



American Heart Association.

EmPOWERED to Serve™

Crear comunidades libres de humo

LISTA DE RECURSOS

Llamada a la acción:

Esta lección educa a los participantes sobre cómo ayudar a mejorar la salud de la comunidad mediante la reducción del consumo de tabaco. Con el aumento del consumo de cigarrillos electrónicos entre los adultos jóvenes, el consumo de tabaco sigue generando un impacto clave en la salud y el bienestar de nuestras comunidades. Sepa cómo unirse a You're the Cure y ayudar a su comunidad a estar libre de humo.

La lección proporciona los recursos sugeridos de la American Heart Association/American Stroke Association. Puede adaptar la lección a las necesidades específicas de su comunidad. Agregue más recursos o sustituya otros para que la lección se adapte de mejor manera a su comunidad.

¿El programa se dirige a adultos?

Sí. A fin de mantener el interés de los participantes, divídalos en grupos pequeños para revisar un recurso. Pida a cada grupo que comparta lo que aprendió con el grupo completo.

¿No hay disponible equipo audiovisual?

No se preocupe. Realice copias de los materiales impresos. Pida a los participantes que se turnen para leer en voz alta los mensajes clave.

¿Tiene un proyector?

Genial. Utilice las diapositivas como guía para hablar. Y descargue un video de la American Heart Association para una de sus actividades interactivas.

¿Tiene una buena conexión a Internet?

Muestre uno de los videos de la American Heart Association, divida a los participantes en grupos para realizar un cuestionario online o realice una demostración de una herramienta online.

Piense con qué formatos se enseña mejor los mensajes de salud a los miembros de su comunidad.

Considere qué tipo de información es más motivadora para su comunidad.



El ícono que aparece delante de cada recurso indica el formato de esa actividad. A continuación, se incluyen consejos sobre cómo incorporar esa actividad a la lección y cuánto tiempo se puede destinar a ella.



Video: Reproduzca el video e involucre a los participantes en un análisis después de la visualización.



Material impreso: Pida a los voluntarios que se turnen para leer la información del material impreso.



Análisis en grupo: Divida a los participantes en grupos pequeños. Pida a cada grupo que revise el recurso e informe lo que aprendió al grupo completo.



Herramienta online: Realice una breve demostración de la herramienta. Anime a los participantes a que anoten la URL para que puedan acceder a ella desde casa.

Punto 1: Recopile datos sobre los efectos del consumo de tabaco



AHA Vintage Anti-Smoking PSAs

Remóntese al pasado con estos anuncios de servicio público antitabaco de la American Heart Association. (2 minutos, 20 segundos)
bit.ly/1GtYDvw



Clearing the Air: Comprehensive Smoke-Free Air Laws Across the U.S.

El consumo de cigarrillos sigue siendo la principal causa de enfermedades prevenibles y de muerte en Estados Unidos, que cada año cobra la vida de aproximadamente 480 000 personas de forma prematura. Descubra por qué es tan importante limpiar el aire interior.
bit.ly/1GtYKHs



The Toll of Tobacco in the United States

Aprenda acerca de las consecuencias físicas y financieras del consumo de tabaco en las familias, las empresas y el gobierno de EE. UU.
bit.ly/37BBEUI



CREAR COMUNIDADES LIBRES DE HUMO | LISTA DE RECURSOS



Youth and Tobacco: A New Crisis

Descubra cómo los cigarrillos electrónicos y otros productos para vapear representan una amenaza significativa y son adictivos para una nueva generación.

bit.ly/2F9rLkS



Smoke-free laws lead to lower heart disease risk among young adults

Conozca nuevos hallazgos sobre cómo las leyes sobre aire libre de humo pueden ayudar a reducir significativamente el riesgo de enfermedades cardiovasculares entre los adultos jóvenes.

bit.ly/2RLfCbK



Quit Lying – Get the Facts

Únase a la American Heart Association, a los adolescentes y a las escuelas para denunciar las mentiras de las grandes tabacaleras y los grandes fabricantes de productos de vapeo.

QuitLying.org



Youth Advocates Discuss the E-cigarette Epidemic

Escuche a defensores jóvenes de You're the Cure sobre el impacto de la epidemia de los cigarrillos electrónicos en su generación.

youtu.be/dknSq9STx68

Punto 2: Sea un defensor de las comunidades libres de humo



American Heart Association Honors 2019 Advocates of the Year

Obtenga información sobre los defensores voluntarios del año 2019.

bit.ly/30TzZr3



Escuche a defensores de You're the Cure contar sus historias

Los defensores de You're the Cure cuentan sus historias acerca del avance en los cambios de las políticas para ayudar a construir comunidades y vidas más saludables. (2:55)

youtu.be/Ys0gtNnzaAI



Punto 3: Únase a *You're the Cure*



Regístrese para recibir actualizaciones por mensajes de texto de *You're the Cure*

Manténgase informado sobre la aprobación de importantes iniciativas de políticas y la necesidad de su ayuda para abogar por una legislación que tenga en cuenta el tiempo.

bit.ly/2Ewcf1X



You're the Cure

Visite el sitio de *You're the Cure* para obtener más información sobre los esfuerzos de defensa y promoción.

yourethecure.org

© Derechos de autor 2021 American Heart Association, Inc., una organización sin fines de lucro 501(c)(3). Todos los derechos reservados. EmPOWERED to Serve es una marca comercial de la AHA. Se prohíbe el uso no autorizado.
DS18618 12/21