

CONSUMIDORES DE TABACO U OTRAS FORMAS DE CONSUMO

Como se ha señalado anteriormente, el 58,9% de las personas encuestadas refirieron haber fumado antes y/o durante el confinamiento, el 15,4% eran exfumadores y el 25,7% no habían consumido tabaco nunca.

Por periodos, se observa que antes del confinamiento, 46,1% refirieron haber fumado a diario, el 6,8% señalaban fumar de manera ocasional (no a diario), el 18,9% eran exfumadores y el 28,2% no habían consumido tabaco nunca. Durante el confinamiento, el 44,1% refirieron haber fumado a diario, el 6,0% señalaban fumar de manera ocasional (no a diario), el 15,6% eran exfumadores y el 34,2% no habían consumido tabaco nunca (figura 4).

Figura 4. Prevalencia de consumo de tabaco u otras formas de consumo antes y durante el confinamiento (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Del total de fumadores de la muestra (58,9% de la muestra), antes del confinamiento el 82,8% eran consumidores de tabaco diarios, el 12,5% eran fumadores no diarios, el 4% eran exfumadores y el 0,7% no fumaban antes del confinamiento (tabla 9)

Tabla 9. Patrón de consumo antes del confinamiento entre los fumadores actuales*, total y por sexos (porcentajes). España, 2020**

	Hombres	Mujeres	Total
Consumo diario	82,6	82,9	82,8
Consumo no diario	12,5	12,5	12,5
Ex consumidor	3,9	4,1	4,0
No consumidor	1,0	0,6	0,7

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

*Fumador actual: ha consumido tabaco antes y/o durante el confinamiento.

**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta categoría.

El patrón más habitual en los fumadores de antes del confinamiento es el consumo diario. No encontrándose diferencias en función del sexo. Por grupos de edad (tabla 10) se identifica una mayor prevalencia de consumo diario entre los mayores de 35 años y más consumidores no diarios entre los menores de esta edad ($p < 0,001$).

Tabla 10. Patrón de consumo antes del confinamiento entre los fumadores, total y por grupos de edad (porcentajes). España, 2020.

	De 16 a 24 años	De 25 a 34 años	De 35 a 44 años	De 45 a 54 años	55 años o más	Total
Consumo diario	77,0	85,0	87,5	89,3	89,4	86,9
Consumo no diario	23,0	15,0	12,5	10,7	10,6	13,1

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Durante el confinamiento, se mantiene el mismo patrón de consumo, el 87,9% de los fumadores de este periodo lo hacían a diario, y el 12,1% fumaban de manera ocasional.

No se detectan diferencias estadísticamente significativas por sexo, pero sí que aparecen diferencias en función de la edad ($p < 0,001$), siendo más prevalente el consumo diario entre los más mayores y detectándose mayor prevalencia de consumo esporádico entre los más jóvenes (tabla 11).

Tabla 11. Patrón de consumo durante del confinamiento entre los fumadores, total y por grupos de edad (porcentajes). España, 2020.

	De 16 a 24 años	De 25 a 34 años	De 35 a 44 años	De 45 a 54 años	55 años o más	Total
Consumo diario	75,7	85,7	89,2	89,8	90,7	87,9
Consumo no diario	24,3	14,3	10,8	10,2	9,3	12,1

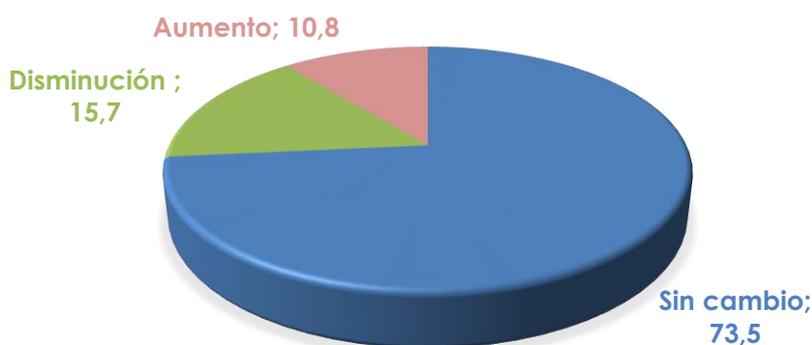
FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

CAMBIO EN LOS PATRONES DE CONSUMO DURANTE EL CONFINAMIENTO

Conocer el consumo antes y durante el confinamiento por COVID-19, permite valorar los patrones de cambio en el consumo en aquellos casos que dan información de los dos periodos.

Como dato general señalar que el 73,5% de los fumadores se han mantenido en la misma frecuencia de consumo en los dos periodos (el 68,9% en el consumo diario y el 3,7% en el consumo no diario), el 15,7% han disminuido su frecuencia de consumo durante el confinamiento y el 10,8% la han aumentado.

Figura 5. Patrón de cambio en el consumo antes y durante del confinamiento, total (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

No se encuentran diferencias significativas en el patrón de cambio en función del sexo, ni en función del nivel de estudios. Teniendo en cuenta la situación laboral en el momento de la encuesta, el tamaño de las submuestras únicamente permite analizar los cambios en algunas de las categorías recogidas (trabajando, parado y estudiando). Los datos muestran mayor porcentaje de casos que disminuyen su frecuencia de consumo durante el confinamiento, entre los estudiantes (28,1%) que entre los trabajadores (14%) o los parados (16,9%). Esta disminución coincide con la que se observa cuando se analiza el cambio por edad, detectándose el mayor porcentaje de descenso entre los menores de 24 años ($p < 0,001$).

Además, entre las diferentes situaciones de trabajo (estar trabajando fuera de casa, estar trabajando desde casa o encontrarse en un ERTE), el mayor porcentaje de casos que disminuyen su consumo se detecta entre los que están en la situación de ERTE ($p < 0,001$).

En función del estado de convivencia, los datos muestran que el mayor porcentaje de aumentos en el consumo de tabaco se producen en las personas que viven solas y el mayor porcentaje de disminución en los que viven con la familia ($p < 0,001$).

Además de estudiar los patrones de cambio en función de las variables sociodemográficas, los cambios en función del patrón de consumo inicial muestran que el 0,9% de los fumadores, no habían fumado nunca antes del confinamiento iniciando su consumo durante el mismo y el 4,5% de la muestra de fumadores eran exfumadores antes del confinamiento, volvieron a fumar durante el periodo del confinamiento (tabla 12 y la figura 6).

Tabla 12. Patrón de consumo antes y durante del confinamiento entre los fumadores actuales*, total (porcentajes). España, 2020.

		Durante el confinamiento		
		Consumo diario	Consumo no diario	Exconsumidor
Antes del confinamiento	Consumo diario	69,8	5,4	7,2
	Consumo no diario	5,5	3,7	3,0
	Ex consumidor	3,2	1,3	0,0
	No consumidor	0,5	0,4	0,0

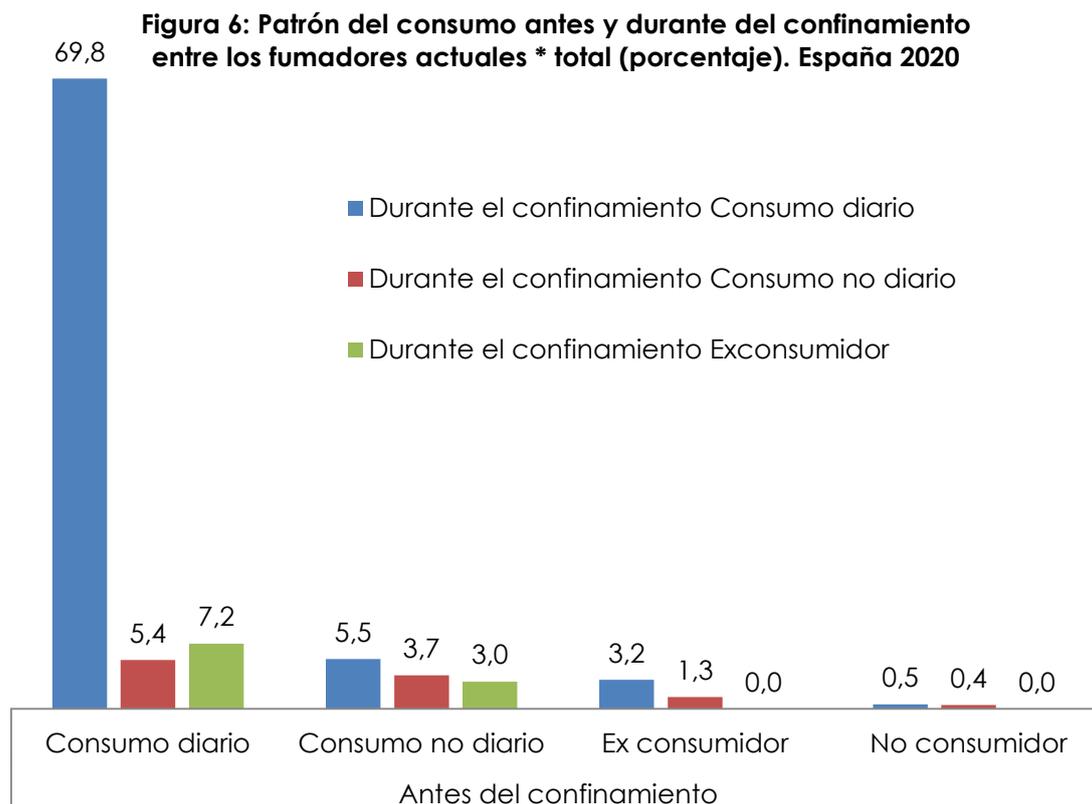
FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

*Fumador actual: ha consumido tabaco antes y/o durante el confinamiento

% de la tabla

El 69,8% de fumadores, consumían a diario antes del confinamiento y se mantienen con ese patrón durante el confinamiento. El 5,5% que consumían de manera ocasional antes del confinamiento, pasaron a un patrón diario durante el confinamiento.

Por otra parte, el 7,2% de los fumadores, consumían a diario esta sustancia antes del confinamiento y dejaron de fumar durante el confinamiento. Mientras que el 3% de los fumadores consumían no a diario antes del confinamiento y dejaron de fumar durante el confinamiento.

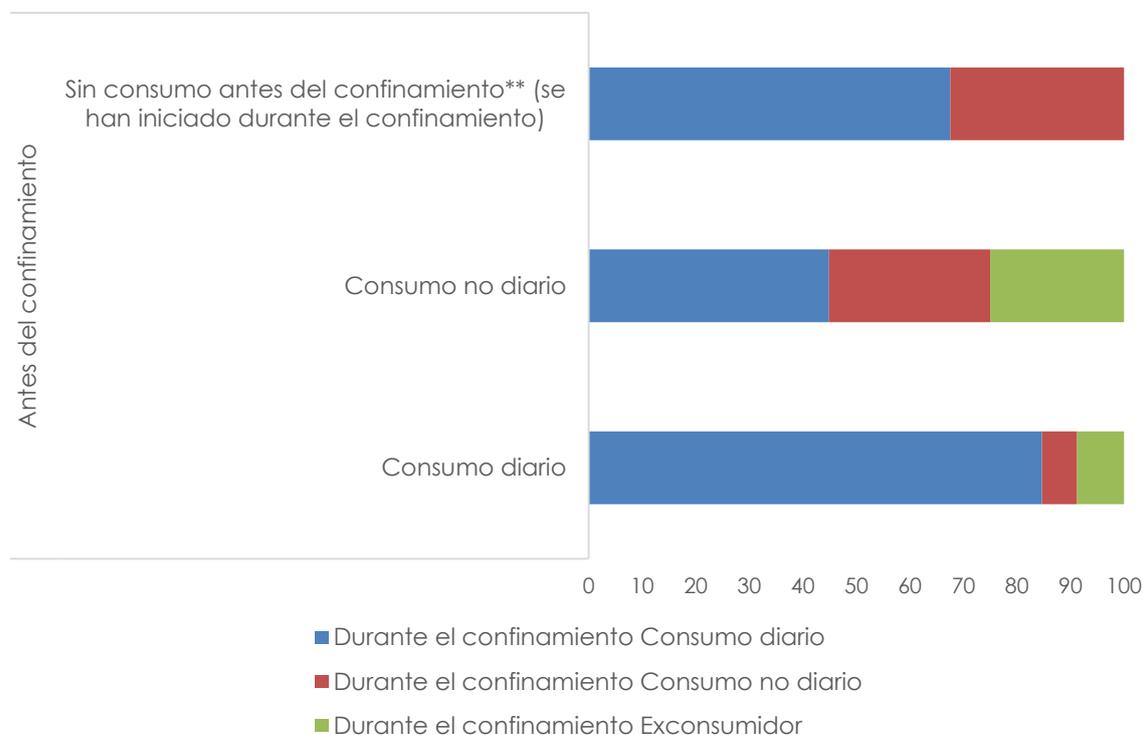


FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

*Fumador actual: ha consumido tabaco antes y/o durante el confinamiento

El análisis de los subgrupos específicos de consumo antes del confinamiento (figura 7), permite estudiar en mayor profundidad el cambio producido en cada tipo de consumidor. Así, se observa que entre el total de personas que fumaban a diario antes del confinamiento el 8,8% han dejado de consumir durante el confinamiento y el 6,6% han pasado a consumir de manera más esporádica.

Figura 7. Patrón de consumo antes y durante del confinamiento entre los fumadores actuales*, total (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

*Fumador actual: ha consumido tabaco antes y/o durante el confinamiento.

** Antes del confinamiento eran no consumidores o exfumadores.

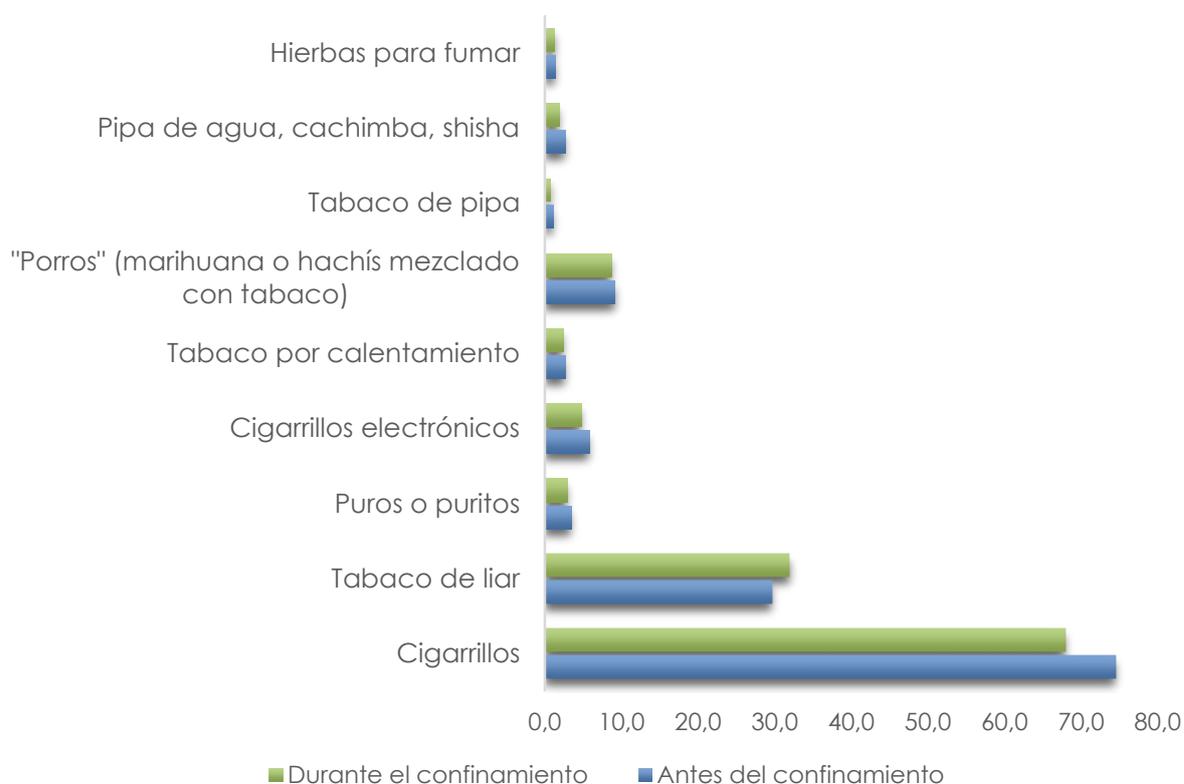
Mientras que entre el total de personas que antes del confinamiento hacían un consumo no diario, el 45% pasan a consumir a diario y un 25% dejan de consumir.

Este análisis también permite estudiar la frecuencia de consumo durante el confinamiento entre aquellas personas que se inician en este periodo, porque antes del confinamiento eran exfumadores o no consumían. Es importante señalar que más del 67% se iniciaron con un consumo diario.

PRODUCTOS Y CANTIDADES CONSUMIDAS

Los productos más consumidos por los encuestados (figura 8) tanto antes como durante el confinamiento por COVID-19, son los cigarrillos, seguidos del tabaco de liar y con bastante diferencia el resto de presentaciones. El único producto cuyo uso aumenta durante el confinamiento es el tabaco de liar, presentando el resto de sustancias menor prevalencia de uso durante el confinamiento.

Figura 8. Productos consumidos antes y durante el confinamiento por COVID, (porcentajes). España, 2020.

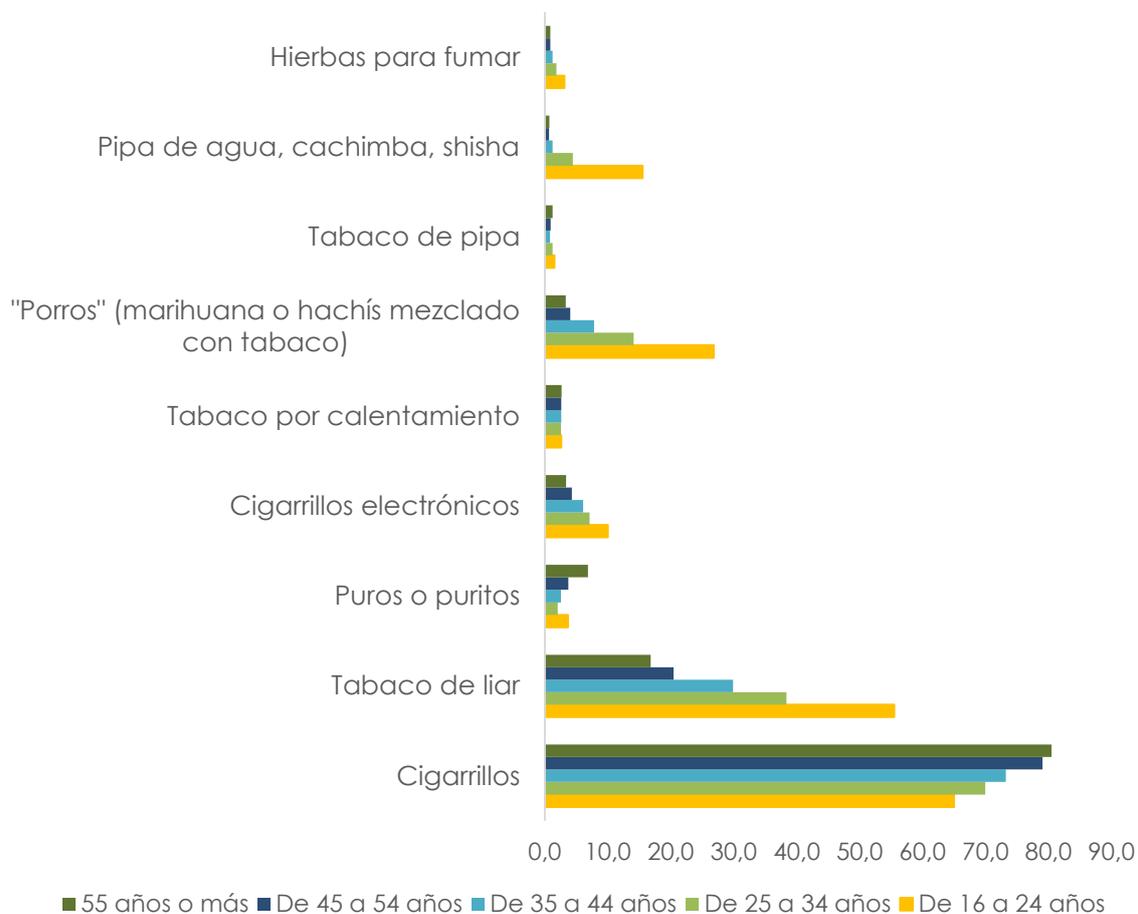


FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Debido a que se podía seleccionar más de una respuesta los porcentajes pueden sumar más de 100%

El tipo de producto utilizado cambia en función de la edad (figura 9), siendo el tabaco de liar, los cigarrillos electrónicos, el hachís o marihuana mezclado con tabaco y las shishas, mucho más usados entre los más jóvenes y los cigarrillos y los puros entre los más mayores.

Figura 9. Productos consumidos antes del confinamiento por COVID, por grupos de edad (porcentajes). España, 2020.

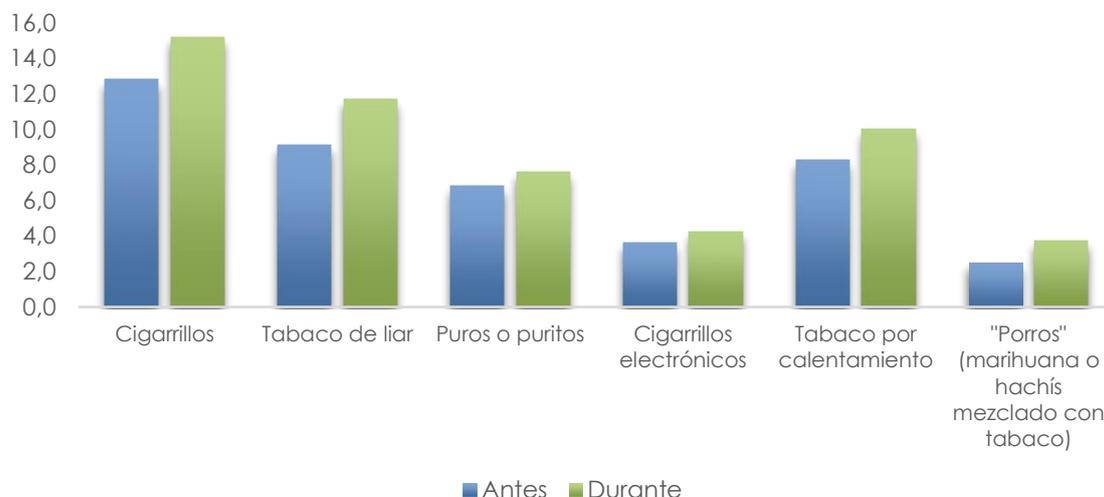


FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Con objeto de estudiar el aumento o disminución de las cantidades consumidas se les preguntó a los encuestados la cantidad consumida de cada uno de los productos que utilizaban, antes y durante el confinamiento.

En general se detecta un aumento de las cantidades consumidas durante el confinamiento, encontrándose diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,05$) en todos los productos analizados (figura 10).

Figura 10. Cantidad media consumida de los diferentes productos, antes y durante el confinamiento por COVID (medias). España, 2020.

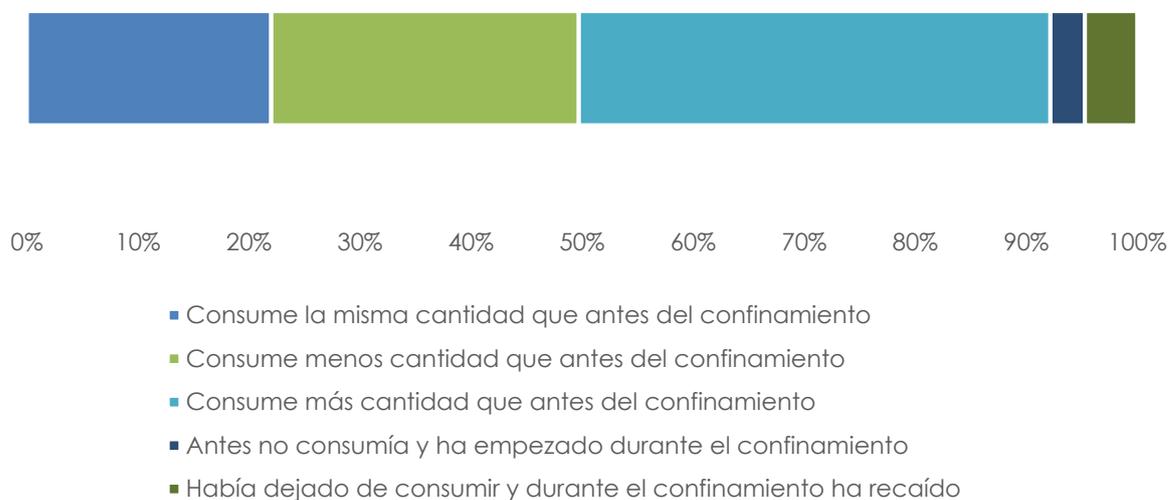


FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

El aumento de consumo se detecta en ambos sexos, y en todos los grupos de edad.

A los consumidores de pipa (tabaco en pipa; pipas de agua, cachimbas y shishas o hierbas para fumar) no se les preguntaba las cantidades consumidas, sino que directamente debían valorar el cambio en el consumo. Como se observa en la figura 11, los resultados indican que la mitad de los consumidores de este tipo de productos señalan un aumento de consumo durante el confinamiento, poco más del 20% consume lo mismo y cerca de un 30% confirma que ha reducido su consumo. Es importante señalar que el 7,8% se iniciaron en el consumo o recayeron durante el confinamiento.

Figura 11. Percepción de la relación actual del consumo de tabaco entre los consumidores de tabaco en pipa, pipas de agua, shishas y cachimbos y hierbas para fumar, total* (porcentajes). España, 2020



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Los fumadores de cigarrillos refieren llevar una media de 24,4 años fumando (24,7 años los hombres y 24,3 años las mujeres), siendo la edad media de inicio en el consumo 17,5 años (17,6 entre los hombres y a 17,4 entre las mujeres).

Se detectan diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,001$) en el número de años que llevan fumando los fumadores diarios (24,9 años de media) frente a los consumidores no diarios (21,5 años de media), del mismo modo los fumadores diarios presentan una edad media de inicio inferior a los consumidores no diarios (17,3 vs 18).

A estos consumidores (fumadores de cigarrillos) se les preguntó cuánto tiempo pasaba desde que se levantaban y encendían su primer cigarrillo. En la figura 12 puede verse la distribución de las respuestas por sexos. Se detectan diferencias estadísticamente significativas en función del sexo ($p < 0,001$), siendo las mujeres las que retrasan en mayor proporción esta conducta.

Figura 12. Tiempo que pasa entre que se levanta y fuma su primer cigarrillo total y por sexos (porcentajes**). España, 2020.**



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

También aparecen diferencias ($p < 0,001$) en función del patrón de consumo habitual (diario frente a no diario), así la mayoría de consumidores no diarios (67,5%) tardan más de una hora en consumir su primer cigarrillo del día, frente al 20,6% de los consumidores diarios.

Para poder evaluar el grado de dependencia entre los fumadores de cigarrillos se aplicó una escala de cribado, el Test Fagerström¹ en su versión abreviada. Los resultados de esta escala permiten clasificar a los fumadores de cigarrillos en 3 niveles en función del nivel de dependencia al tabaco que presentan. El 3,9% de los fumadores de antes del confinamiento presentan dependencia alta al consumo de tabaco, valor que sube al 9,3% entre los fumadores durante el confinamiento (tabla 13).

¹ *Fagerström Test for Nicotine Dependence*; Heatherton, Kozlowski, Frecker y Fagerström, 1991.

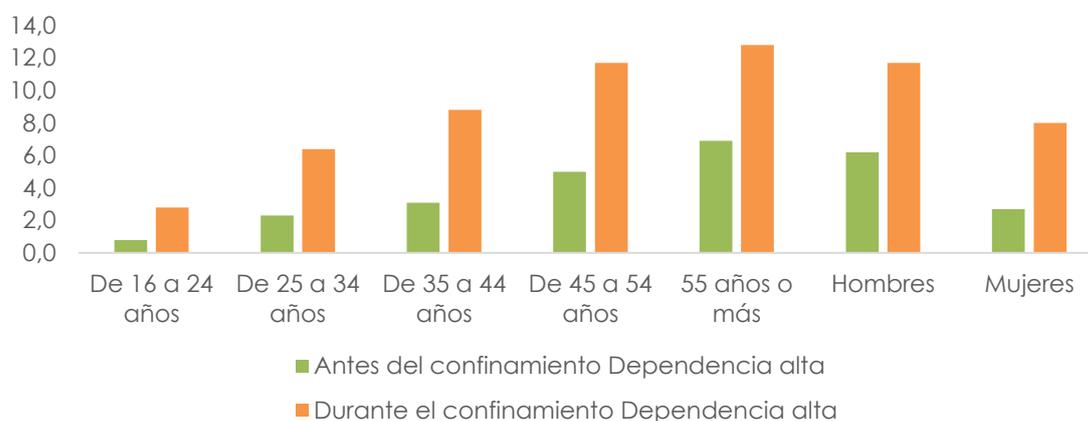
Tabla 13. Nivel de dependencia antes y durante el confinamiento (porcentajes). España, 2020.

	Antes	Durante
Dependencia baja	58,9	53,0
Dependencia moderada	37,3	37,7
Dependencia alta	3,9	9,3

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

En general el nivel de dependencia es mayor a medida que aumenta la edad y entre los hombres, dándose niveles más bajos de dependencia grave en los grupos de edad menores y entre las mujeres.

Las variables recogidas en la encuesta también permiten valorar el cambio en el nivel de dependencia en los fumadores de cigarrillos que han informado de su consumo en los dos periodos analizados. Los datos muestran que durante el confinamiento se ha producido un incremento en el nivel de dependencia, en todos los grupos de edad y en ambos sexos, como se observa en la figura 13.

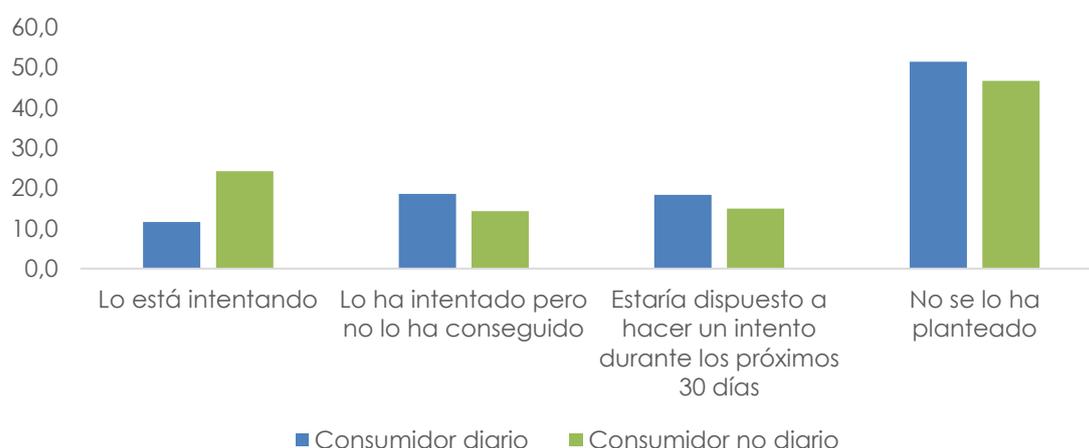
Figura 13. Nivel de dependencia alta, antes y durante del confinamiento por grupos de edad y por sexo (porcentajes). España, 2020.

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

INTENCIÓN DE DEJAR DE FUMAR Y APOYOS PARA LOGRARLO

El 13,4% de los fumadores refieren haber intentado dejar de consumir tabaco durante el confinamiento, el 18,1% lo ha intentado, pero no lo ha conseguido, mientras que más del 50% no se lo ha planteado. No se encuentran diferencias en función del sexo, pero sí que se detectan diferencias en función de la edad y en función de ser consumidor diario o no diario. Como se observa en la figura 14, entre los consumidores diarios se detectan un mayor porcentaje de personas que han intentado sin éxito el dejar de consumir, mientras que entre los consumidores no diarios casi el 25% están intentando dejar de consumir frente al 11% de los consumidores diarios.

Figura 14. Actitud ante el dejar de consumir durante confinamiento, en función del patrón de consumo (diario o no diario) (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

También se detectan más intentos de abandono entre los que presentaban una dependencia alta antes del confinamiento.

El 83,9% de los que estaban intentado dejar de consumir lo estaban haciendo solos, sin ayuda, el 8,9% usaron fármacos y el 9,6% habían buscado ayuda de profesionales sanitarios de su centro de salud, el resto de recursos (farmacias, psicólogos y/o webs) se usan de manera muy minoritaria. No se encuentran

diferencias en función del sexo, pero sí se detectan el uso de diferentes recursos en función de la edad (tabla 14).

Tabla 14. Recursos utilizados para dejar de consumir, total y por grupos de edad (porcentajes). España, 2020.

	De 16 a 24 años	De 25 a 34 años	De 35 a 44 años	De 45 a 54 años	55 años o más	Total
Sólo, sin ayuda	96,8	92,1	82,0	78,7	73,7	83,9
Con ayuda de profesionales sanitarios del centro de salud	0,6	4,9	8,8	11,7	16,7	8,9
Con la ayuda del farmacéutico/a	0,6	1,0	2,2	1,4	0,8	1,4
Fármacos	0,6	3,9	10,2	15,3	15,1	9,6
Con la ayuda de un psicólogo/a	2,5	0,7	1,0	1,4	2,8	1,4
Páginas webs o apps	0,6	3,7	6,0	2,5	2,4	3,6

FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

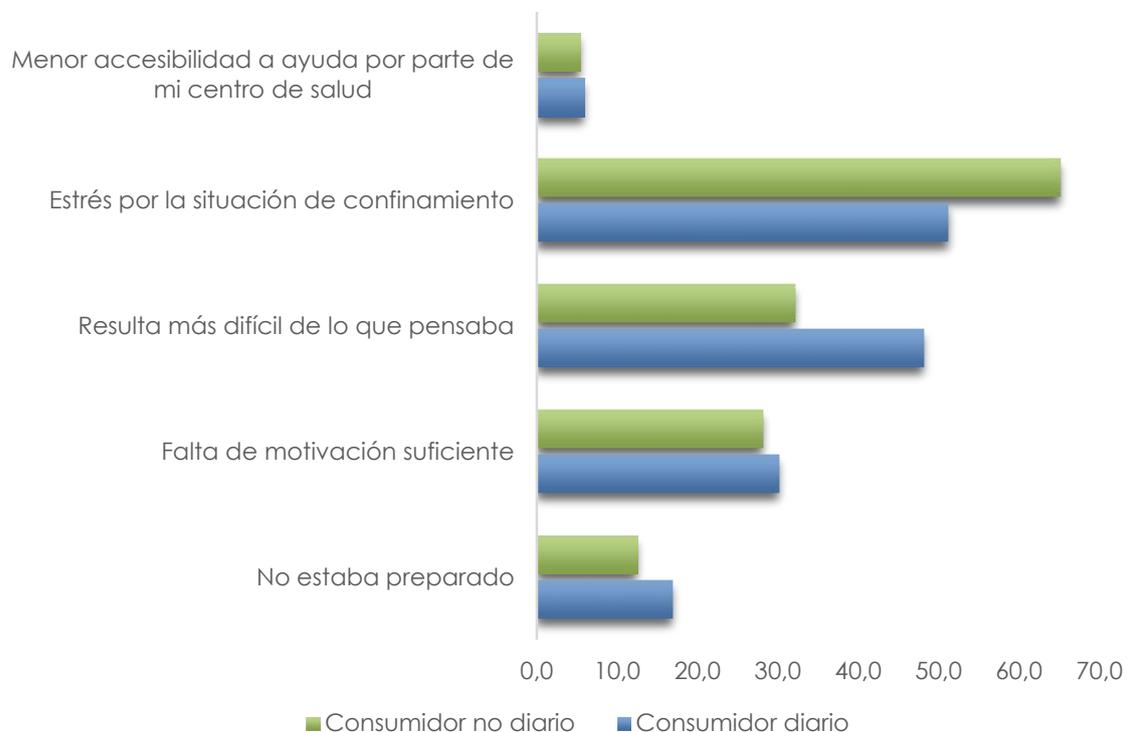
**El tamaño de muestra de la opción intersexual no permite la desagregación en esta variable.

Los datos muestran que los más jóvenes intentan dejar de consumir por ellos mismos, mientras que entre los más mayores recurre más a la ayuda de profesionales sanitarios y al uso de fármacos ($p < 0,001$).

Entre los fumadores que han usado fármacos para dejar de fumar, el 76,6% refieren haber usado Vareniclina, el 15,2% terapia sustitutiva de nicotina y el 9,7% Bupropión.

Entre las razones dadas por los fumadores que no han conseguido abandonar el consumo (figura 15), aparece mayoritariamente el estrés producido por la situación de confinamiento (52,7%), seguida de una evaluación equivocada de la dificultad que conlleva abandonar el consumo (46,5%) y una falta de motivación adecuada para hacerlo (29,9%). Es importante señalar que cerca del 6% indican que les ha faltado ayuda por parte de su centro de salud para poder dejar de consumir. Estas razones aparecen con el mismo orden entre los fumadores diarios y los fumadores no diarios, pero estos últimos atribuyen en mayor medida, el no haberlo conseguido, al estrés de la situación del confinamiento.

Figura 15. Actitud ante el dejar de consumir durante confinamiento, en función del patrón de consumo (diario o no diario) y total (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

Entre los consumidores con dependencia alta, la razón que más dan para no haber conseguido el abandono del tabaco es que les ha resultado más difícil de lo que pensaban, por encima del estrés por la situación de confinamiento.

CONSUMO EN EL HOGAR

Con objeto de conocer el consumo de tabaco dentro de los hogares, se les preguntó a los fumadores si consumían tabaco en espacios cerrados donde vivían. El 51,2% de los consumidores de antes del confinamiento consumían en espacios cerrados, dato que aumenta al 58,7% entre los consumidores que han fumado durante el confinamiento.

Además, entre los consumidores de tabaco que han informado de sus hábitos de consumo en los dos periodos comparados, el 10,9% de los fumadores que fumaban en casa antes del confinamiento, dejaron de hacerlo durante el confinamiento. Por otro lado, entre los fumadores que no fumaban en espacios cerrados de su hogar antes del confinamiento el 20% empezaron a hacerlo durante el confinamiento.

El confinamiento o el hecho de no poder salir a la calle o estar más tiempo en casa, podría haber provocado un aumento en el número de fumadores que consumen en espacios cerrados de su hogar.

Respecto a las situaciones concretas en las que se fumaba (figura 16), prevalece la situación de consumo estando solo (tanto antes como durante el confinamiento), y disminuye el consumo en presencia de otras personas durante el confinamiento, principalmente entre personas menores de 14 años.

Figura 16. Patrón de comportamiento respecto al consumo de tabaco en espacios cerrados del hogar, antes y durante el periodo COVID (porcentajes). España, 2020.



FUENTE: Encuesta "Tabaco, otras formas de consumo y confinamiento"

EXPOSICIÓN AL HUMO EN NO FUMADORES

Uno de los objetivos del presente trabajo era conocer la exposición al humo en los no fumadores, para ello se introdujo una pregunta que indagaba en este sentido, diferenciando entre la exposición antes del confinamiento y durante el mismo.

Como se ha comentado anteriormente en la muestra analizada, 9.289 personas referían no haber fumado ni antes ni durante el confinamiento, serán las personas que consideramos en el presente trabajo no fumadores.

Entre los no fumadores el 25,6% refiere haber estado expuesto al humo de tabaco y/o a las emisiones de los cigarrillos electrónicos en el interior de su casa, antes del confinamiento, valor que disminuye al 11,7% durante el confinamiento.

Una valoración entre los dos periodos muestra que el 60,7% de las personas que indicaban estar expuestas al humo de tabaco y/o a las emisiones de los cigarrillos antes del confinamiento han dejado de estarlo durante la etapa de confinamiento. Y el 2,2% de los que en el periodo de antes del confinamiento no estaban expuestos al humo, lo están durante el confinamiento.

En general se puede afirmar con los datos disponibles que la exposición al humo ambiental del tabaco en los hogares durante el confinamiento, ha disminuido.

5- CONCLUSIONES

Como conclusiones señalar que:

- **El consumo** más habitual, tanto antes como durante el confinamiento por COVID-19, es el consumo diario, con el 87,9% del total de los fumadores.
- **Los tipos de productos consumidos** en mayor medida tanto antes como durante el confinamiento han sido el tabaco, los cigarrillos de liar y a cierta distancia los porros (marihuana y hachís mezclado con tabaco). Respecto al consumo de tabaco, durante el confinamiento el 68% de los fumadores señalan haber consumido cigarrillos convencionales, el 31,9% cigarrillos de liar y el 8,6% porros (marihuana y hachís mezclado con tabaco), estos últimos consumidos principalmente por los más jóvenes.
- **Patrón de cambios:**
 - o **Del total de fumadores (69,8% diarios/5,5% ocasionales):**
 - El 73,5% ha mantenido su consumo diario en los dos periodos;
 - El 15,7% ha disminuido su frecuencia de consumo durante el confinamiento, siendo el **10,2%** los que dejaron de fumar totalmente en este periodo. La disminución de la frecuencia de consumo, se da más en mayor medida entre los más jóvenes, los estudiantes, personas en ERTE y personas que viven con la familia.
 - El 10,8% ha aumentado su consumo. Los que han aumentado la frecuencia de consumo durante el confinamiento son mayoritariamente personas que trabajan fuera de casa y personas que viven solas.

- **De los fumadores diarios (69,8%):**
 - El 6,6% han pasado a consumir de manera más esporádica.
 - El 7,2% dejaron de fumar en el confinamiento.
- **De los fumadores ocasionales (5,5%):**
 - El 5,5% de fumadores que consumían de manera ocasional antes del confinamiento, pasaron a un patrón diario durante el confinamiento, y
 - el 3% dejaron de fumar durante el confinamiento.
- **De los no fumadores** (4,0% exfumadores/0,7% no consumidores) antes del confinamiento,
 - el 5,4% empezaron a hacerlo durante este periodo.
- Durante el confinamiento por COVID-19 aumentan las **cantidades consumidas**, en todos los productos analizados, en todas las edades y en ambos sexos.
- **El nivel de dependencia** al tabaco casi se triplica durante el confinamiento, fundamentalmente a causa del estrés, pasando de un 3,9% de los fumadores de antes del confinamiento a un 9,3% de los fumadores durante el confinamiento.

- Los intentos por dejar de consumir tabaco durante el confinamiento:

- El 13,4% de los fumadores refieren haberlo intentado: la mayoría de ellos, el 83,9%, solos, sin ayuda; tan solo el 9,6% refieren haber recurrido a los fármacos.
- El 18,1% comentan que lo han intentado, pero no lo han conseguido, dando como principal razón por la que no ha conseguido el abandono del consumo, el estrés que les produce el confinamiento.

- **El riesgo percibido** de contraer infección por coronavirus y desarrollar síntomas más graves, es mayor para el consumo de tabaco que para el de los cigarrillos electrónicos. El 80,7% de las personas encuestadas son conscientes del riesgo que conlleva consumir tabaco, presentando los fumadores una percepción de riesgo mayor que los no fumadores.

- **El consumo en hogares:** durante el confinamiento aumenta en 9,1% el porcentaje de fumadores que consumen en espacios cerrados donde viven. Así, aunque el 10,9% de los fumadores que consumían en su casa antes del confinamiento refieren no haberlo hecho durante el confinamiento, hay otro 20% que no fumaban en espacios cerrados de su hogar antes del confinamiento y que empezaron a hacerlo. Estos últimos, no obstante, señalan que lo hacen principalmente estando solas, o al menos en ausencia de menores de 14 años.

- **La exposición pasiva al humo del tabaco (HTA)** en no fumadores ha disminuido durante el confinamiento. Así, el 60,7% de las personas que indicaban estar expuestas al humo de tabaco y/o a las emisiones de los cigarrillos antes del confinamiento, han dejado de estarlo durante la etapa de confinamiento.

6- ANEXO 1

ENCUESTA DE TABACO, OTRAS FORMAS DE CONSUMO Y CONFINAMIENTO

PREGUNTAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

1- Sexo:

Hombre
Mujer
Intersexual

2- Edad: _____

3- Provincia: _____

4- Código postal: _____

5- En este momento, en relación con el trabajo usted está...

Trabajando*

*Si marca esta opción, se abre un desplegable de respuesta múltiple y la siguiente frase: Marque tantas opciones como considere necesarias:

Trabajando desde casa (teletrabajo)

Trabajando fuera de casa.

De baja

De permiso

De vacaciones

En un ERE

En un ERTE

Otra situación, ¿cuál?

En paro o sin trabajar

Labores del hogar (no busca trabajo)

Recibiendo una pensión (jubilado, prejubilado u otro motivo)

Estudiando

Otra situación, ¿cuál? _____

PREGUNTAS DE TABACO Y OTRAS FORMAS DE CONSUMO:

6- ¿Podría indicar cómo ha sido y cómo es su relación con el tabaco y/u otras formas de consumo? Marque la opción que se aproxime más antes y durante el confinamiento.

ENCUESTA "TABACO, OTRAS FORMAS DE CONSUMO Y CONFINAMIENTO"

	ANTES DEL CONFINAMIENTO	DURANTE EL CONFINAMIENTO
Consumo diario		
Consumo pero no diario		
Ex consumidor		
Nunca he consumido		*

*Si se marca esta casilla, pasar a la pregunta 10

7- ¿Qué tipo de tabaco y/u otras formas de consumo ha consumido y consume?
 Marque tantas opciones como productos consumía o consume:

	ANTES DEL CONFINAMIENTO	DURANTE EL CONFINAMIENTO
Cigarrillos		Contestar A y B
Tabaco de liar		Pasar a B
Puros o puritos		Pasar a B
Cigarrillos electrónicos o vapeadores		Pasar a B
Tabaco por calentamiento (IQOS o similares)		Pasar a B
"Porros" (marihuana o hachís mezclado con tabaco)		Pasar a B
Tabaco de pipa		Pasar a C
Pipa de agua, cachimba, shisha		Pasar a C
Hierbas para fumar		Pasar a C
Otros:		Pasar a C

- A) ¿A qué edad comenzó a fumar? _____
 ¿Cuánto tiempo pasa entre que se levanta y fuma su primer cigarrillo?
 Menos de 5 minutos
 Entre 6 y 30 minutos
 Entre media hora y una hora
 Más de una hora

B) Por término medio, ¿qué número ha consumido y consume al día? Conteste a tantas opciones como productos consumía y consume:

Número de:	ANTES DEL CONFINAMIENTO	DURANTE EL CONFINAMIENTO
Cigarrillos		
Tabaco de liar		
Puros o puritos		

ENCUESTA "TABACO, OTRAS FORMAS DE CONSUMO Y CONFINAMIENTO"

Número de:	ANTES DEL CONFINAMIENTO	DURANTE EL CONFINAMIENTO
Cigarrillos electrónicos o vapeadores		
Tabaco por calentamiento (IQOS o similares)		
"Porros" (marihuana o hachís mezclado con tabaco)		

C) Defina su relación actual con el tabaco y/u otras formas de consumo:

- Consumo la misma cantidad que antes del confinamiento
- Consumo menos cantidad que antes del confinamiento
- Consumo más cantidad que antes del confinamiento
- Antes no consumía y he empezado durante el confinamiento
- Había dejado de consumir y durante el confinamiento he recaído.

8- ¿Ha intentado dejar de consumir tabaco y/u otras formas de consumo durante el confinamiento?

➤ Sí, lo estoy intentando: *

*Si se marca esta opción aparece la siguiente pregunta:

- ¿Qué recursos ha utilizado o está utilizando? Puede marcar varias opciones:
 - Sólo, sin ayuda
 - Contacto con el centro de salud (con ayuda de médico/a, enfermero/a, matrona, ...)
 - Contacto con la oficina de farmacia (con ayuda del farmacéutico/a)
 - Con ayuda de psicólogo/a
 - Páginas web o apps
 - Otros: _____
- ¿Estas utilizando fármacos? (marcar una o más respuestas)
 - TSN (Terapia Sustitutiva de Nicotina)
 - Bupropión
 - Vareniclina

➤ Sí, lo he intentado, pero no lo he conseguido y sigo consumiendo:

**

**Si se marca esta opción aparece la siguiente pregunta:

- ¿Qué problemas o dificultades ha encontrado? Puede marcar varias opciones:
 - No estaba preparado/a
 - Falta de motivación suficiente
 - Resultar más difícil de lo que pensaba

ENCUESTA "TABACO, OTRAS FORMAS DE CONSUMO Y CONFINAMIENTO"

- Estrés por la situación de confinamiento
- Menor accesibilidad a ayuda por parte de mi centro de salud
- Otros: _____

- Estaría dispuesto/a a hacer un intento serio de abandono de tabaco o de otras formas de consumo durante los próximos 30 días.
- No me lo he planteado.

9- En relación con el consumo de tabaco y/u otras formas de consumo en el interior de su casa, ¿usted consume o consumía en espacios cerrados donde vive o vivía?

	ANTES DEL CONFINAMIENTO	DURANTE EL CONFINAMIENTO
Sí	*	*
No		

* En el caso de marcar alguna de estas casillas tendría que abrirse la siguiente tabla:

	ANTES DEL CONFINAMIENTO	DURANTE EL CONFINAMIENTO
Estando solo/a		
Delante de personas mayores de 14 años		
Delante de personas de 14 años o menos		

10- En relación con el tabaquismo pasivo (exposición al humo ambiental de tabaco) y la exposición a las emisiones de los cigarrillos electrónicos en el interior de su casa; ¿ha estado o está expuesto/a?

	ANTES DEL CONFINAMIENTO	DURANTE EL CONFINAMIENTO
Sí		
No		

PREGUNTAS DE SALUD:

11- ¿Tiene alguna enfermedad o problema de salud crónicos o de larga duración? (Larga duración es si ha durado o se espera que dure 6 meses o más)

- Sí
- No

ENCUESTA "TABACO, OTRAS FORMAS DE CONSUMO Y CONFINAMIENTO"

12- Durante el período de confinamiento, ¿cómo diría que ha sido su estado de salud?

- Muy bueno
- Bueno
- Regular
- Malo
- Muy malo

13- ¿Ha tenido infección por el coronavirus?

- Sí, con prueba de resultado positivo
- Sospecha por síntomas compatibles
- No

14- En el contexto actual, ¿cómo cree que puede influir el consumo de tabaco y/u otras formas de consumo sobre el riesgo de infección por coronavirus? Elija la afirmación con la que está más de acuerdo.

	TABACO	CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS
No guarda relación		
Los que consumen tienen menos riesgo		
Los que consumen tienen más riesgo		
Los que consumen tienen más riesgo de tener complicaciones severas por coronavirus		
Los que consumen tienen más riesgo de tener la infección y de tener complicaciones severas por coronavirus		

PREGUNTAS SOCIODEMOGRÁFICAS:

15- País de nacimiento: _____

16- Estatus de convivencia:

- Vive en pareja
- Vive con familia
- Vive solo/a
- Vive con compañeros de piso
- Otros: _____

17- ¿Cuál es el mayor nivel de estudios que ha obtenido?:

- Sin estudios
- Estudios de primaria
- Estudios de secundaria o equivalente (F.P grado medio)
- Bachiller o equivalente (F.P 2º grado)
- Estudios universitarios

TEXTOS:

En cuanto al tabaquismo pasivo decirle que el humo de segunda mano (el que exhala el fumador y también el que sale del cigarrillo) perjudica la salud de las personas expuestas que conviven con ese humo, pero también existe el humo de tercera mano, que son los residuos de nicotina y otras sustancias químicas que quedan en nuestra ropa, muebles y tapicerías, cortinas, etc, y que contaminan nuestro hogar y permanecen en él durante semanas e incluso meses. Estos humos pueden llegar a una habitación, aunque su puerta esté cerrada. No existe un nivel de ventilación suficiente para eliminarlos por completo y los riesgos que generan, por lo que se recomienda no fumar en cualquiera de los espacios cerrados de su vivienda.

Si fuma, dejar de fumar puede ser una de las decisiones más importantes de su vida. Si no lo ha intentado nunca o si lo ha intentado, pero no lo ha conseguido este puede ser un buen momento para hacerlo.

Con ayuda lo conseguirá más fácilmente, puede llamar a su centro de salud y allí le explicarán cómo pueden ayudarle.

En la página web del Ministerio de Sanidad puede encontrar herramientas y recursos que también le pueden ayudar a dejar de fumar:

<http://www.estilosdevidasaludable.mscbs.gob.es/tabaco/home.htm>

Si tiene interés en recibir los resultados de este estudio, escriba su dirección de correo electrónico a continuación:

¡MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN!

