



Tecnológico Universitario
“RUMIÑAHUI”

Carrera: Enfermería

Título: Reducción del consumo de tabaco en el personal de ENVATUB

S. A en el periodo abril _ septiembre 2024

Autores: Mishell Maribel Asitimbay Iza

Tania Valeria López Tipan

Danny Mauricio Toctaguano Cajia

Tutor (s): Lic. Janet Alexandra Almeida Factos

Lugar y fecha:

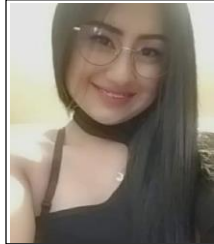
Sangolquí, 07/07/2024

Autor: Mishell Maribel Asitimbay Iza

Título a obtener: Técnico en enfermería

Correo electrónico: mishell.asitimbay@ister.edu.ec

Matriz: Sangolquí -Ecuador



Autor: Tania Valeria López Tipan

Título a obtener: Técnico en enfermería

Correo electrónico: tania.lopez@ister.edu.ec

Matriz: Sangolquí -Ecuador



Autor: Danny Mauricio Toctaguano Cajia

Título a obtener: Técnico en enfermería

Correo electrónico: danny.toctaguano@ister.edu.ec

Matriz: Sangolquí -Ecuador



Dirigido por: **Lic. Janet Alexandra Almeida Factos**

Título:

Matriz: Sangolquí -Ecuador

Correo electrónico:



Todos los derechos reservados.

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la Ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra para fines comerciales, sin contar con autorización de los titulares de propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual. Se permite la libre difusión de este texto con fines académicos investigativos por cualquier medio, con la debida notificación a los autores.

©2024 Tecnológico Universitario Rumiñahui

SANGOLQUÍ – ECUADOR

(APELLIDOS Y NOMBRES)

(TEMA DE UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR)

CARTA DE CESIÓN DE DERECHOS DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CT-ANX-2024-ISTER-6-6.1

Sangolquí, 29 de Septiembre de 2024

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO**

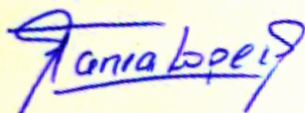
Presente

Por medio de la presente, yo, LOPEZ TIPAN TANIA VALERIA declaro y acepto en forma expresa lo siguiente: Ser autor del trabajo de titulación denominado REDUCCION DEL CONSUMO DE TABACO EN EL PERSONAL DE ENVATUB S.A EN EL PERIODO ABRIL-SEPTIEMBRE 2024, de la Tecnicatura Superior ENFERMERIA; y a su vez manifiesto mi voluntad de ceder al Instituto Superior Tecnológico Rumiñahui con condición de Universitario, los derechos de reproducción, distribución y publicación de dicho trabajo de titulación, en cualquier formato y medio, con fines académicos y de investigación.

Esta cesión se otorga de manera no exclusiva y por un periodo indeterminado. Sin embargo, conservo los derechos morales sobre mi obra.

En fe de lo cual, firmo la presente.

Atentamente,



LOPEZ TIPAN TANIA VALERIA
C.I.: 0401979091

MATRIZ SANGOLQUÍ: Av. Atahualpa 1701 y 8 de Febrero

Telf: 0960052734 / 023524576 / 022331628

f i t y c www.ister.edu.ec / info@ister.edu.ec

CARTA DE CESIÓN DE DERECHOS DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CT-ANX-2024-ISTER-6-6.1

Sangolquí, 29 de septiembre de 2024

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO**
Presente

Por medio de la presente, yo, TOCTAGUANO CAJIA DANNY MAURICIO declaro y acepto en forma expresa lo siguiente: Ser autor del trabajo de titulación denominado REDUCCIÓN DEL CONSUMO DE TABACO EN EL PERSONAL DE ENVATUB S.A. EN EL PERIODO ABRIL- SEPTIEMBRE 2024, de la Tecnicatura Superior EN ENFERMERIA y a su vez manifiesto mi voluntad de ceder al Instituto Superior Tecnológico Rumiñahui con condición de Universitario, los derechos de reproducción, distribución y publicación de dicho trabajo de titulación, en cualquier formato y medio, con fines académicos y de investigación.

Esta cesión se otorga de manera no exclusiva y por un periodo indeterminado. Sin embargo, conservo los derechos morales sobre mi obra.

En fe de lo cual, firmo la presente.

Atentamente,



TOCTAGUANO CAJIA DANNY MAURICIO
C.I.: 050448947-7

CARTA DE CESIÓN DE DERECHOS DEL TRABAJO DE TITULACIÓN CT-ANX-2024-ISTER-6-6.1

Sangolquí, 29 de septiembre de 2024

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

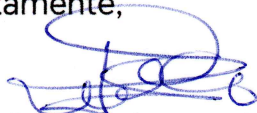
INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO
Presente

Por medio de la presente, yo, Mishell Maribel Asitimbay Iza declaro y acepto en forma expresa lo siguiente: Ser autor del trabajo de titulación denominado Reducción del consumo de tabaco en el personal de ENVATUB S.A, de la Tecnicatura Superior Enfermería; y a su vez manifiesto mi voluntad de ceder al Instituto Superior Tecnológico Rumiñahui con condición de Universitario, los derechos de reproducción, distribución y publicación de dicho trabajo de titulación, en cualquier formato y medio, con fines académicos y de investigación.

Esta cesión se otorga de manera no exclusiva y por un periodo indeterminado. Sin embargo, conservo los derechos morales sobre mi obra.

En fe de lo cual, firmo la presente.

Atentamente,



Mishell Maribel Asitimbay Iza
C.I.: 1750121467

FORMULARIO PARA ENTREGA DE PROYECTOS EN BIBLIOTECA INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE UNIVERSITARIO

CT-ANX-2024-ISTER-1

CARRERA: DE ENFERMERIA

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI

AUTOR /ES: DANNY MAURICIO TOCTAGUANO CAJIA; MISHHELL MARIBEL

ASITIMBAY IZA; TANIA VALERIA LÓPEZ TIPAN

TUTOR: JANET ALEXANDRA ALMEIDA FACTOS

CONTACTO ESTUDIANTE:

0992525366;0995537135; 0998472436

CORREO ELECTRÓNICO:

Danny.toctaguano@ister.edu.ec

mishell.asitimbay@ister.edu.ec

Tania.lopez@ister.edu.ec

dmtcdanny@outlook.com

mishellmaribel@hotmail.com

tania2602lopez@gmail.com

TEMA: REDUCCIÓN DEL CONSUMO DE TABACO EN EL PERSONAL DE
ENVATUB S.A. EN EL PERIODO ABRIL -SEPTIEMBRE 2024

OPCIÓN DE TITULACIÓN: TECNICO EN ENFERMERIA

UNIDAD DE INTEGRACION CURRICULAR

RESUMEN EN ESPAÑOL:

La presente investigación se realizó entre abril y septiembre de 2024 en la empresa ENVATUB S.A. ubicada en la parroquia de Tambillo, Cantón Mejía, con el objetivo de reducir el consumo de tabaco en sus trabajadores a través de una campaña basada en educación, apoyo y cambios en el entorno laboral. El problema central se basa en disminuir el consumo de tabaco en los empleados, siendo esta una de las principales causas de enfermedades prevenibles y muertes. Existen programas efectivos y políticas de espacios libres de humo que pueden ser implementados en la empresa como también se encuentra ciertos eventos realizados, pero no se han afianzado dentro de este lugar, por lo tanto, es fundamental que dichos programas mejoraran la salud, la calidad de vida de los empleados y reduciendo costos asociados a la atención médica. Metodológicamente, se realizó un análisis del hábito de fumar entre los empleados, revelando que casi la mitad ha mantenido este hábito, lo que implica un riesgo para la productividad de la empresa. Los resultados indicaron la necesidad de intervenciones adaptadas según el nivel de dependencia al tabaco.

MATRIZ SANGOLQUÍ: Av. Atahualpa 1701 y 8 de Febrero

Telf: 0960052734 / 023524576 / 022331628

 www.ister.edu.ec / info@ister.edu.ec

La campaña "Respira Libre: Un Futuro sin Humo" se implementó para reducir significativamente el consumo de tabaco, con una participación activa y concienciación inicial prometedora. Además, la comprensión teórica del impacto del tabaco en la salud permitió diseñar estrategias efectivas. Los hallazgos guiarán futuras intervenciones y la creación de un entorno laboral saludable y sostenible.

PALABRAS CLAVE:

consumo de tabaco, intervención laboral, salud laboral, campaña educativa, prevención del tabaquismo.

ABSTRACT:

The present research was conducted between April and September 2024 at ENVATUB S.A., located in the parish of Tambillo, Cantón Mejía, with the aim of reducing tobacco consumption among its workers through a campaign based on education, support, and changes in the work environment. The central problem focuses on reducing tobacco consumption among employees, as it is one of the leading causes of preventable diseases and deaths. There are effective programs and smoke-free policies that can be implemented within the company, as well as certain events that have been held, but they have not been solidified in this workplace. Therefore, it is essential that these programs improve the health and quality of life of employees while reducing costs associated with medical care. Methodologically, an analysis of smoking habits among employees was conducted, revealing that nearly half have maintained this habit, which poses a risk to the company's productivity. The results indicated the need for interventions tailored to the level of tobacco dependence. The "Respira Libre: A Smoke-Free Future" campaign was implemented to significantly reduce tobacco consumption, with promising initial active participation and awareness. Additionally, a theoretical understanding of the impact of tobacco on health allowed for the design of effective strategies. The findings will guide future interventions and the creation of a healthy and sustainable work environment.

PALABRAS CLAVE:

tobacco consumption, workplace intervention, occupational health, educational campaign, smoking prevention.

SOLICITUD DE PUBLICACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CT-ANX-2024-ISTER-2

Sangolquí, 29 de Septiembre del 2024

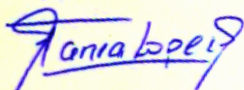
Sres.-

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO**

Presente

A través del presente me permito aceptar la publicación del trabajo de titulación de la Unidad de Integración Curricular en el repositorio digital “DsPace” del estudiante: LOPEZ TIPAN TANIA VALERIA, con C.I.: 0401979091 alumno de la Carrera ENFERMERIA.

Atentamente,



Firma del Estudiante

C.I.: 0401979091

SÓLO PARA USO DEL ISTER

Han sido revisadas las similitudes del trabajo en el software “TURNITING” y cuenta con un porcentaje de; motivo por el cual, el Proyecto Técnico de Titulación es publicable. (EL PORCENTAJE DE SIMILITUD DEBE SER MÁXIMO DE 15%)

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

Fecha del Informe ____ / ____ / ____

MATRIZ SANGOLQUÍ: Av. Atahualpa 1701 y 8 de Febrero

Telf: 0960052734 / 023524576 / 022331628

 **www.ister.edu.ec / info@ister.edu.ec**

SOLICITUD DE PUBLICACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CT-ANX-2024-ISTER-2
Sangolquí, 29 de septiembre del 2024

Sres.-

**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO**

Presente

A través del presente me permito aceptar la publicación del trabajo de titulación de la Unidad de Integración Curricular en el repositorio digital “DsPace” del estudiante: DANNY MAURICIO TOCTAGUANO CAJIA, con C.I.: 05044897-7 alumno de la Carrera de ENFERMERIA

Atentamente,



Firma del Estudiante
C.I.: 050448947-7

SÓLO PARA USO DEL ISTER

Han sido revisadas las similitudes del trabajo en el software “TURNITING” y cuenta con un porcentaje de; motivo por el cual, el Proyecto Técnico de Titulación es publicable. (EL PORCENTAJE DE SIMILITUD DEBE SER MÁXIMO DE 15%)

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

Fecha del Informe ____ / ____ / ____

MATRIZ SANGOLQUÍ: Av. Atahualpa 1701 y 8 de Febrero

Telf: 0960052734 / 023524576 / 022331628

 www.ister.edu.ec / info@ister.edu.ec

SOLICITUD DE PUBLICACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

CT-ANX-2024-ISTER-2

Sangolquí, 29 de septiembre de 2024

Sres.-

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO RUMIÑAHUI CON CONDICIÓN DE
UNIVERSITARIO

Presente

A través del presente me permito aceptar la publicación del trabajo de titulación de la Unidad de Integración Curricular en el repositorio digital "DsPace" del estudiante: MISHELL MARIBEL ASITIMBAY IZA, con C.I.: 1750121467 alumno de la Carrera TECNICATURA EN EMERGENCIA

Atentamente,



Firma del Estudiante
C.I.: 1750121467

SÓLO PARA USO DEL ISTER

Han sido revisadas las similitudes del trabajo en el software "TURNITING" y cuenta con un porcentaje de; motivo por el cual, el Proyecto Técnico de Titulación es publicable. (EL PORCENTAJE DE SIMILITUD DEBE SER MÁXIMO DE 15%)

MSc. Elizabeth Ordoñez
DIRECTORA DE DOCENCIA

MSc. Mónica Loachamín
COORDINADORA DE TITULACIÓN

Fecha del Informe ____/____/____

MATRIZ SANGOLQUÍ: Av. Atahualpa 1701 y 8 de Febrero

Telf: 0960052734 / 023524576 / 022331628

 www.ister.edu.ec / info@ister.edu.ec



Editor con WPS Office

Dedicatoria

Queremos dedicar este proyecto de investigación a nuestra familia cuyo amor incondicional han sido nuestra inspiración para continuar por este camino. A todos mis compañeros por su amistad y ayuda han enriquecido mi formación y la culminación de este trabajo.

Agradecimientos

Queremos expresar nuestro profundo agradecimiento a todas las personas que han contribuido al desarrollo de este proyecto. En primer lugar, al Tecnológico Universitario Rumiñahui por permitirnos ser parte y culminar nuestros estudios en esta noble institución.

Agradecemos a la Empresa ENVATUB S.A por abrirnos sus puertas en especial al departamento de Talento Humano, cuya colaboración y experiencia han sido esenciales para la realización de este proyecto. Su dedicación y profesionalismo han sido un pilar fundamental para alcanzar los objetivos planteados.

Por último, queremos agradecer al Subcentro de Salud de la parroquia de Tambillo quienes nos proporcionaron la información adecuada para desarrollar esta campaña.

Resumen

La presente investigación se realizó entre abril y septiembre de 2024 en la empresa ENVATUB S.A. ubicada en la parroquia de Tambillo, Cantón Mejía, con el objetivo de reducir el consumo de tabaco en sus trabajadores a través de una campaña basada en educación, apoyo y cambios en el entorno laboral. El problema central se basa en disminuir el consumo de tabaco en los empleados, siendo esta una de las principales causas de enfermedades prevenibles y muertes. Existen programas efectivos y políticas de espacios libres de humo que pueden ser implementados en la empresa como también se encuentra ciertos eventos realizados, pero no se han afianzado dentro de este lugar, por lo tanto, es fundamental que dichos programas mejoraran la salud, la calidad de vida de los empleados y reduciendo costos asociados a la atención médica. Metodológicamente, se realizó un análisis del hábito de fumar entre los empleados, revelando que casi la mitad ha mantenido este hábito, lo que implica un riesgo para la productividad de la empresa. Los resultados indicaron la necesidad de intervenciones adaptadas según el nivel de dependencia al tabaco. La campaña "Respira Libre: Un Futuro sin Humo" se implementó para reducir significativamente el consumo de tabaco, con una participación activa y concienciación inicial prometedora. Además, la comprensión teórica del impacto del tabaco en la salud permitió diseñar estrategias efectivas. Los hallazgos guiarán futuras intervenciones y la creación de un entorno laboral saludable y sostenible.

Palabras clave: consumo de tabaco, intervención laboral, salud laboral, campaña educativa, prevención del tabaquismo.

Abstract

The present research was conducted between April and September 2024 at ENVATUB S.A., located in the parish of Tambillo, Cantón Mejía, with the aim of reducing tobacco consumption among its workers through a campaign based on education, support, and changes in the work environment. The central problem focuses on reducing tobacco consumption among employees, as it is one of the leading causes of preventable diseases and deaths. There are effective programs and smoke-free policies that can be implemented within the company, as well as certain events that have been held, but they have not been solidified in this workplace. Therefore, it is essential that these programs improve the health and quality of life of employees while reducing costs associated with medical care. Methodologically, an analysis of smoking habits among employees was conducted, revealing that nearly half have maintained this habit, which poses a risk to the company's productivity. The results indicated the need for interventions tailored to the level of tobacco dependence. The "Respira Libre: A Smoke-Free Future" campaign was implemented to significantly reduce tobacco consumption, with promising initial active participation and awareness. Additionally, a theoretical understanding of the impact of tobacco on health allowed for the design of effective strategies. The findings will guide future interventions and the creation of a healthy and sustainable work environment.

Keywords: tobacco consumption, workplace intervention, occupational health, educational campaign, smoking prevention.

Índice

Índice de Tablas.....	10
Índice de Figuras	11
Anexos	12
Introducción	13
Planteamiento del problema	13
Problema científico.....	14
Preguntas científicas o directrices	14
Objetivo general	15
Objetivos específicos	15
Justificación.....	16
Capítulo II: Marco teórico	18
Antecedentes	18
Teorizante.....	20
Bases teóricas	21
Efectos del Tabaco en la Salud	21
Enfermedades cardiovasculares	21
Accidente cerebrovascular (ataque cerebral)	21
Cáncer.....	22
Asma bronquial	22

Bronquitis Crónica	22
Fibrosis Pulmonar Idiopática	24
Infecciones Respiratorias	24
Otras Condiciones Respiratorias	25
Efectos del Tabaco en la Salud Ocupacional	26
Intervenciones Farmacológicas	27
GLOSARIO.....	29
Capítulo III: Metodología.....	32
2.1. Tipo de investigación	32
Propuesta	34
Fundamentos de la propuesta.....	34
Objetivo.....	34
Importancia	34
Características	35
Tabulación, análisis e interpretación de datos de la encuesta dirigida al personal de la	
Empresa ENVATUB S.A.....	43
Conclusiones	72
Recomendaciones	73
Bibliografía	74
Anexos	77

Índice de Tablas

Tabla 1. Pregunta 1. ¿Ha fumado por más de seis meses durante su vida?	43
Tabla 2. Pregunta 2. ¿Hace cuánto tiempo empezó a fumar?	44
Tabla 3. Pregunta 3. ¿Cuántos cigarrillos consume en un día común?	45
Tabla 4. Pregunta 4. ¿Cuánto tiempo pasa después de despertarse en fumar el primer cigarrillo?	46
Tabla 5. Pregunta 5. ¿Cuál es su manera de fumar?	47
Tabla 6. Pregunta 6. ¿Desearía dejar de fumar?	49
Tabla 7. Pregunta 7. ¿Ha intentado dejar de fumar?	50
Tabla 8. Pregunta 8. ¿Fumar le ha causado problemas de salud?	51
Tabla 9. Pregunta 9. ¿Cuáles de los siguientes síntomas tiene al dejar de fumar?	52
Tabla 10. Pregunta 10. ¿Cree usted que fumar puede afectar también a su familia?	53
Tabla 11. Pregunta 11. ¿Algún profesional de la salud le ha sugerido dejar de fumar?	54
Tabla 12. Pregunta 12. ¿Le parece difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben?	55
Tabla 13. Pregunta 13. ¿Siente dificultad dejar de fumar aun cuando está enfermo?	56
Tabla 14. Pregunta 14. ¿Cuál cigarrillo sería más difícil renunciar?	57
Tabla 15. Pregunta 15. ¿Conoce usted las enfermedades que causa fumar?	58
Tabla 16. Pregunta 16. ¿Fuma actualmente?	59

Índice de Figuras

Figura 1. Ha fumado por más de seis meses durante su vida	43
Figura 2. ¿Hace cuánto tiempo empezó a fumar?.....	44
Figura 3. ¿Cuántos cigarrillos consume en un día común?	45
Figura 4. ¿Cuánto tiempo pasa después de despertarse en fumar el primer cigarrillo?.....	47
Figura 5. ¿Cuál es su manera de fumar?	48
Figura 6. ¿Desearía dejar de fumar?	49
Figura 7. ¿Ha intentado dejar de fumar?.....	50
Figura 8. ¿Fumar le ha causado problemas de salud?.....	51
Figura 9. ¿Cuáles de los siguientes síntomas tiene al dejar de fumar?	52
Figura 10. ¿Cree usted que fumar puede afectar también a su familia	53
Figura 11. ¿Algún profesional de la salud le ha sugerido dejar de fumar?.....	54
Figura 12. ¿Le parece difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben?	55
Figura 13. ¿Siente dificultad dejar de fumar aun cuando está enfermo?	56
Figura 14. ¿Cuál cigarrillo sería más difícil renunciar?.....	57
Figura 15. ¿Conoce usted las enfermedades que causa fumar?	58
Figura 15. ¿Conoce usted las enfermedades que causa fumar?	59

Anexos

Anexo 1. Formulario para clasificación de fumadores	67
Anexo 2. Socialización – Taller sobre el consumo de tabaco ENVATUB S.A.....	68
Anexo 3. Video Socialización – Taller Sensibilización sobre el consumo de tabaco ENVATUB S.A.....	69

Introducción

Planteamiento del problema

Según el Ministerio de Salud Pública (2022) “El tabaco produce al año ocho millones de muertes en el mundo donde siete millones mueren siendo consumidores directos y los demás son no fumadores que se exponen al humo ajeno.” (p.1), es así que esta entidad propone implementar alternativas que ayuden con la sensibilización del consumo de tabaco en la población y el impacto negativo en la salud de quienes lo usan.

De acuerdo con la Organización de las Naciones Unidas para el desarrollo de Industrial (2023) en América Latina 24 países tienen medidas de protección principalmente en la exposición del humo, es así que se muestra cuáles son los peligros que se presentan en la salud”. (p.59) A partir de 2018, un análisis de la OPS reveló que esta región se convirtió en la primera en estar libre de humo de tabaco y en tener el consumo más bajo. Por lo tanto, reducir el consumo de cigarrillos entre los jóvenes sigue siendo un objetivo primordial para la Organización Mundial de la Salud, con el fin de controlar las enfermedades asociadas a esta problemática. (Organización Panamericana de la Salud , 2022)

En Ecuador, según estadísticas del Ministerio de Salud Pública (2022), “se estima que 1 de cada 10 ecuatorianos de 18 a 69 años son fumadores habituales, es así que el consumo de tabaco se ha convertido en una práctica muy frecuente entre muchos empleados de diversas organizaciones” (p.3), donde el personal de ENVATUB S.A. empresa ubicada en la parroquia de Tambillo presenta este problema de tabaquismo mimo que tiene efectos que perjudican a la salud del personal y esto es negativo para la producción en la empresa, además de requerir servicios médicos constantes.

A pesar de las campañas que se han realizado para dejar de fumar, gran parte de los trabajadores de ENVATUB S.A. siguen con el mal hábito de fumar. Es importante reconocer que esto no solo es perjudicial para los empleados, sino que afecta en todo el ambiente laboral y la productividad de la empresa. Existe la necesidad urgente dentro de la empresa de crear e implementar estrategias más efectivas que ayuden a los empleados a reducir o evitar el consumo del tabaco.

Problema científico

¿Cómo reducir el consumo de tabaco en el personal de ENVATUB S.A. durante el periodo abril - septiembre de 2024 mediante la implementación de una campaña se base en la educación, apoyo y cambios en el entorno laboral para conservar la salud de las personas esta empresa?

Preguntas científicas o directrices

- ¿Qué enfermedades y problemas de salud están asociadas con el consumo de tabaco?
- ¿Cuál es el porcentaje de empleados de ENVATUB S?A que consume tabaco?
- ¿Qué estrategias de sensibilización se han demostrado efectivas en la reducción del consumo de tabaco?

Objetivo general

Reducir el consumo de tabaco en el personal de ENVATUB S.A durante el periodo abril - septiembre de 2024 mediante la implementación de una campaña de intervención que se base en la educación, apoyo y cambios en el entorno laboral para conservar la salud de las personas que forman parte de esta empresa.

Objetivos específicos

- Investigar fundamentos teóricos acerca del uso del tabaco y los problemas de salud que esto genera a las personas
- Identificar el nivel actual de consumo de tabaco entre el personal de ENVATUB S.A mediante encuestas y registros médicos.
- Diseñar una campaña para lograr la reducción del consumo de tabaco a largo plazo, incorporando políticas de bienestar y apoyo continuo para los empleados.

Justificación

El presente proyecto acerca de la reducción del consumo de tabaco en ENVATUB S.A. es factible por varios factores, en primer lugar, al existir programas y recursos a disposición que se ha probado su eficacia para que los empleados dejen de fumar, que son programas y sesiones donde se pone en conocimiento los aspectos más importantes sobre los problemas que conlleva el uso del cigarrillo , además considerando que existen políticas para crear espacios libres de humo y son sencillas de implementar, que pueden ser implementadas mediante una buena comunicación y apoyo de la empresa.

Una de las principales causas de enfermedades prevenibles y muertes prematuras es el consumo de tabaco. Las personas que fuman tienen mayor riesgo de tener enfermedades respiratorias, cardiovasculares y el cáncer, reducir el consumo de tabaco es importante para cuidar la salud y el bienestar de los trabajadores de esta empresa. Lo que se intenta lograr es que se mejore la calidad de vida de los empleados como también la productividad y el ambiente laboral sea el más óptimo dentro de ENVATUB S.A.

Evitar que los empleados consuman tabaco es conveniente para la empresa, el dejar de fumar significaría mucho para la salud y bienestar tanto personal como laboral. Tener en la empresa, un personal saludable se traduce en menos enfermedades y reduce los costos que están asociados con la atención médica y utilización de los seguros de salud. Si el personal cuenta con óptimas condiciones el rendimiento general de la empresa será el mejor.

El valor teórico de esta investigación está en la contribución del conocimiento sobre diferentes estrategias para reducir el consumo de tabaco. Sirve como un estudio de caso de una más de las empresas que pueden implementar políticas de salud y que sus resultados proporcionen datos que puedan ser utilizados para futuras investigación y mejorar dichas estrategias.

Por lo tanto, la finalidad de este proyecto es mejorar la salud y el bienestar de los empleados de ENVATUB S.A., al disminuir las enfermedades relacionadas con el cigarrillo o tabaco, de igual forma reducir los costos relacionados con la atención médica y que la productividad de la empresa y así se implemente una cultura de salud y bienestar en este lugar para que cada uno quienes trabajan ahí fortalecimiento la imagen corporativa.

Por último, este trabajo de investigación proporciona una pequeña parte para poder implementar programas que permitan reducir el consumo del tabaco. Incluye identificar los recursos, planes y ejecutar diferentes actividades para apoyarlos y así evaluar los resultados. Tener un enfoque sistemático puede ser útil para otras empresas que deseen el éxito de la empresa promoviendo un ambiente laboral más saludable.

Capítulo II: Marco teórico

Antecedentes

Después de realizar exhaustiva investigación en diferentes repositorios se conoce diferentes temáticas similares acerca del consumo de tabaco en el personal de una empresa, uno de las investigaciones es la de Toledo (2023) donde realiza una investigación titulada *“Diseño de un programa de control de riesgos ergonómicos en el personal de campo de rosas de la empresa Expoflor Cia. Ltda”* explica que en esta empresa se logre obtener una vida saludable en los empleados del campo en este caso en la producción de rosas, para prevenir los riesgos en su salud y tener un estilo de vida controlados al consumir tabaco, la obesidad o el consumo de alcohol además de la utilización incorrecta de medicamentos, el manejo del estrés, que se ha ido realizando a través del departamento médico de dicho lugar.

En esta empresa se realizan seguimientos diarios y cronogramas diseñados para la detección de los riesgos. Por lo que, se propuso el diseño de un programa de control de riesgos ergonómicos, que permite la reducción de molestias, además, se proponen actividades que no solo disminuyen la fatiga muscular, sino que también buscan promover una vida plena y saludable.

Otro estudio de Gómez y Ramírez (2022) con su investigación titulada *“Diseño del programa de formación para la prevención de sustancias psicoactivas de acuerdo con los resultados de la evaluación de las causa-efecto del consumo de sustancias psicoactivas en el ámbito laboral y extralaboral en el personal de la empresa Línea Estratégica SAS”* dicen que:

...se logra evidenciar que algunos empleados han sido incitados en algún momento de su vida al consumo de sustancias psicoactivas dado a la presión social, problemas, estrés, entre otras cosas. Se sabe que el consumo de drogas y alcohol comienza a temprana edad, pero también hay que destacar que las personas adultas sin conocimiento de los efectos,

consecuencias y más, son personas vulnerables para convertirse en adictos. (p.52)

La presión social, los problemas personales y el estrés han llevado a algunos empleados a iniciar el consumo de sustancias psicoactivas en algún momento de sus vidas. A pesar de que el consumo de drogas, tabaco y alcohol suele comenzar a temprana edad, los adultos que desconocen los efectos y consecuencias también son vulnerables a desarrollar adicciones.

En la siguiente investigación realizada por González (2019) denominada *“Determinantes socioeconómicos del Tabaquismo en el Ecuador”* dice que el consumo de tabaco es un problema social común en todo el mundo, por lo que se ha prestado atención especial a la investigación de métodos para reducir el número de fumadores, especialmente en los países desarrollados. Es preocupante notar que, a pesar del conocimiento generalizado sobre los efectos negativos del tabaquismo, muchas personas luchan por quitarlo. Este hábito resulta sumamente perjudicial para la salud pública y individual, y también tiene un impacto significativo en la economía global. Por lo tanto, es un gran desafío eliminar por completo este hábito de la sociedad.

Además, se revisó la investigación denominada *“Determinantes de consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas asociados a las lesiones en empresas del sector construcción en el área metropolitana del Valle de Aburra en Antioquia”*. de Arias et al. (2020) donde llega a la conclusión de que el consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas entre los trabajadores de la construcción está relacionado con factores como la baja autoestima y la falta de autorreconocimiento como parte importante de su entorno social. Estos empleados suelen recurrir a estas sustancias como una forma de escapar de problemas personales, familiares y laborales para encajar en otros contextos.

Adicional en la investigación titulada *“Las pausas activas lúdico-recreativas como propuesta alternativa para la prevención del consumo del tabaco en los conductores del sistema*

integrado de transporte (SITP) de la calle 183 patio norte.” realizada por Romero y Córdoba (2021) Donde reconocen que dicho personal puede enfrentar varias dificultades, problemas dentro del ámbito laborales, emocionales y de salud que se causan por distintas costumbres además estar expuestos en momentos de estrés y tener periodos de descanso inadecuados. En base a esos factores expuestos se puede busca gestionar las situaciones y para lograrlo recurren al consumo del tabaco para aliviar dichos problemas y ocupar los tiempos libres para seguir con sus responsabilidades.

Finalmente, es comprensible que numerosas compañías en Ecuador han implementado políticas de espacios de trabajo sin humo de tabaco, la prohibición de fumar en las instalaciones y la promoción de entornos de trabajo más saludables. Estas políticas no solo buscan proteger la salud de los empleados y reducir la exposición al humo de segunda mano, sino que también pueden tener beneficios adicionales, como aumentar la productividad, reducir los costos relacionados con la atención médica y reducir la pérdida de días laborables debido a enfermedades relacionadas con el tabaco. Estos autores pueden afirmar que los empleados que consumen tabaco necesitan más cuidado.

Teorizante

Según lo explica Hernández (2015):

V. Henderson considera que el papel fundamental de enfermería es ayudar al individuo, sano o enfermo, a conservar o recuperar su salud (o bien asistirlo en los últimos momentos de su vida) para cumplir aquellas necesidades que realizaría por sí mismo si tuviera la fuerza, voluntad o los conocimientos necesarios. De este modo enfermería favorecerá la recuperación de la independencia de la persona de la manera más rápida posible. (p.6)

La enfermería tiene como papel principal el apoyo al individuo, este con salud o se encuentre enfermo, para que pueda lograr recuperarse o siga conservándola o también poder dar

la debida asistencia al momento de morir. Simplemente se logra eso ayudando al paciente para satisfacer sus necesidades que si bien es cierto podría realizar voluntariamente o si tuviera el suficiente conocimiento para que él pueda recuperarse o tener una mejor calidad de vida con los problemas de salud que tuviera.

Bases teóricas

Efectos del Tabaco en la Salud

Enfermedades cardiovasculares

Según el Ministerio de Salud Pública (2022) “Las afecciones cardiovasculares comprenden las enfermedades cardíacas (del corazón) y cerebro vasculares (de los vasos sanguíneos), las cuales pueden desarrollarse por el consumo de tabaco.” (p.1) por lo tanto el tabaquismo es el principal factor de riesgo de las enfermedades cerebrovasculares.

También el Ministerio de Salud Pública (2022) explica que el fumar provoca lo siguiente:

- ✓ Reduce la espesación de la sangre y aumenta la probabilidad de formación de coágulos.
- ✓ Aumentar la acumulación de grasa, colesterol, calcio y otros componentes en los vasos sanguíneos que transportan sangre al cerebro.
- ✓ Causar dolor intenso en los pies y las manos.
- ✓ Los vasos sanguíneos del cerebro se ven afectados.

Las cardiopatías coronarias, también llamadas enfermedades cardíacas coronarias, ocurren cuando los vasos sanguíneos que llevan sangre al corazón se estrechan. La exposición al humo del cigarrillo puede causar daño a estos vasos, incrementando el riesgo de sufrir infartos o accidentes cerebrovasculares.

Accidente cerebrovascular (ataque cerebral)

El accidente cerebrovascular (ataque cerebral) ocurre cuando un vaso sanguíneo en el

cerebro o a su alrededor se revienta o un coágulo bloquea el suministro de sangre a una parte del cerebro. Partes del cerebro se dañan o mueren en un accidente cerebrovascular.

Cáncer

Para Zinser (2019) :

El cáncer de pulmón no sólo es la primera causa de muerte por cáncer, es además la más evitable, ya que la mayoría de los casos de este cáncer son secundarios al tabaquismo. La causa es el tabaquismo a través de la industria tabacalera. El objetivo de este trabajo es resaltar la importancia de la prevención del tabaquismo como estrategia para disminuir el impacto del cáncer de pulmón en la salud pública. (p.303)

Dado que la mayoría de los casos están relacionados con el tabaquismo, el cáncer de pulmón no solo es la principal causa de muerte por cáncer, sino también la más prevenible. El principal responsable es el tabaquismo, promovido por la industria tabacalera. El objetivo de este estudio es resaltar la importancia de la prevención del tabaquismo como una estrategia clave para reducir el impacto del cáncer de pulmón en la salud pública.

Asma bronquial

Cuando algo irrita las vías respiratorias de las personas con asma, pueden ocurrir ataques. El humo del tabaco es un factor común, pero estos desencadenantes pueden variar de una persona a otra. El humo del tabaco, incluido el humo de segunda mano, es dañino para todos, pero especialmente para las personas que tienen asma. El humo de segunda mano contiene más de 7.000 sustancias químicas, de las cuales alrededor de 70 pueden causar cáncer. (CDC Consejos de exfumadores, 2022)

Bronquitis Crónica

Una forma de enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), que es un grupo de

enfermedades pulmonares que hacen que la respiración sea más difícil y empeora con el tiempo, es la bronquitis crónica. La otra forma principal de EPOC es el enfisema. La mayoría de las personas con EPOC tienen enfisema o bronquitis crónica, aunque la severidad de cada uno puede variar según la persona. (Medline Plus, 2023)

Una exposición prolongada a irritantes que dañan los pulmones y las vías respiratorias generalmente es la causa de la bronquitis crónica. El consumo de pipas, cigarros y otros tipos de tabaco también puede causar enfisema, particularmente si se inhala. Además, la exposición al humo de segunda mano, la contaminación del aire y los polvos o polvos químicos en el lugar de trabajo puede aumentar el riesgo de desarrollar enfisema. Una condición genética conocida como deficiencia de alfa-1 antitripsina puede tener un papel en el desarrollo de la bronquitis crónica en casos raros. (Medline Plus, 2023)

Neumonía

Según Bronco neumología (2024) explica que:

Estudios recientes han demostrado claramente que el tabaco aumenta la susceptibilidad a infecciones bacterianas pulmonares, incluso en quienes están expuestos al humo de manera pasiva. Este efecto sigue un patrón de dosis-respuesta, ya que el riesgo de infecciones disminuye significativamente 10 años después de dejar de fumar, alcanzando niveles similares a los de las personas que nunca han fumado.(p.2)

El tabaco aumenta el riesgo de infecciones bacterianas pulmonares, incluidos los fumadores pasivos, y este riesgo disminuye significativamente 10 años después de dejar de fumar, llegando a niveles similares a los de las personas que nunca han fumado.

El microorganismo más relacionado con la neumonía adquirida en la comunidad (NAC) causada por el tabaquismo es *Streptococcus pneumoniae*, especialmente en casos de enfermedad

neumocócica invasiva y shock séptico. Hay indicios de que los fumadores pueden tener un peor pronóstico de neumonía neumocócica, aunque su impacto en la evolución de la neumonía no está completamente definido.

Fibrosis Pulmonar Idiopática

La fibrosis pulmonar idiopática es una de las repercusiones más graves del tabaquismo y es una de las formas más mortales. Sus síntomas iniciales incluyen tos prolongada y dificultad para respirar, que empeoran gradualmente. La pérdida de peso, la falta de apetito y los dedos que parecen palillos de tambor son síntomas de la edad avanzada. El diagnóstico se basa principalmente en una tomografía computarizada que muestra un patrón reticular en las áreas periféricas de los pulmones que se asemeja a las telarañas y se extiende desde las bases hasta las áreas superiores. (Neumología Peruana, 2022)

Infecciones Respiratorias

Para González y Calvo (2023) dicen que:

Las infecciones respiratorias agudas son una de las patologías más frecuentes en la infancia, de etiología predominantemente viral. En la mayoría de los casos afectan a las vías respiratorias superiores (catarro de vías altas, faringitis y laringitis), aunque existen también infecciones que afectan a las vías bajas (bronquiolitis, bronconeumonías y neumonías), con mayores tasas de hospitalización. (p.139)

Las infecciones respiratorias agudas son extremadamente comunes en la infancia, y el tabaquismo puede agravar esta situación. Los niños que están expuestos al humo de tabaco tienen más probabilidades de desarrollar estas infecciones, que pueden afectar las vías respiratorias superiores e inferiores. En entornos donde hay fumadores activos, este riesgo aumenta significativamente, lo que contribuye a mayores tasas de hospitalización por enfermedades como

la bronquiolitis y la neumonía.

Otras Condiciones Respiratorias

Tos del Fumador

Una tos inducida por fumar según lo dice Olsson (2023) “puede comenzar seca y entrecortada en las primeras etapas y luego volverse más flema y productiva a medida que avanza la tos” por lo tanto, esta tos puede desarrollarse mientras se fuma o después de dejar de fumar. Entre los síntomas se puede mencionar a los siguientes:

- ✓ Moco sanguinolento, blanco, amarillo o verde.
- ✓ Garganta irritada
- ✓ Dificultad para respirar
- ✓ Sibilancias o ruidos crepitantes al respirar.
- ✓ Dolor en el pecho

Disminución de la Función Pulmonar

La disminución peligrosa de los niveles de oxígeno o el aumento de los niveles de dióxido de carbono en la sangre son dos signos de insuficiencia respiratoria. Esta condición puede ser causada por enfermedades que bloquean las vías respiratorias, dañan el tejido pulmonar, disminuyen los músculos responsables de la respiración o reducen el impulso respiratorio. Dificultades para respirar, cianosis (coloración azulada de la piel), palidez o tono grisáceo alrededor de la boca, los ojos y bajo las uñas, así como confusión o somnolencia son algunos de los síntomas. Los médicos detectan niveles bajos de oxígeno mediante pulsioximetría y análisis sanguíneos para detectar niveles altos de dióxido de carbono en la sangre. (Patel, 2024, pág. 1)

Efectos del Tabaco en la Salud Ocupacional

Absentismo laboral

El estudio realizado por Villamar y Herrera (2019)

El ausentismo o absentismo laboral es un problema muy antiguo e inherente al surgimiento del trabajo en las asociaciones humanas. En la actualidad, es vital para las organizaciones laborales de todo tipo (público, privado, con o sin ánimo de lucro) el conocimiento y el control del ausentismo laboral con el fin de reducirlo, buscando evitar sus impactos en el ejercicio de las actividades de las empresas y el logro de sus objetivos.

(p.8)

Algunos autores consideran que el ausentismo laboral es un fenómeno multifactorial debido a la variedad de causas. No siempre se debe a las actitudes y motivación del trabajador, sino a circunstancias propias del comportamiento organizacional y del entorno de la empresa.

Reducción de la productividad

El Ministerio de Salud Pública (2022) realizó un estudio donde encontraron que:

El tabaquismo genera además un costo médico directo anual de más de U\$D658 millones (dólares americanos), un costo de productividad laboral perdida superior a los 313 millones, y costos de cuidado informal de más de 314 millones. En total, estos costos equivalen a más del 1,3% de todo el producto bruto interno (PIB) del país. (p.6)

El tabaquismo no solo tiene consecuencias médicas graves, sino que también reduce la productividad laboral. El resultado anual es un gasto médico directo superior a los U\$D658 millones, así como pérdidas en la productividad laboral de más de 313 millones de dólares. Además, el cuidado informal genera costos superiores a 314 millones de dólares. Estos gastos en conjunto representan más del 1,3% del PIB del país, lo que demuestra cómo el tabaquismo tiene

un impacto significativo en la eficiencia y la capacidad productiva de la población activa.

Intervenciones Farmacológicas

Uso de reemplazos de nicotina

La terapia para dejar de fumar más común es el tratamiento de reemplazo de nicotina. Sin los otros químicos dañinos de los cigarrillos, solo administra una cantidad controlada de nicotina. Al satisfacer el deseo de nicotina y reducir la necesidad de fumar, este método ayuda a aliviar los síntomas de abstinencia. Según médicos y especialistas, el tratamiento de reemplazo de nicotina es una de las formas más efectivas de ayudar a los fumadores a dejar de fumar.

Prescripción de medicamentos para dejar de fumar (bupropión, vareniclina)

Su médico puede recetar medicamentos para ayudarlo a dejar el tabaco. Estos fármacos no contienen nicotina y no causan hábito. Las pastillas de nicotina, los aerosoles, las gomas de mascar y los parches no funcionan de la misma manera. Los medicamentos para dejar el tabaquismo pueden ayudar con:

- Aminorar las ansias de tabaco
- Disminuir los síntomas de abstinencia
- Evitar que comience a usar el tabaco nuevamente

Como otros tratamientos, estos medicamentos funcionan mejor cuando son parte de un programa que incluye:

- Tomar una decisión clara de dejar el tabaco y establecer una fecha para comenzar
- Crear un plan para ayudarlo a manejar el impulso de fumar
- Conseguir apoyo de un proveedor, un asesor o un grupo de apoyo

BUPROPIÓN (Zyban)

Es un medicamento que puede ayudar a reducir las ansias de fumar. El bupropión también se utiliza para pacientes depresivos. Ya sea que tenga o no problemas de depresión, este medicamento le ayuda a dejar el tabaco. La forma en que el bupropión ayuda a reducir las ansias y el deseo de fumar no está completamente clara. (Medline Plus, 2023)

El bupropión no debe usarse en personas:

- Menores de 18 años de edad
- Que están embarazadas
- Que tengan problemas médicos como convulsiones, insuficiencia renal, consumo excesivo de alcohol, trastornos alimentarios, enfermedad bipolar o maníaco-depresiva o un traumatismo.

GLOSARIO

Tabaquismo: La Organización Mundial de la Salud considera el tabaquismo un trastorno mental y del comportamiento, subrayando la idea de que el tabaquismo es una enfermedad en lugar de solo un mal hábito. En realidad, el tabaquismo es una enfermedad crónica, adictiva y con tendencia a la recaída. (Simón, 2019).

Coágulos: Un coágulo de sangre se forma cuando las plaquetas, proteínas y células sanguíneas se agrupan. Este proceso ocurre para detener el sangrado cuando se produce una lesión. Una vez que el sangrado se detiene y la curación se completa, el cuerpo suele descomponer y eliminar los coágulos de sangre. (Medicina, 2024).

Colesterol: La sangre contiene una sustancia cerosa llamada colesterol. Aunque el cuerpo requiere colesterol para la formación de células saludables, niveles altos de colesterol pueden aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas. (Clinic, 2023)

Coronarias: Las arterias coronarias son los vasos que suministran al músculo cardíaco sangre rica en oxígeno y nutrientes esenciales. Los dos vasos sanguíneos coronarios principales, la arteria coronaria derecha (RCA) y la arteria coronaria izquierda (LCA), se ramifican desde la aorta, la arteria principal del cuerpo. (Healthwise, 2023)

Cardiopatías: La cardiopatía coronaria, también conocida como arteriopatía coronaria, es un estrechamiento de los vasos sanguíneos que suministran sangre y oxígeno al corazón. (S, 2022)

Enfisema: El enfisema es una enfermedad pulmonar que dificulta la respiración. En las personas que padecen esta afección, los alvéolos de los pulmones están dañados. Las paredes internas de los sacos de aire se debilitan y se rompen con el tiempo, formando espacios de aire más grandes en lugar de muchos pequeños. Esto reduce la superficie pulmonar y, por lo tanto, la cantidad de oxígeno que ingresa al torrente sanguíneo. (Clinic, 2021).

Antitripsina: La deficiencia de alfa-1 antitripsina (AAT) ocurre cuando el cuerpo no produce suficiente de esta proteína, la cual protege los pulmones y el hígado de daños. Esta condición puede llevar al desarrollo de enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y enfermedades hepáticas. (Hadjiliadis, 2022)

Streptococcus pneumoniae: El neumococo, científicamente conocido como *Streptococcus pneumoniae*, es una bacteria patógena que puede causar diversas infecciones y procesos graves en el organismo. Es una bacteria grampositiva, de forma ovalada con un extremo distal lanceolado, con un tamaño de entre 1,2 y 1,8 μm . (Edwar, 2024)

Neumocócica: El neumococo es un tipo de bacteria estreptocócica que se transmite a través del contacto con personas infectadas o con aquellas que portan la bacteria en su nariz, aunque no estén enfermas. (Bush, 2023)

Sanguinolento: El término serosanguíneo se refiere a algo relacionado con la sangre y su parte líquida, el suero. Principalmente se utiliza para describir líquidos que se acumulan o se liberan del cuerpo. Por ejemplo, el líquido serosanguíneo que se drena de una herida contiene pequeñas cantidades de sangre y tiene un color amarillento. (Vorvick, 2023).

Sibilancias: Cuando el aire circula a través de los conductos respiratorios estrechos en los pulmones, se produce un sonido agudo y silbante. (Kaneshiro, 2022)

Cianosis: La cianosis ocurre cuando la sangre desoxigenada, que tiene un tono más azul que rojo, circula por los vasos cutáneos. Esta condición puede ser causada por enfermedades pulmonares o cardíacas graves que reducen los niveles de oxígeno en la sangre. (Dezube, 2023)

Pulsioximetría: La pulsioximetría es una técnica no invasiva que emplea métodos fotoeléctricos para medir el porcentaje de saturación de oxígeno en la hemoglobina de la sangre de un paciente. (W, 2023)

Absentismo: El absentismo, o ausentismo, se refiere a la decisión deliberada de no asistir al

trabajo o cumplir con una obligación. Además, el término también puede aplicarse a la práctica de un propietario que reside fuera del lugar donde se encuentran sus bienes. (Porto, 2023)

Contextualización

La empresa ENVATUB S.A. fue creada en el año 2011, Se encuentra ubicado en el Canton Mejia, Parroquia de Tambillo, Barrio El Rosal, 2da Transversal 238 y Panamericana Sur, empezaron con el comercio de tubos de carton con la finalidad de que sean alcancías, luego envases que se ofertarian a nivel local y nacional, posteriormente se adquiere maquinarias y la adquisicion de materias primas dedicandose a la conversion de tubos de cartón para la industria Farmaceutica, Textil, Medica, entre otras donde tuvieron mucha acogida.

En la sitio web de ENVATUB (2023) se pudo conocer que esta empresa “se mantiene en una constante capacitación del personal en todas las áreas, con nuevos desarrollos de tubos más resistentes, modelos innovadores de envases cilíndricos y diferentes presentaciones en absorbentes ,acompañados con nuevos equipos para su elaboración”(p.4), es así que esta empresa se constituye por un aproximado de 51 a 200 empleados que estan en diferentes areas y constantemente trabajando y capacitandose para todo lo que requiere realizar la empresa.

La meta es satisfacer las necesidades y expectativas de los clientes que ha ido obteniendo desde su creación cumpliendo con todos los estandares de calidad, normativas y certificaciones ISO, BPM , BPF nacionales e internacionales.

Capítulo III: Metodología

2.1. Tipo de investigación

La metodología que se utilizó en la investigación es cuantitativa de tipo descriptivo con un diseño no experimental y un enfoque transversal. Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, características y perfiles de individuos o grupos sujetos a análisis. Con esta investigación se pretende recolectar datos numéricos recopilados de la muestra con el fin de medir el problema presente en la investigación que engloba Reducción del consumo de tabaco en el personal de ENVATUB S.A en el periodo abril- septiembre 2024.

Debido a que los datos se recopilan en un período de tiempo determinado, como lo hizo el proyecto actual, que duró 16 semanas, donde descubrí información específica y necesaria para abordar el problema de la muestra. Esto se conoce como corte trasversal. Es de tipo no experimental aplicado y no implica una variable independiente específica; en cambio, como investigador, examina el entorno en el que se presenta el problema y lo analiza para recopilar información.

El método empleado para recopilar datos fue una encuesta que se administró a través de cuestionario pre y post test en línea mediante Google Forms. El cuestionario constaba de quince preguntas y tenía como finalidad el desarrollo de un plan de charlas para prevenir el consumo de tabaco.

Para llevar a cabo la encuesta, se revisó por profesionales expertos en el tema y se realizaron las correcciones correspondientes para garantizar que los encuestados la entendieran correctamente. La edad, el género y los métodos anticonceptivos son algunas de las variables abordadas en el cuestionario. Los hallazgos se compararon con otros estudios previos durante la discusión de los hallazgos. Para cumplir con el objetivo de la investigación, la encuesta se

distribuyó a través de enlaces de aplicación de mensajería y se utilizó un muestreo deliberado con los encuestados.

Antes de su participación, se les explicó el propósito del estudio desde un punto de vista ético y se obtuvo su consentimiento informado. Se utilizó un enfoque estadístico descriptivo para analizar los datos, utilizando medidas de frecuencia, porcentajes y gráficos. Por lo tanto, se examinan los hallazgos de este estudio y otros estudios similares para evaluar su similitud.

Enfoque metodológico de la investigación: es cuantitativo y se entrevista a sesenta personas.

Población, unidades de estudio y muestra: se realiza una muestra de 30 personas.

Indicadores o categorías a medir: se medirá cuantas personas consumen cigarrillo.

Técnicas e instrumentos

La encuesta

Para (Quatrics, 2021):

Las encuestas son un método de recolección de datos a partir de un muestreo de personas, a menudo con el objetivo de generalizar los resultados para un segmento de población más grande. Constituyen una fuente de información e insights fundamentales para comercios, medios de comunicación, organismos gubernamentales, educadores y cualquiera que forme parte de la economía de la información. (p.1)

Para recolectar datos a un grupo determinado se utiliza la encuesta, mediante un cuestionario de preguntas claramente estructuradas que permite conocer información clara para determinar una información más planteada. Las encuestas van dirigido a las personas directamente relacionadas con el tema de estudio en este caso al personal de la empresa ENVATUB S.A .

Para la selección de las preguntas de investigación de la encuesta al personal de la empresa se

enfocó en la problemática de la investigación antes de aplicar el cuestionario, se sigue el proceso de validación solicitando al tutor de esta asignatura que tiene conocimiento en este tipo de casos que ayude analizando cada una de las preguntas.

Propuesta

Fundamentos de la propuesta

La creación de una campaña para la reducción del consumo de tabaco en los empleados de la empresa ENVATUB S.A. es el proyecto para que tengan una mejor salud y ambiente laboral dentro de la empresa.

Objetivo:

Reducir de manera significativa y sostenible el consumo de tabaco entre los empleados de ENVATUB S.A., promoviendo un ambiente laboral más saludable y mejorando el bienestar general de la fuerza laboral a través de educación, apoyo personalizado y políticas de no fumar.

Importancia:

Reducir el consumo de tabaco es fundamental para disminuir los riesgos de enfermedades graves como el cáncer, enfermedades respiratorias y cardiovasculares. Al mejorar la salud de los empleados, se reduce el absentismo laboral y se prolonga su vida laboral activa ya que un ambiente laboral libre de humo contribuye a mejorar la concentración, reducir los tiempos de descanso por fumar y minimizar los efectos negativos del tabaquismo pasivo en otros empleados, lo que se traduce en una mayor productividad.

La empresa también se beneficiará pues al no existir empleados con este problema significa menos gastos asociados con el tratamiento de enfermedades relacionadas con el tabaco, así como una disminución en los costos de seguros de salud, por lo tanto, la empresa tiene que implementar políticas de no fumar y promover estilos de vida saludables contribuye a crear un entorno de trabajo

más agradable, donde los empleados se sienten apoyados y motivados a mantener un estilo de vida saludable. Al adoptar medidas para reducir el consumo de tabaco, ENVATUB S.A. demuestra un compromiso con la salud y el bienestar de sus empleados, lo que mejora su imagen pública y su responsabilidad social corporativa.

Características:

- La campaña aborda varios aspectos del tabaquismo, incluyendo la prevención, la cesación, la educación, y el apoyo a largo plazo.
- Es adaptable a las diferentes necesidades y niveles de dependencia de los empleados.
- Es crucial que la campaña garantice la privacidad de los empleados en todas las etapas, desde la recolección de datos hasta la participación en programas de cesación.
- Debe incluir componentes educativos sostenidos que mantengan informados a los empleados sobre los riesgos del tabaquismo, los beneficios de dejar de fumar, y las técnicas para dejar de fumar.
- Todos los empleados deben tener fácil acceso a los recursos y programas de la campaña, compromiso de la empresa.
- Estará respaldada por profesionales de la salud, para proporcionar un soporte efectivo y basado en evidencia.
- Para aumentar la participación y el éxito de la campaña, se deben incluir incentivos, como programas de reconocimiento.
- Es importante que la campaña tenga mecanismos para medir su efectividad a lo largo del tiempo, permitiendo ajustes basados en datos y retroalimentación de los empleados.
- Debe estar diseñada para ser a largo plazo, con esfuerzos continuos para mantener a los empleados motivados y apoyados.

- Involucrar a los empleados en el diseño y la implementación de la campaña, así como fomentar la participación activa, es clave para su éxito.

Orientaciones metodológicas para su aplicación.

Para la aplicación efectiva de la campaña de reducción del consumo de tabaco en ENVATUB S.A., es fundamental seguir un conjunto de orientaciones metodológicas que guíen su implementación de la siguiente manera:

- Planificación detalla donde se dé a conocer (Definición de Objetivos Específicos, cronograma de actividades, asignación de Recursos)
- Diagnóstico inicial (encuestas y entrevista, análisis de datos)
- Desarrollo de materiales y recursos (materiales educativos, desarrollo de programa de apoyo)
- Implementación (Plan piloto inicial, escalamiento progresivo)
- Capacitación del personal (formación de facilitadores, profesionales de la salud)
- Comunicación y sensibilización (medios de comunicación de la empresa, testimonios de personas)
- Monitoreo y evaluación (seguimiento regular de casos, evaluación del impacto dentro de la empresa)
- Incentivos por cumplir con lo establecido en la campaña.

Presentación de la propuesta

La presente propuesta tiene como objetivo implementar una campaña integral para la reducción del consumo de tabaco entre los empleados de ENVATUB S.A. Esta iniciativa, alineada con la promoción de un ambiente laboral más saludable, busca no solo disminuir el número de fumadores activos en la empresa, sino también mejorar el bienestar general de los empleados. A través de un enfoque que combina educación, apoyo personalizado, políticas de no fumar y seguimiento continuo, la propuesta aspira a generar un cambio positivo y sostenible en los hábitos de los empleados, contribuyendo a un entorno de trabajo más productivo y saludable.

A continuación, se presenta la campaña a desarrollarse en la empresa:



Campaña "Respira Libre: Un Futuro sin Humo"

Estrategia	Actividades	Responsable	Recursos Necesarios	Cronograma	Indicadores de Éxito
Concienciación y Educación	Charlas y talleres informativos	Equipo de Recursos Humanos	Material educativo, expertos en salud (Subcentro de Salud)	Mes 1 (lanzamiento) y continuo	Número de participantes, encuestas de satisfacción
	Campaña visual permanente	Departamento de Comunicación	Carteles, folletos, videos	Mes 1 y continuo	Visibilidad en la empresa, encuestas de impacto
	Testimonios de éxito	Recursos Humanos	Testimonios de empleados	Mes 2 y continuo	Número de testimonios compartidos
Programas de Apoyo a la Cesación	Consejería personalizada	Equipo de Salud	Consejeros especializados	Mes 2 y continuo	Número de empleados atendidos, tasa de abandono

	• Acceso a tratamientos	• Equipo de Salud	• Medicamentos, sustitutos de nicotina	• Mes 2 y continuo	• Cantidad de tratamientos distribuidos
	• Grupos de apoyo	• Recursos Humanos	• Facilitadores capacitados	• Mes 2 y continuo	• Asistencia a grupos de apoyo
Incentivos y Reconocimientos	• Incentivos para dejar de fumar	• Recursos Humanos	• Presupuesto para incentivos	• Mes 4-6 y continuo	• Número de incentivos entregados, tasa de éxito
	• Reconocimiento público	• Recursos Humanos	• Boletines internos, premios	• Mes 4-6 y continuo	• Empleados reconocidos, satisfacción con el programa
Políticas de No Fumar	• Reforzamiento de áreas libres de humo	• Seguridad y Salud Ocupacional	• Señalización, comunicación	• Mes 1 (lanzamiento) y continuo	• Cumplimiento de las normas, reducción de infracciones

	• Normativa de cumplimiento	• Seguridad y Salud Ocupacional	• Comunicados internos, seguimiento de cumplimiento	• Mes 1 y continuo	• Número de sanciones aplicadas
Monitoreo y Evaluación	• Encuestas de seguimiento	• Recursos Humanos	• Encuestas en línea	• Mes 4-6 y continuo	• Tasa de respuesta, percepción del impacto
	• Evaluación de impacto	• Comité de Evaluación	• Informes trimestrales	• Mes 7 y continuo	• Reducción en la tasa de fumadores

Valoración de la propuesta

El desarrollo del presente proyecto ha sido posible gracias a la invaluable colaboración del personal del Subcentro de Salud de Tambillo. Su conocimiento y experiencia no solo han servido como base para asegurar la calidad y profundidad de este trabajo, sino también como un recurso permanente para todo lo que implica su conceptualización. El apoyo brindado por el equipo de Talento Humano de ENVATUB S.A. ha sido primordial para organizar y contextualizar la campaña en la misma.

Su compromiso y comprensión de las dinámicas internas del trabajo me permitieron readaptar todas las estrategias incluidas en la campaña “Respira libre: un futuro sin humo” a las necesidades de los empleados, asegurando que cada fase del proyecto sea ejecutada de manera oportuna y coherente con los objetivos que se propusieron originalmente. Además de su participación activa, fue su intervención clave para facilitar la integración de la campaña en la cultura organizacional de ENVATUB S.A. Dados sus roles como coordinadores oficiales y recursos administrativos, el apoyo prestado ha logrado que el ambiente en que se implemente esta campaña sea más cálido, colaborativo y solidario.

La unión de estos dos grupos de trabajo ha hecho de este proyecto un enfoque holístico que no solo se ocupa del aspecto médico del problema, sino también del bienestar integral de los empleados, proporcionando un ambiente de trabajo más saludable y, por lo tanto, más productivo. Cada uno ha podido brindar una perspectiva acerca de si la campaña propuesta es beneficiosa para la empresa. Hay muchos detalles que se han dejado de mencionar y que aún no son aplicables. Se requerirá una evaluación durante el proceso de aplicación y su continuación dependerá de si se corrigió cada parte de la propuesta. Cada valoración será desde la gerencia de la empresa, desde la unidad médica, desde las personas que reciben los programas.

Ejecución de la propuesta

La propuesta “Respira Libre: Un Futuro sin Humo” está en una etapa muy temprana de ejecución dentro de ENVATUB S.A. Por lo tanto, en este momento, las primeras actividades de sensibilización están en curso, y las bases para reducir el consumo de tabaco que se utilizarán. Cabe mencionar que este es un proceso que requiere tiempo para desplegar todo su potencial. En otras palabras, el personal tiene que conocer mejor las estrategias y los recursos presentados. Adicionalmente, un entorno de trabajo favorable donde fomentar la reducción del consumo de tabaco se está fortaleciendo.

A pesar de los avances iniciales, aún es necesario continuar con la implementación de las siguientes fases del proyecto para obtener resultados significativos y sostenibles. Se requiere de un tiempo para que las acciones propuestas se arraiguen en la cultura organizacional y para que los empleados puedan experimentar los beneficios a largo plazo de la campaña. Este tiempo permitirá también ajustar y perfeccionar las estrategias, asegurando que la campaña se mantenga alineada con las necesidades y expectativas de todos los involucrados.

Tabulación, análisis e interpretación de datos de la encuesta PRETEST dirigida al personal de la Empresa ENVATUB S.A.

Tabla 1. Pregunta 1. ¿Ha fumado por más de seis meses durante su vida?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	26	44%
NO	33	56%
TOTAL	59	100%

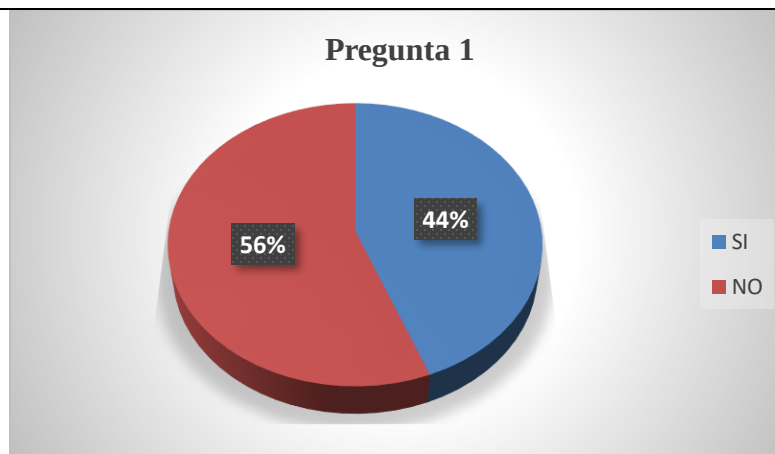


Figura 1. Ha fumado por más de seis meses durante su vida

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 56% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que no han fumado por más de seis meses durante su vida y el 44% mencionan que si lo han hecho.

Análisis

Por lo tanto, en base la información recopilada muestra que la mayoría de empleados no han mantenido un hábito de fumar de forma prolongada sin embargo un porcentaje significativo casi la mitad si lo ha hecho. Es importante entender que esto significa que pueden estar expuestos a tener un problema de tabaquismo y afectar la productividad de la empresa.

Tabla 2. Pregunta 2. ¿Hace cuánto tiempo empezó a fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. Menos de 1 año	10	17%
b. 1 año	1	2%
c. Más de 1 año	1	2%
d. Entre 3 y 5 años	4	7%
e. Más de 5 años	5	8%
f. Más de 10 años	16	27%
Sin respuesta	22	37%
TOTAL	59	100%

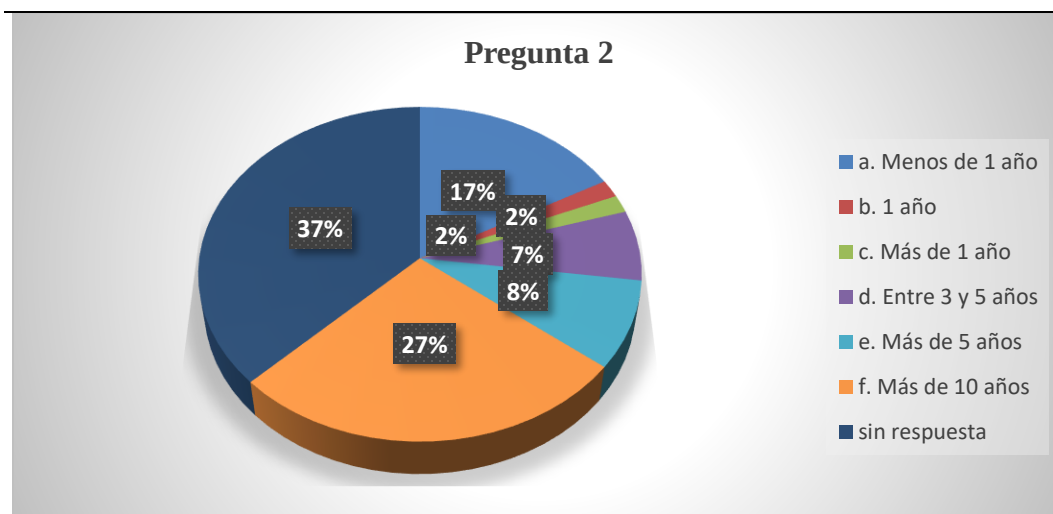


Figura 2. ¿Hace cuánto tiempo empezó a fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 37% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. se abstuvieron de dar una respuesta hasta pregunta mientras que el 27% dicen que han empezado a fumar hace más de 10 años, mientras que el 17% de ellos explican que lo han hecho en menos de 1 año, el 8% explican que tienen más de 5 años fumando y el 7% mencionan que tienen entre 3 y 5 años que están

fumando y el 2% de los trabajadores tienen 1 año o más que han empezado a fumar.

Análisis

El tiempo que tienen del hábito de fumar sugiere que las necesidades de los empleados respecto al tabaquismo varían considerablemente. Los que han fumado durante más de una década podrían necesitar intervenciones más intensivas, mientras que los nuevos fumadores podrían beneficiarse de programas preventivos y de concienciación. La alta tasa de abstención de respuestas también sugiere la necesidad de manejar este tema con una mayor confidencialidad, quizás fuera del área de trabajo o en la empresa.

Tabla 3. Pregunta 3. ¿Cuántos cigarrillos consume en un día común?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. 10 o menos	36	61%
b. 11 a 20	1	2%
c. 21 a 30	0	0%
d. 31 o más	0	0%
Sin respuesta	22	37%
TOTAL	59	100%

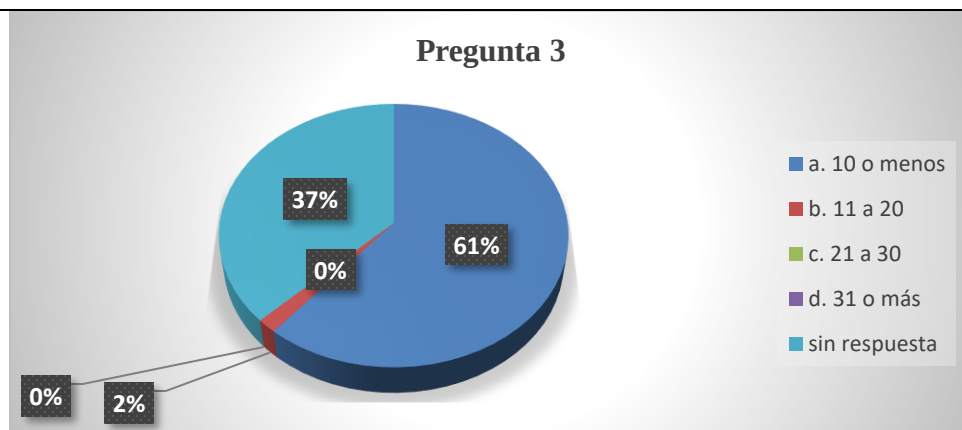


Figura 3. ¿Cuántos cigarrillos consume en un día común?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 61% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que consumen de 10 o menos cigarrillos en un día común, mientras el 2% consumen de 11 a 20 cigarros por día mientras que el 37% se abstuvieron de contestar a esta pregunta.

Análisis

El análisis sugiere que ENVATUB S.A. tiene una buena oportunidad para reducir el consumo de tabaco entre la mayoría de sus empleados, pero también debe prestar atención a los empleados que ya muestran signos de dependencia significativa. Además, la empresa debería abordar las razones detrás de la alta tasa de no respuestas para mejorar la eficacia de futuros esfuerzos de intervención y apoyo.

Tabla 4. Pregunta 4. ¿Cuánto tiempo pasa después de despertarse en fumar el primer cigarrillo?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. Menos de 5 minutos	8	14%
b. 6 y 10 minutos	1	2%
c. 31 minutos y 1 hora	3	5%
d. Más de 1 hora	25	42%
Sin respuesta	22	37%
TOTAL	59	100%

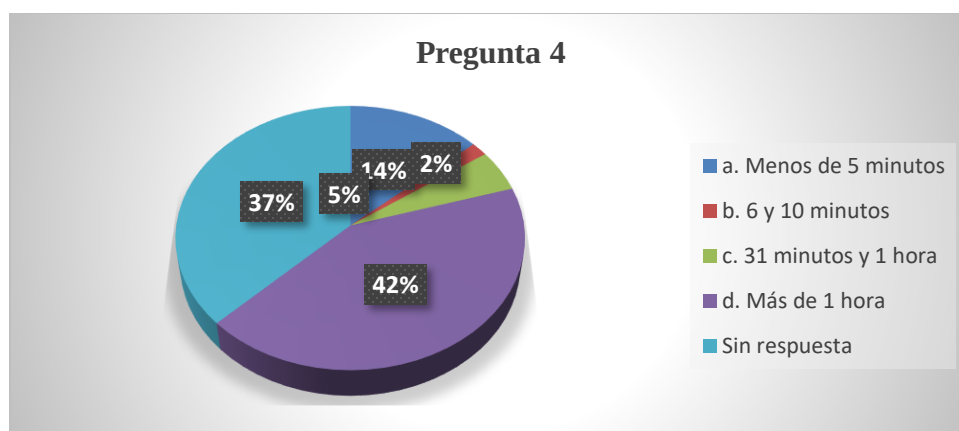


Figura 4.¿Cuánto tiempo pasa después de despertarse en fumar el primer cigarrillo?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 42% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que esperan que pase más de una 1 hora después de despertar para fumar su primer cigarrillo, mientras que el 37% de ellos se abstuvo de dar una respuesta, el 14% espera menos de 5 minutos, el 5% fuma un cigarrillo después de 31 minutos y 1 hora, por ultimo el 2% lo hace en 6 y 10 minutos al despertarse.

Análisis

El análisis muestra diferentes aspectos en los niveles de dependencia al cigarrillo entre los empleados de ENVATUB S.A., con una significativa oportunidad para intervenir positivamente en aquellos que presentan menor dependencia, mientras que también se requiere atención especial para aquellos con alta dependencia. La alta tasa de abstención en las respuestas indica una necesidad de mejorar la comunicación y confianza en la recopilación de datos para futuras encuestas.

Tabla 5.Pregunta 5. ¿Cuál es su manera de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. Traga el humo	16	27%

b. Mantiene el humo en la boca	24	41%
Sin respuesta	19	32%
TOTAL	59	100%

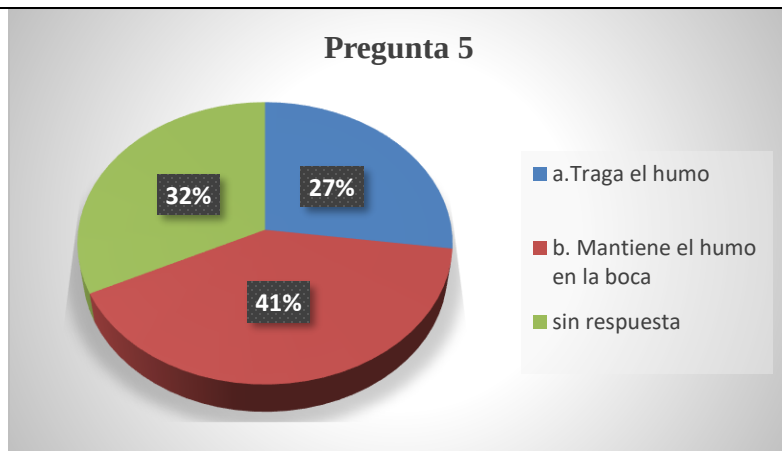


Figura 5. ¿Cuál es su manera de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 27% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que su manera de fumar es tragando el humo, mientras el 41% menciona que mantiene el humo en la boca y el 32% prefieren no responder esta pregunta.

Análisis

Un número considerable de empleados de ENVATUB S.A. sigue prácticas de fumar que podrían llevar a graves consecuencias para la salud, especialmente aquellos que tragan el humo. Al mismo tiempo, la alta tasa de abstención en la respuesta sugiere la necesidad de un enfoque más delicado y confidencial en la recolección de datos. La empresa tiene la oportunidad de diseñar programas de intervención y reducción del daño específicos, que podrían ayudar a mejorar la salud general de su fuerza laboral.

Tabla 6. Pregunta 6. ¿Desearía dejar de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	36	61%
NO	5	31%
Sin respuesta	18	8%
TOTAL	59	100%

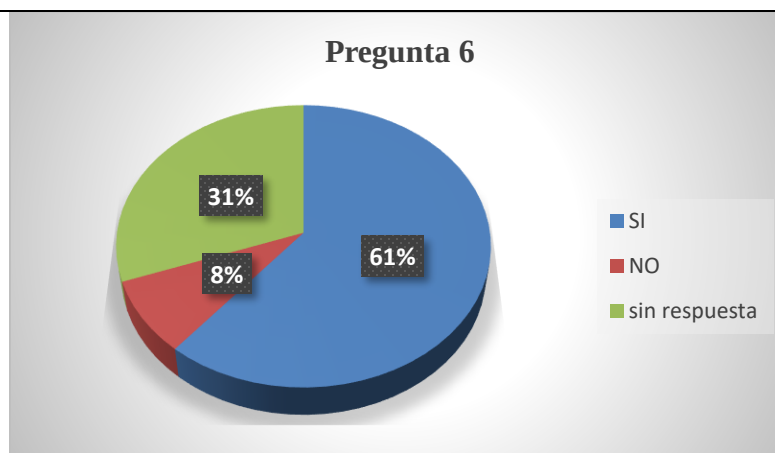


Figura 6. ¿Desearía dejar de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 61% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que desearían dejar de fumar, el 8% de ellos mencionan que no y el 31% prefieren no responder.

Análisis

La mayoría de empleados en ENVATUB S.A. están interesados en dejar de fumar, lo que presenta una oportunidad clara para implementar programas contra el consumo de cigarrillos. Sin embargo, la empresa también debe considerar estrategias para involucrar al grupo que se resiste a dejar de fumar y a aquellos que se abstuvieron de responder, asegurando que todas las necesidades y preocupaciones sean abordadas adecuadamente. Esto podría llevar a una mejora general en la salud y bienestar laboral.

Tabla 7. Pregunta 7. ¿Ha intentado dejar de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	38	64%
NO	4	7%
Sin respuesta	17	29%
TOTAL	59	100%

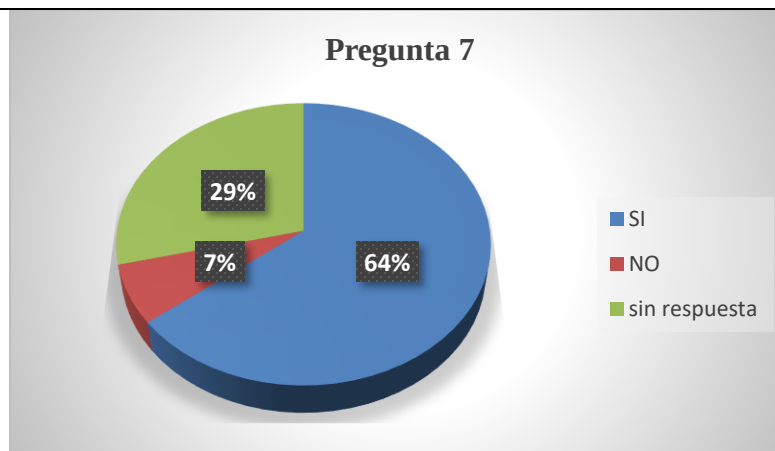


Figura 7. ¿Ha intentado dejar de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 64% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que si han intentado dejar de fumar mientras que el 7% no lo han hecho y el 29% prefieren no responder.

Análisis

La mayoría de empleados en ENVATUB S.A. ha intentado dejar de fumar, lo que es un signo positivo de motivación para dejar de fumar. Sin embargo, para que estos intentos sean exitosos en el futuro, la empresa debe fortalecer el apoyo disponible, particularmente para aquellos que han enfrentado dificultades o que no han intentado dejar de fumar.

Tabla 8. Pregunta 8. ¿Fumar le ha causado problemas de salud?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	20	34%
NO	22	37%
Sin respuesta	17	29%
TOTAL	59	100%

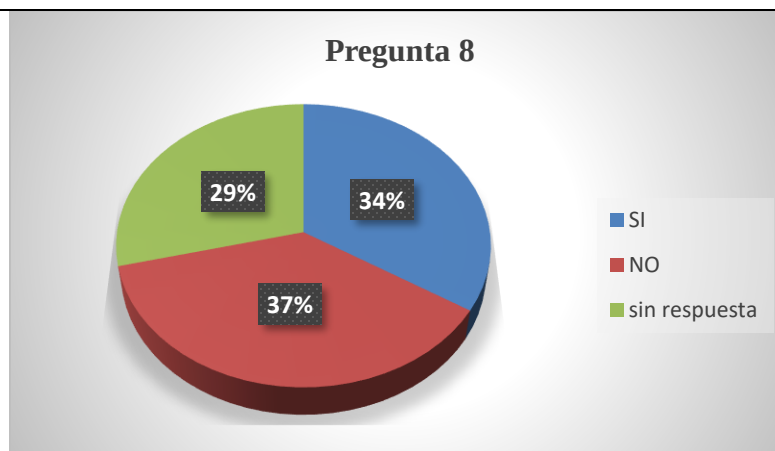


Figura 8. ¿Fumar le ha causado problemas de salud?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 34% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que el fumar si les ha causado problemas de salud, mientras que 37% explican que no han tenido inconvenientes en su salud y el 29% prefieren no responder.

Análisis

Es importante destacar que un número considerable de empleados en ENVATUB S.A. ya ha experimentado problemas de salud debido al tabaquismo, una parte igualmente significativa no ha percibido aún complicaciones en su salud. Esto destaca la necesidad de una estrategia que incluya tanto la educación y concienciación sobre los riesgos a largo plazo para aquellos sin síntomas, y el apoyo para quienes ya tienen estos problemas de salud.

Tabla 9. Pregunta 9. ¿Cuáles de los siguientes síntomas tiene al dejar de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. Irritabilidad o ira	3	5%
b. Impaciencia	8	14%
c. Dificultad para concentrarse	3	5%
d. Dolor de cabeza	7	12%
e. Tensión o ansiedad	6	10%
f. Somnolencia	1	2%
Sin respuestas	31	52%
TOTAL	59	100%

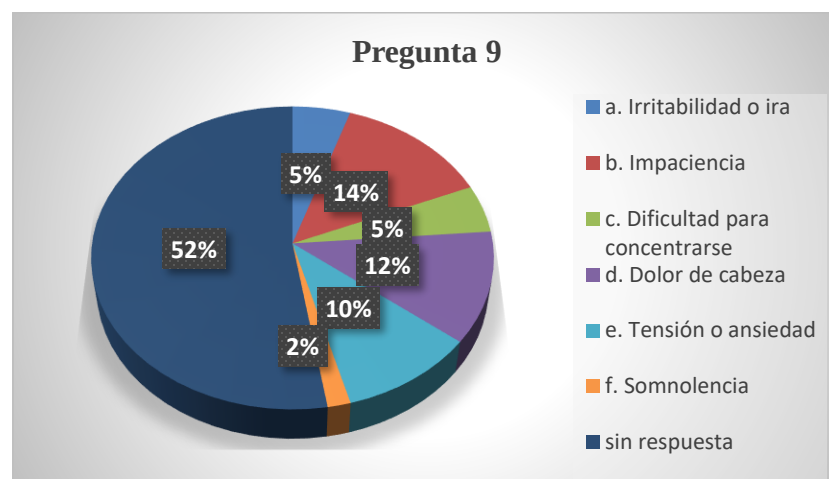


Figura 9. ¿Cuáles de los siguientes síntomas tiene al dejar de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 5% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que tienen irritabilidad o ira como también dificultad para concentrarse al dejar fumar mientras que el 14% tienen impaciencia,

el 12% presentan dolor de cabeza, el 10% tensión o ansiedad como también el 2% tienen somnolencia y el 52% no respondieron esta pregunta.

Análisis

Los empleados de ENVATUB S.A. enfrentan una variedad de síntomas de abstinencia al intentar dejar de fumar, lo que subraya la importancia de proporcionar un apoyo integral y personalizado para abordar estos desafíos. Apoyar a los empleados en la gestión de estos síntomas podría no solo ayudarles a dejar de fumar, sino también mejorar su bienestar general y rendimiento laboral.

Tabla 10. Pregunta 10. ¿Cree usted que fumar puede afectar también a su familia?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	46	78%
NO	4	7%
Sin respuesta	9	15%
TOTAL	59	100%

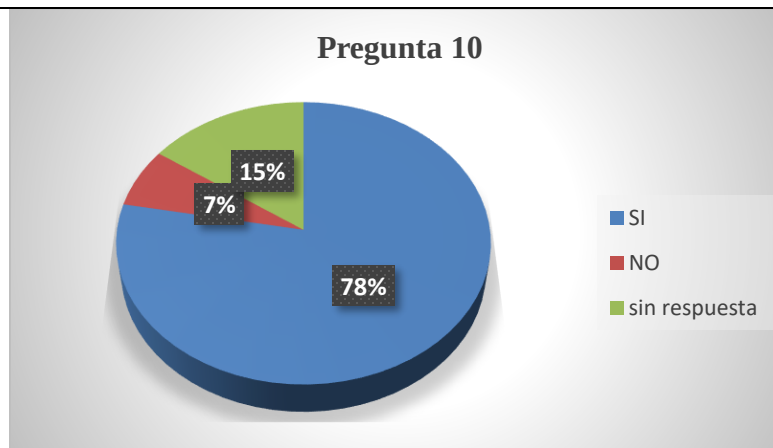


Figura 10. ¿Cree usted que fumar puede afectar también a su familia

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 78% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que el fumar si afecta

también a la familia, mientras el 7% explican que no y el 15% no respondieron esta pregunta.

Análisis

La mayoría de empleados en ENVATUB S.A. es consciente de los efectos negativos del tabaquismo en sus familias, lo que representa una oportunidad clave para motivar el no fumar. Sin embargo, también hay un pequeño grupo que no reconoce este impacto sugiere la necesidad de una mayor educación y sensibilización sobre este tema.

Tabla 11. Pregunta 11. ¿Algún profesional de la salud le ha sugerido dejar de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	30	51%
NO	16	27%
Sin respuesta	13	22%
TOTAL	59	100%

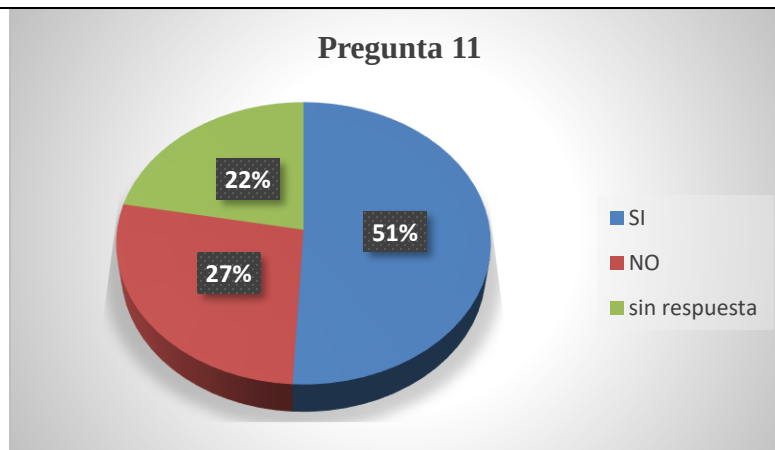


Figura 11. ¿Algún profesional de la salud le ha sugerido dejar de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 51% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que si en alguna ocasión algún profesional de la salud le ha sugerido dejar de fumar, pero al 27% ha dicho que no lo han hecho y el 22% no respondieron esta pregunta.

Análisis

El análisis muestra que más de la mitad de los empleados de ENVATUB S.A. han sido aconsejados por profesionales de la salud a dejar de fumar, lo que resalta la importancia de estos consejos para evitar fumar. Sin embargo, hay un porcentaje significativo que no ha recibido tal sugerencia, lo que sugiere una oportunidad para mejorar las intervenciones médicas en este ámbito.

Tabla 12. Pregunta 12. ¿Le parece difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	11	19%
NO	35	59%
Sin respuesta	13	22%
TOTAL	59	100%

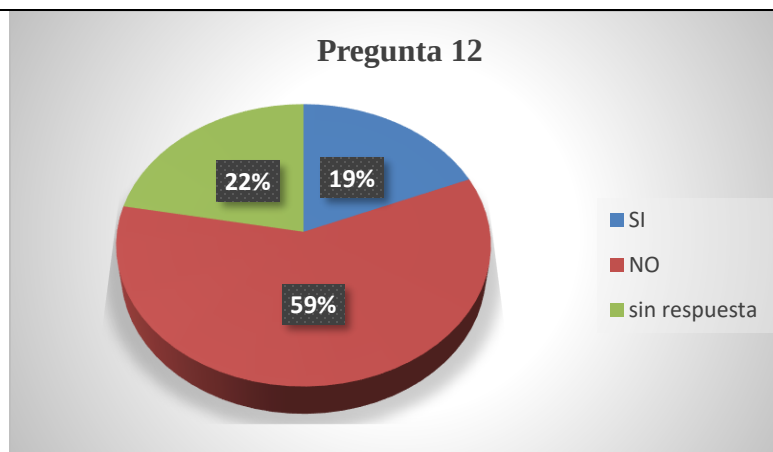


Figura 12. ¿Le parece difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 19% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que si es difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben, mientras que el 59% no consideran que sea difícil dejar de hacerlo y el 22% no respondieron esta pregunta.

Análisis

El análisis revela que una parte significativa de los empleados de ENVATUB S.A. no encuentra difícil dejar de fumar en lugares donde está prohibido, lo que sugiere un buen nivel de cumplimiento de las normas de no fumar. Sin embargo, un grupo más pequeño, pero importante, experimenta dificultades en estas situaciones, lo que indica la necesidad de ofrecer apoyo adicional para manejar esta problemática.

Tabla 13. Pregunta 13. ¿Siente dificultad dejar de fumar aun cuando está enfermo?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	13	19%
NO	32	59%
Sin respuesta	14	22%
TOTAL	59	100%

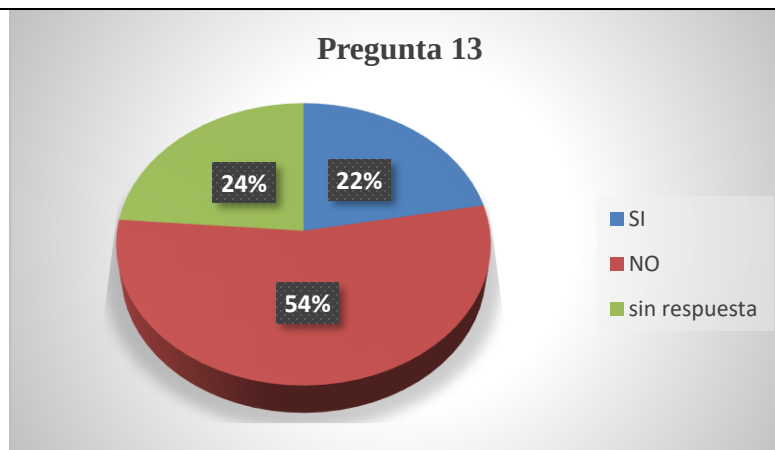


Figura 13. ¿Siente dificultad dejar de fumar aun cuando está enfermo?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 22% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que si es difícil dejar de fumar cuando se está enfermo mientras que el 54% no consideran que sea difícil dejar de hacerlo y el 24% no respondieron esta pregunta.

Análisis

El análisis muestra que, aunque una mayoría de empleados en ENVATUB S.A. no considera difícil dejar de fumar cuando están enfermos, un porcentaje significativo aún enfrenta desafíos importantes en estas circunstancias. Esto sugiere la necesidad de intervenciones específicas para ayudar a aquellos que luchan con la dependencia de fumar, incluso cuando su salud está en riesgo.

Tabla 14. Pregunta 14. ¿Cuál cigarrillo sería más difícil renunciar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. El primero de la mañana	2	3%
b. El que acompaña un trago	23	39%
c. Al de después de comer	4	7%
d. Al de la noche	12	20%
Sin respuesta	18	31%
TOTAL	59	100%

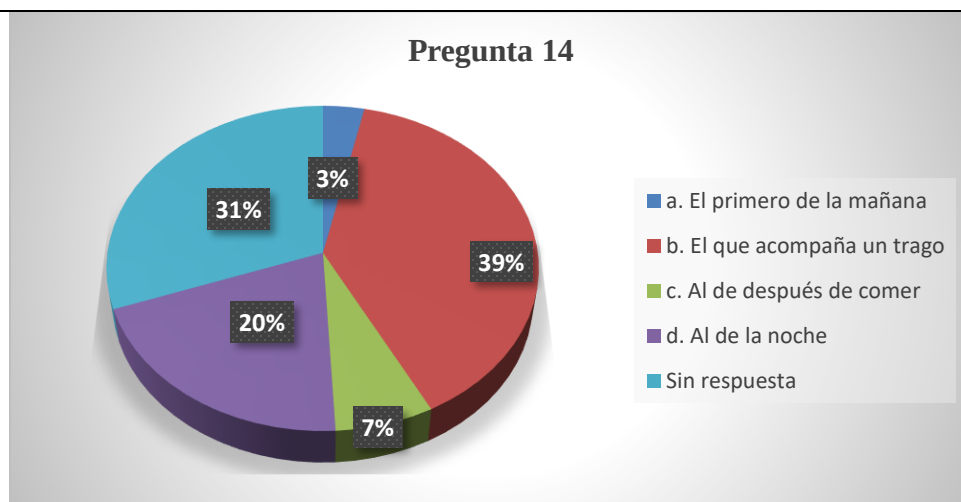


Figura 14. ¿Cuál cigarrillo sería más difícil renunciar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 3% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que al cigarrillo más difícil de renunciar sería el primero de la mañana, mientras que 39% considera que es aquel que acompaña un trago, pero el 7% considera que es después de comer, el 20% piensa que es el de la noche y el 31% de los encuestados no dieron respuesta a esta pregunta.

Análisis

El análisis revela que el cigarrillo asociado con el consumo de alcohol es el más difícil de renunciar para la mayoría de los empleados de ENVATUB S.A., seguido por el cigarrillo nocturno y el que se fuma después de comer. Estos hallazgos destacan la importancia de los hábitos y las rutinas en el mantenimiento del tabaquismo y sugieren que las intervenciones para la reducción del consumo del tabaco.

Tabla 15. Pregunta 15. ¿Conoce usted las enfermedades que causa fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	40	68%
NO	12	20%
Sin respuesta	7	12%
TOTAL	59	100%

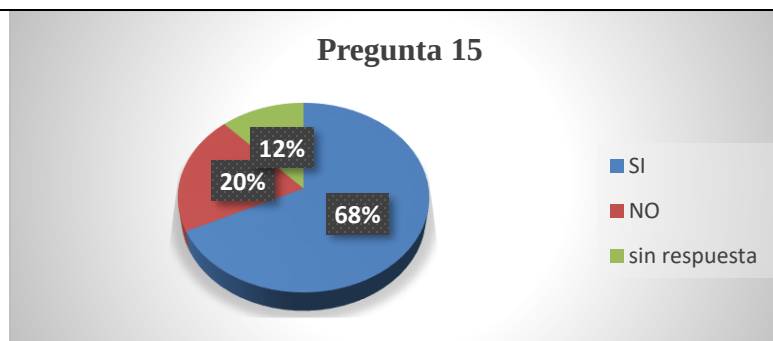


Figura 15. ¿Conoce usted las enfermedades que causa fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 68% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que conocen las enfermedades que causa fumar, mientras que el 20% las desconocen y el 12% no respondieron esta pregunta.

Análisis

La mayoría de los empleados de ENVATUB S.A. están bien informados sobre las enfermedades causadas por el tabaquismo, aún existe una proporción significativa que no tiene este conocimiento. Esto subraya la necesidad de continuar con las campañas de concientización y educación, con un enfoque especial en aquellos que desconocen los riesgos para la salud.

Tabla 16. Pregunta 16. ¿Fuma actualmente?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	19	32%
NO	40	68%
TOTAL	59	100%

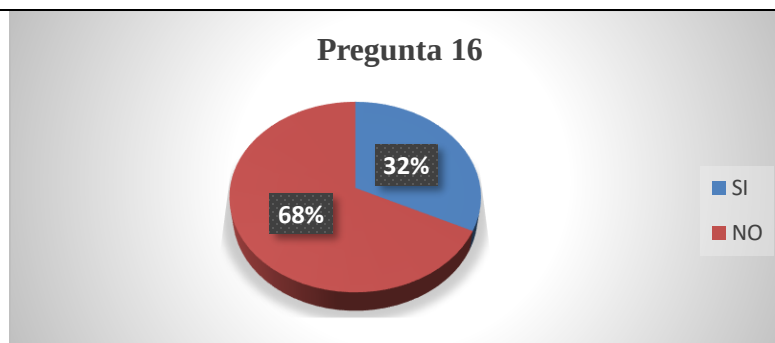


Figura 16. ¿Conoce usted las enfermedades que causa fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 32% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que fuman mientras que el 68% dicen no hacerlo en la actualidad.

Análisis

El análisis muestra que, aunque la mayoría de los empleados de ENVATUB S.A. no fuma actualmente, un 32% todavía lo hace, lo que indica una necesidad continua de apoyo y programas dirigidos a la reducción de consumo del tabaco. Mantener y expandir las iniciativas de prevención, junto con ofrecer ayuda a los fumadores actuales, es esencial para mejorar la salud y el bienestar en el ambiente laboral.

Resultados del diagnóstico PRETEST

Como resultados se puede decir que, aunque la mayoría de los empleados en ENVATUB S.A. no ha mantenido un hábito de fumar prolongado, casi la mitad sí lo ha hecho, lo que representa un riesgo potencial para la productividad de la empresa. La variabilidad en el tiempo que los empleados han fumado sugiere que se necesitan intervenciones adaptadas según el nivel de dependencia y la duración del hábito.

Además, los empleados que han fumado durante más de una década requerirán estrategias más intensivas, mientras que los nuevos fumadores podrían beneficiarse de programas preventivos. El análisis también revela una oportunidad significativa para ENVATUB S.A. de reducir el consumo de tabaco entre sus empleados, especialmente entre aquellos con menor dependencia. Un número considerable de empleados sigue práctico de fumar que podrían llevar a graves consecuencias para su salud.

La empresa tiene la oportunidad de implementar programas específicos de intervención y reducción de daños que podrían mejorar la salud general de su fuerza laboral, abordando tanto a los empleados motivados a dejar de fumar como a aquellos que aún no han intentado hacerlo. Finalmente, la mayoría de los empleados está consciente de los efectos negativos del tabaquismo en sus vidas, lo que presenta una oportunidad clara para ENVATUB S.A. de reforzar programas

educativos y de concienciación, especialmente para aquellos que aún desconocen los riesgos. Esto no solo mejorará la salud individual de los empleados, sino que también contribuirá a un ambiente laboral más saludable y productivo.

Tabulación, análisis e interpretación de datos de la encuesta POST-TEST dirigida al personal de la Empresa ENVATUB S.A.

Tabla 1. Pregunta 1. ¿Ha fumado por más de seis meses durante su vida?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	25	42%
NO	34	58%
TOTAL	59	100%

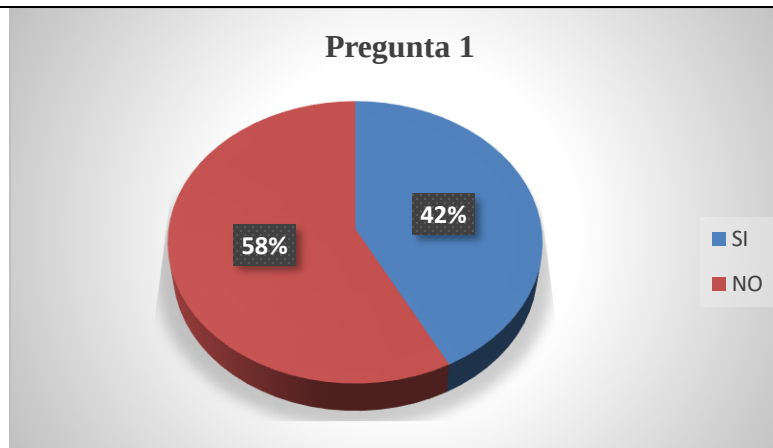


Figura 17. Ha fumado por más de seis meses durante su vida

Elaborado por: Maribel Asitimbay, Valeria López, Danny Toctaguano

Interpretación

El 58% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que no han fumado por más de seis meses durante su vida y el 42% mencionan que si lo han hecho.

Análisis

Este resultado podría reflejar que la campaña tuvo un impacto positivo en la mayoría de los empleados, contribuyendo a un mayor tiempo de abstinencia en una parte significativa del grupo. Sin embargo, el hecho de que un 42% continúe fumando resalta la necesidad de reforzar

las estrategias de la campaña, posiblemente a través de intervenciones más específicas, apoyo psicológico, o actividades educativas adicionales para abordar los factores que siguen llevando a algunos empleados a consumir tabaco.

Tabla 2. Pregunta 2. ¿Cuántos cigarrillos consume en un día común?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. 10 o menos	40	68%
b. 11 a 20	1	2%
c. 21 a 30	0	0%
d. 31 o más	0	0%
Sin respuesta	18	30%
TOTAL	59	100%

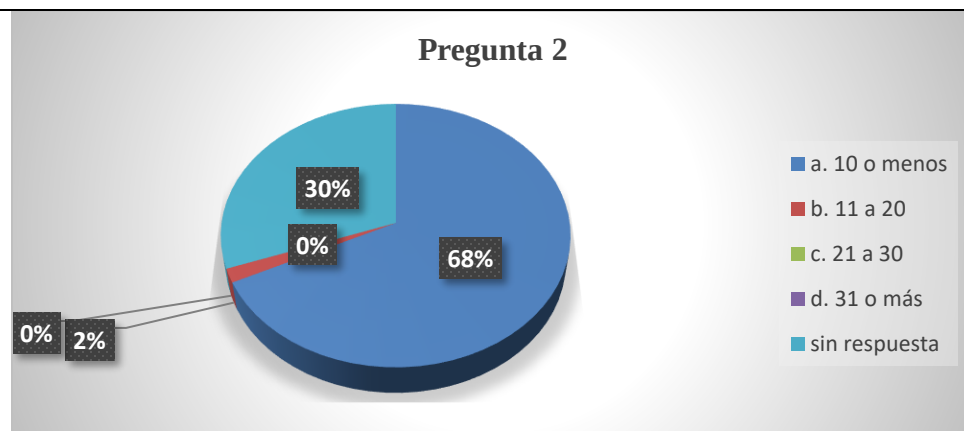


Figura 2. ¿Cuántos cigarrillos consume en un día común?

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 68% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que consumen de 10 o menos cigarrillos en un día común, mientras el 2% consumen de 11 a 20 cigarros por día mientras que el 30% no respondieron a esta pregunta.

Análisis

El hecho de que una gran proporción de empleados esté consumiendo menos de 10

cigarrillos al día podría ser un indicador positivo de que la campaña está logrando reducir el consumo general de tabaco entre los empleados. Sin embargo, la alta tasa de no respuesta (30%) podría sugerir que algunos empleados se sienten incómodos al revelar sus hábitos de consumo, lo que puede limitar la precisión del análisis. Es posible que estos empleados estén en las categorías de consumo más alto o simplemente no deseen compartir esta información.

Tabla 3. Pregunta 3. ¿Cuánto tiempo pasa después de despertarse en fumar el primer cigarrillo?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. Menos de 5 minutos	0	0%
b. 6 y 10 minutos	1	2%
c. 31 minutos y 1 hora	2	3%
d. Más de 1 hora	33	56%
Sin respuesta	23	39%
TOTAL	59	100%

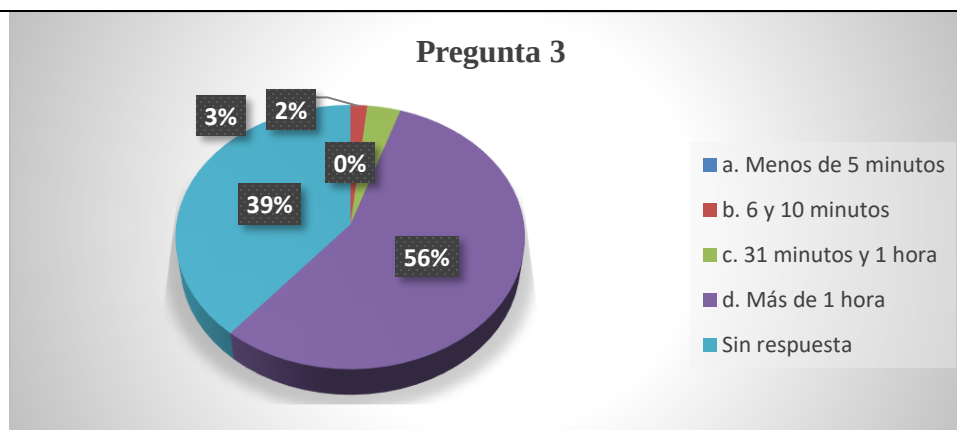


Figura 3. ¿Cuánto tiempo pasa después de despertarse en fumar el primer cigarrillo?

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 56% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que esperan que pase más de una 1 hora después de despertar para fumar su primer cigarrillo, mientras que el 39% de ellos se abstuvo de dar una respuesta, el 0% espera menos de 5 minutos, el 3% fuma un cigarrillo

después de 31 minutos y 1 hora, por último, el 2% lo hace en 6 y 10 minutos al despertarse.

Análisis

Este dato es alentador, ya que indica que una mayoría significativa de los fumadores no siente una necesidad inmediata de fumar al despertar, lo cual es un indicador positivo de menor dependencia de fumar. Por otro lado, el 3% de los empleados fuma su primer cigarrillo entre 31 minutos y una hora después de despertarse, y un 2% lo hace entre los 6 y 10 minutos. Es importante resaltar que ningún empleado reportó fumar dentro de los primeros 5 minutos después de despertar, lo que podría interpretarse como un logro de la campaña, ya que este comportamiento suele asociarse con una alta dependencia del cigarrillo.

Tabla 4. Pregunta 4. ¿Desearía dejar de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	36	61%
NO	5	31%
Sin respuesta	18	8%
TOTAL	59	100%

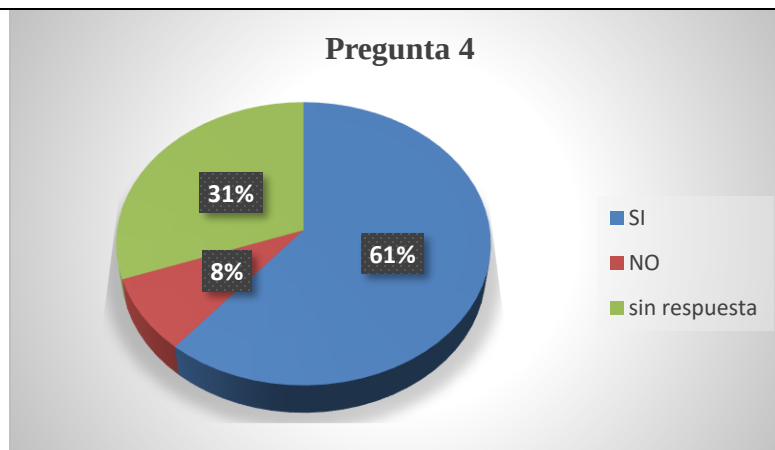


Figura 4. ¿Desearía dejar de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 61% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que desearían dejar de fumar, el 8% de ellos mencionan que no y el 31% prefieren no responder.

Análisis

La mayoría de empleados en ENVATUB S.A. se mantuvieron interesados en dejar de fumar, por lo que se requiere reforzar estos programas para mejorar en general en la salud y bienestar laboral.

Tabla 5. Pregunta 5. ¿Ha intentado dejar de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	45	76%
NO	4	7%
Sin respuesta	10	17%
TOTAL	59	100%

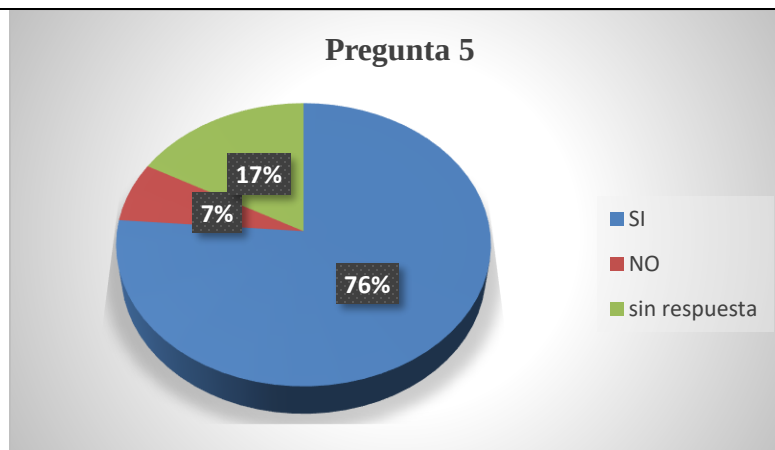


Figura 5. ¿Ha intentado dejar de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 76% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que si han intentado dejar de fumar mientras que el 7% no lo han hecho y el 17% prefieren no responder.

Análisis

Estos resultados muestran que el programa no solo brindó un apoyo efectivo a quienes ya estaban motivados a dejar de fumar, sino que también inspiró a otros a intentarlo por primera vez, contribuyendo al bienestar general de los empleados.

Tabla 6. Pregunta 6. ¿Cuáles de los siguientes síntomas tiene al dejar de fumar?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
a. Irritabilidad o ira	5	8%
b. Impaciencia	10	17%
c. Dificultad para concentrarse	5	8%
d. Dolor de cabeza	5	8%
e. Tensión o ansiedad	18	31%
f. Somnolencia	8	14%
Sin respuestas	8	14%
TOTAL	59	100%

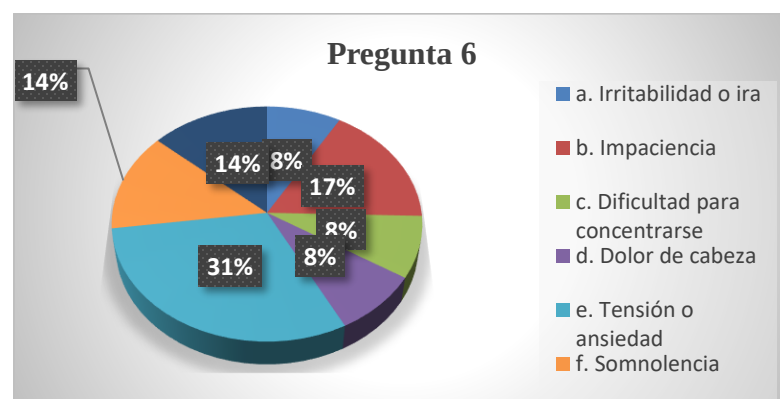


Figura 6. ¿Cuáles de los siguientes síntomas tiene al dejar de fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 8% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que tienen irritabilidad o ira como también dificultad para concentrarse al dejar fumar mientras que el 8% tienen impaciencia, el 17% presentan dolor de cabeza, el 31% tensión o ansiedad como también el 14% tienen somnolencia y el 14% no respondieron esta pregunta.

Análisis

Estos resultados destacan el impacto positivo de un enfoque integral y personalizado en el manejo de los síntomas asociados con dejar de fumar, mejorando la calidad de vida y el bienestar de los empleados durante este proceso, pero es necesario saber como manejar estos problemas.

Tabla7. Pregunta 7. ¿Cree usted que fumar puede afectar también a su familia?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	50	85%
NO	9	15%
Sin respuesta	0	0%
TOTAL	59	100%

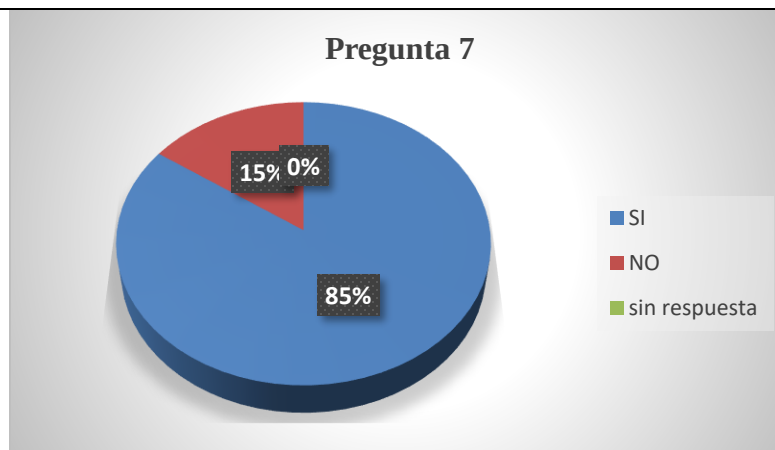


Figura 18. ¿Cree usted que fumar puede afectar también a su familia

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 85% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que el fumar si afecta también a la familia, mientras el 15% explican que no.

Análisis

El 85% de los empleados ahora reconoce que el fumar afecta también a la familia. Este aumento en la conciencia refleja el éxito de las campañas informativas y las sesiones de apoyo que destacaron los efectos del humo de segunda mano y el impacto emocional en los seres queridos. Los resultados del post-test indican un aumento en la conciencia y la comprensión de los efectos del tabaquismo no solo en la salud personal sino también en el bienestar familiar, lo que refuerza la importancia de las intervenciones educativas en la empresa.

Tabla 8. Pregunta 8. ¿Le parece difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	35	59%
NO	11	19%
Sin respuesta	13	22%
TOTAL	59	100%

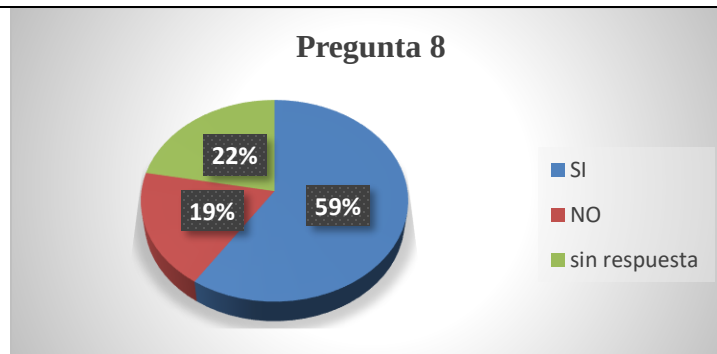


Figura 8. ¿Le parece difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben?

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 59% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que, si es difícil dejar de fumar en lugares que lo prohíben, mientras que el 19% no consideran que sea difícil dejar de hacerlo y el 22% no respondieron esta pregunta.

Análisis

Los resultados indican que el programa ayudó a muchos empleados a manejar mejor la tentación de fumar en lugares donde está prohibido, aunque también revela que dejar de fumar puede ser más complejo y que el apoyo continuo es clave para enfrentar estos desafíos.

Tabla 9. Pregunta 9.¿Fuma actualmente?

Respuesta	Frecuencia Relativa	Frecuencia Absoluta
SI	10	17%
NO	49	83%
TOTAL	59	100%

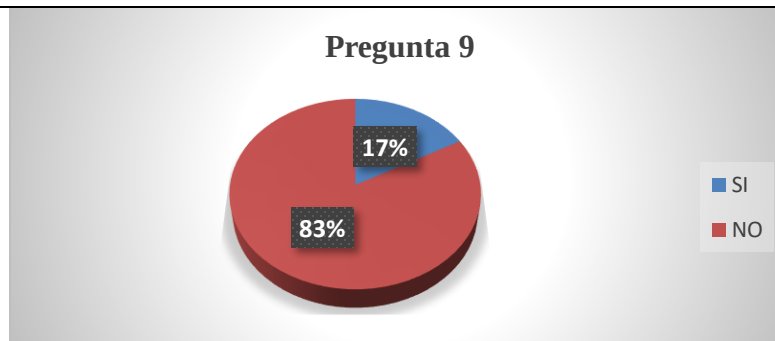


Figura 9. ¿Conoce usted las enfermedades que causa fumar?

Elaborado por: Maribel Asitimbay

Interpretación

El 17% de los empleados de la empresa ENVATUB S.A. dicen que fuman mientras que el 83% dicen no hacerlo en la actualidad.

Análisis

Estos resultados subrayan la efectividad del programa en reducir la tasa de tabaquismo en la empresa, ayudando a los empleados a mejorar su salud y mantener un entorno laboral más saludable. Además, el apoyo continuo será clave para mantener estos avances y prevenir recaídas en el futuro.

Resultados Finales

ENVATUB SA realizó una campaña para dejar de fumar y funcionó para la mayoría de los trabajadores. La campaña ha mostrado avances en la reducción de la dependencia del tabaco, como lo demuestra el hecho de que un número significativo de empleados fuma ahora menos de 10 cigarrillos al día. 42 empleados todavía fuman, pero es importante respetar las políticas. Para abordar este problema, puede ser mejor implementar estrategias específicas, capacitación psicológica continua y programas educativos complementarios que ayuden a los empleados a superar los factores que todavía los motivan a fumar.

Las investigaciones muestran que la mayoría de los trabajadores no fuman cuando se despiertan, por lo que no dependen de ellos. Sin mencionar que ninguno de los trabajadores fuma dentro de los primeros 5 minutos después de despertarse, lo cual es típico de una dependencia extrema. 30 es una alta tasa de falta de respuesta, por lo que algunos empleados pueden dudar en compartir sus hábitos de gasto, lo que podría afectar la confiabilidad del análisis. Piense en cómo lidiar con este grupo de personas que no responden para que podamos comprender mejor la situación y ajustar las estrategias en consecuencia.

Lo más importante de la campaña es que la gente es más consciente de las consecuencias de fumar en casa. El 85 por ciento de los empleados ahora sabe que fumar afecta a sus seres queridos, como lo demuestran las sesiones de información y apoyo que resaltaron los peligros del

humor de segunda mano y los efectos emocionales del humor de segunda mano El avance del conocimiento demuestra la necesidad de iniciativas educativas continuas en la organización, no solo para mejorar el bienestar del personal y sus familias.

Conclusiones

- ✓ La implementación de la campaña denominada “Respira Libre: un futuro sin humo” que se ha empezado a realizar durante el periodo señalado intenta lograr una reducción significativa en el consumo de tabaco entre el personal de ENVATUB S.A. La participación activa y la concienciación inicial que se ha generado con la campaña son claves para que esta sea un éxito en la disminución del hábito de fumar, contribuyendo positivamente al bienestar de los empleados.
- ✓ Conocer los fundamentos teóricos sobre el uso del tabaco y sus efectos en la salud proporcionó una comprensión profunda de los riesgos asociados a esta problemática, estas bases facilitan el diseño de estrategias efectivas que requiere garantizando las actividades con evidencia científica y garantizando un enfoque bien fundamentado para abordar el problema del tabaquismo en la empresa.
- ✓ Identificar el nivel actual de consumo de tabaco entre el personal de ENVATUB S.A permitió conocer ciertos aspectos que provocan su consumo. Además de la reserva de ciertas personas en contestar las preguntas se ha proporcionado datos clave para el diseño de la campaña de intervención. Estos hallazgos permitieron enfocar las acciones en los grupos más afectados, optimizando los recursos y aumentando la efectividad de las iniciativas para reducir el tabaquismo en la empresa.
- ✓ El diseño de una campaña integral orientada a la reducción a largo plazo del consumo de tabaco, incluye políticas de bienestar y apoyo continuo, establece una base sólida para mantener los logros obtenidos durante el periodo de intervención. Al promover un entorno laboral saludable y proporcionar recursos de apoyo sostenibles, se crea un impacto duradero que beneficia tanto a los empleados como a la organización en su conjunto.

Recomendaciones

- ✓ Fortalecer la participación activa mediante incentivos adicionales y actividades de seguimiento, como talleres y grupos de apoyo, para mantener el compromiso de los empleados. Además, se debería realizar una evaluación periódica de la campaña para ajustar las estrategias según los resultados obtenidos, asegurando así la sostenibilidad y el éxito continuo de la iniciativa.
- ✓ Continuar actualizando el conocimiento teórico mediante la revisión de nueva literatura y estudios científicos sobre el tabaquismo. Esto permitirá adaptar las estrategias de la campaña a los últimos avances en la investigación, mejorando continuamente la efectividad de las acciones implementadas en ENVATUB S.A.
- ✓ Implementar estrategias que aborden las causas identificadas del consumo de tabaco, como ofrecer programas personalizados de ayuda para los grupos más vulnerables. Además, es crucial mejorar la confianza y confidencialidad en futuras encuestas y evaluaciones para obtener datos más precisos y completos, lo cual permitirá ajustar mejor las intervenciones a las necesidades de los empleados.
- ✓ Institucionalizar las políticas de bienestar y apoyo continuo, integrándolas en la cultura organizacional de ENVATUB S.A. Para asegurar su efectividad a largo plazo, es importante asignar recursos adecuados y mantener una evaluación constante de los resultados, ajustando las políticas según sea necesario para responder a las necesidades cambiantes de los empleados.

Bibliografía

- Arias , A., Tobón, A., & Valencia, S. (2020). *Determinantes de consumo de tabaco, alcohol y sustancias psicoactivas asociados a las lesiones en empresas del sector construcción en el área metropolitana*. Antioquia: Corporación Universitaria Minuto de Dios-UNIMINUTO.
- Bronconeumología. (2024). <https://www.archbronconeumol.org/>. Obtenido de Neumonía adquirida en la comunidad en fumadores: <https://www.archbronconeumol.org/en-neumonia-adquirida-comunidad-fumadores-articulo-S0300289613003530>
- CDC Consejos de exfumadores. (2022). <https://www.cdc.gov/>. Obtenido de El humo de segunda mano y el asma: <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/spanish/enfermedades/taquismo-humo-segunda-mano-asma.html#:~:text=>
- ENVATUB S.A. (2023). <https://envatub.com/>. Obtenido de <https://envatub.com/>
- Gómez, E., & Ramírez, F. (2022). *Diseño del programa de formación para la prevención de sustancias psicoactivas de acuerdo con los resultados de la evaluación de las causa-efecto del consumo de sustancias psicoactivas en el ámbito laboral y extralaboral en el personal de la empresa Línea*. Bogotá: Universitaria Agustiniana .
- Gonzalez, C. (2019). *Determinantes socioeconómicos del Tabaquismo en el Ecuador* . Loja : Universidad Nacional del Loja.
- González, L., & Calvo, C. (2023). Infecciones respiratorias virales. *Asociación Española de Pediatría. Prohibida la reproducción de los contenidos sin la autorización correspondiente*, 139-149.

Hernández, C. (2015). *El Modelo de Virginia Henderson en la práctica enfermera* . Universidad de Valladolid.

Medline Plus. (2023). <https://medlineplus.gov/>. Obtenido de Bronquitis crónica:

<https://medlineplus.gov/spanish/chronicbronchitis.html#:~:text=La%20causa%20de%20la%20bronquitis,enfisema%2C%20especialmente%20si%20se%20inhala.>

Ministerio de Salud Pública. (2022). <https://www.salud.gob.ec/>. Obtenido de MSP se adhiere a la campaña «El Tabaco, una amenaza para nuestro medio ambiente»:

<https://www.salud.gob.ec/msp-se-adhiere-a-la-campana-el-tabaco-una-amenaza-para-nuestro-medio-ambiente/>

Ministerio de Salud Pública. (2022). <https://www.salud.gob.ec/>. Obtenido de Efectos del consumo de tabaco – Afecciones cardiovasculares.-: <https://www.salud.gob.ec/efectos-del-consumo-de-tabaco-afecciones-cardiovasculares/>

Neumología Peruana. (2022). <https://www.neumologiaperuana.com/>. Obtenido de

Consecuencias del tabaquismo: Fibrosis Pulmonar:

<https://www.neumologiaperuana.com/fibrosis-pulmonar/consecuencias-del-tabaquismo-fibrosis/>

Olsson, R. (2023). <https://www.bannerhealth.com/>. Obtenido de ¿Qué es la tos del fumador y consejos para eliminarla?: <https://www.bannerhealth.com/es/healthcareblog/better-me/all-you-need-to-know-about-smokers-cough>

Organización de las Naciones Unidas para el desarrollo de Industrial (UNIDO). (2023).

CONVERTIR LOS DESAFÍOS EN SOLUCIONES SOSTENIBLES La nueva era de política industrial. Viena.

Organización Panamericana de la Salud . (2022). *Informe sobre el control del tabaco en la*

- Región de las Américas 2022*. Obtenido de https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56263/OPSNMHRF220023_spa.pdf
- Patel, B. (2024). <https://www.msmanuals.com/>. Obtenido de Insuficiencia respiratoria: <https://www.msmanuals.com/es/hogar/trastornos-del-pulm%C3%B3n-y-las-v%C3%ADas-respiratorias/insuficiencia-respiratoria-y-s%C3%ADndrome-de-dificultad-respiratoria-aguda/insuficiencia-respiratoria>
- Qualtrics. (2021). <https://www.qualtrics.com/>. Obtenido de <https://www.qualtrics.com/es-la/gestion-de-la-experiencia/investigacion/que-es-una-encuesta/>
- Romero, F., & Córdoba, H. (2021). *Las pausas activas lúdico-recreativas como propuesta alternativa para la prevención del consumo del tabaco en los conductores del sistema integrado de transporte*. Bogotá: Universidad Pedagógica Nacional.
- Toledo, M. (2023). *Diseño de un programa de control de riesgos ergonómicos en el personal de campo de rosas de la empresa Expoflor Cia. Ltda*. Quito: Universidad de Israel .
- Villamar, R., & Herrera, I. (2019). *Comportamiento del Ausentismo de los Trabajadores de una Empresa de Alimentos Lácteos. Guayaquil-Ecuador 2010-2018*. Obtenido de <http://repositorio.uees.edu.ec/bitstream/123456789/3171/1/VILLAMAR%20TRIVI%C3%91O%20ROMULO.pdf>
- Zinser , J. (2019). Tabaquismo y cáncer de pulmón. *Instituto Nacional de Cancerología*, 303-307.
- .

Anexos

Anexo 1. Formulario para clasificación de fumadores

← → ↺ https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdRG60AwI3YAv0ufvVCqOc46SUTqrCfQsEVpMdhCp0bT2qoA 90% ☆

ENCUESTA PARA CLASIFICACION DE FUMADORES

[Iniciar sesión en Google](#) para guardar lo que llevas hecho. [Más información](#)

Género:

☐ Masculino

☐ Femenino

☐ Prefiero No Decir

Edad

Tu respuesta

¿Ha fumado por más de seis meses durante su vida?

☐ SI

☐ NO

¿Hace cuánto tiempo empezó a fumar?

☐ a. Menos de 1 año

☐ b. 1 año

☐ c. Más de 1 año

☐ d. Entre 3 y 5 años

☐ e. Más de 5 años

¿Hace cuánto tiempo empezó a fumar?

☐ a. Menos de 1 año

☐ b. 1 año

☐ c. Más de 1 año

☐ d. Entre 3 y 5 años

☐ e. Más de 5 años

☐ f. Más de 10 años

¿Cuántos cigarrillos consume en un día común?

☐ a. 10 o menos

☐ b. 11 a 20

☐ c. 21 a 30

☐ d. 31 o más

¿Cuánto tiempo pasa después de despertarse en fumar el primer cigarrillo?

☐ a. Menos de 5 minutos

☐ b. 6 y 10 minutos

☐ c. 31 minutos y 1 hora

☐ d. Más de 1 hora

¿Cuál es su manera de fumar?

☐ a. Traga el humo

☐ b. Mantiene el humo en la boca

Anexo 2. Socializacion – Taller Sensibilizacion sobre el consumo de tabaco ENVATUB S.A.











Anexo 3. Video Socialización – Taller Sensibilización sobre el consumo de tabaco
ENVATUB S.A.

