



American Heart Association®

EmPOWERED to Serve™

AMGEN®

Cardiology

Crear comunidades libres de humo

#EmPOWERChange

Amgen apoya con orgullo la iniciativa EmPOWERED to Serve de la American Heart Association.

CREAR COMUNIDADES LIBRES DE HUMO | Descripción general de la lección

Bienvenido/a

- ¿Qué es EmPOWERED to Serve?
- Tema del programa y necesidad urgente de la comunidad

Lección de salud: *Despeje el aire*

- Problemas clave en torno a la limpieza del aire
- Identifique las acciones que se deben emprender para aumentar el acceso al aire libre de humo
- Únase a *You're the Cure*

Pensamientos de cierre

- Su opinión importa
- Recursos online



¿QUÉ ES EMPOWERED TO SERVE?

EmPOWERED to Serve es un movimiento que inspira a quienes les apasiona impulsar el cambio a través de la justicia de salud en sus comunidades.

Somos catalizadores del cambio mediante el fortalecimiento de la ecuación patrimonial.

Obtenga más información en [EmPOWEREDtoServe.org](https://www.EmPOWEREDtoServe.org).



Declaración de la misión de la AHA.
Ser una fuerza implacable para un mundo lleno de vidas más largas y saludables.

OBJETIVOS DEL PROGRAMA

Al final de esta lección, podrá tomar tres medidas para limpiar el aire

- Recopile datos sobre los efectos del consumo de tabaco.
- Sea un defensor de las comunidades libres de humo.
- Únase a *You're the Cure* y hágase escuchar.



PUNTO 1: RECOPILAR LOS HECHOS

Recopile los datos para su presentación breve:

- Los lugares de trabajo y espacios públicos libres de humo mejoran la salud de las comunidades.
- La reducción del consumo de tabaco y la exposición al humo de segunda mano mejora la salud del corazón.
- Las personas tienen menos ataques cardíacos después de la entrada en vigor de leyes sobre aire libre de humo.
- Al igual que los cigarrillos tradicionales, los cigarrillos electrónicos deben estar sujetos a leyes sobre aire libre de humo.



RECOPIRAR LOS HECHOS

El humo de segunda mano causa problemas reales

- Causa cardiopatías, accidentes cerebrovasculares, cáncer de pulmón y otras enfermedades en adultos no fumadores.
- Contribuye a alrededor de 41 000 muertes entre adultos no fumadores y 400 muertes en bebés cada año.
- Aumenta el riesgo de una serie de enfermedades en los niños.



RECOPILAR LOS HECHOS

Costo anual de consumo de tabaco: \$320 000 millones



\$170 000 millones al año en gastos de cuidado de la salud asociados con el consumo de tabaco



\$150 000 millones al año en pérdida de productividad asociada al consumo de tabaco

RECOPILAR LOS HECHOS

La evidencia demuestra que las leyes sobre aire libre de humo (que deben incluir cigarrillos electrónicos) mejoran significativamente la salud pública

La evidencia también demuestra que las leyes sobre aire libre de humo no afectan al negocio.

- No afectan significativamente a las ventas de una empresa.
- De hecho, las ventas a menudo aumentan una vez que un negocio está libre de humo.



RECOPILAR LOS HECHOS

El juego final del tabaco

- Solo alrededor de un 14% de las personas en Estados Unidos fuman. El objetivo es reducir ese porcentaje a menos del 5% para salvar millones de vidas.
- Sin embargo, los cigarrillos electrónicos representan una importante amenaza para este objetivo. Más información sobre esto en breve.



RECOPILAR LOS HECHOS

Apoyemos lo que ya funciona.



**Campañas
de educación
pública**



**Leyes sobre
aire limpio
en interiores**



**Programas de
prevención para
la juventud**



**Aumento de la
edad de venta
del tabaco a
21 años**

RECOPIRAR LOS HECHOS

La adicción de una nueva generación

- 1 de cada 4 niños en edad de escuela secundaria ahora informan que usan cigarrillos electrónicos (vapeo). Son el producto de tabaco más popular entre los adolescentes.
- Muchos adolescentes piensan que el vapeo es seguro. No lo es, y puede proporcionar mayores concentraciones de nicotina adictiva que los cigarrillos tradicionales.



RECOPILAR LOS HECHOS

La adición de una nueva generación

- **Los adolescentes claramente prefieren los cigarrillos electrónicos aromatizados.** La AHA aboga por leyes que retiren del mercado todos los productos de tabaco saborizados.
- **Alrededor del 95% de los fumadores adultos comenzaron a fumar antes de los 21 años.** Si no comienzan a los 26 años, es poco probable que lo hagan.



RECOPILAR LOS HECHOS

Las mentiras del sector sobre el vapeo

El vapeo no es fumar.

El sector del vapeo no pertenece a Big Tobacco.

El sector del vapeo no comercializa a los adolescentes.

La verdad

Pero la nicotina en un cartucho equivale a lo que hay en **una cajetilla completa de cigarrillos.**

Pero el gigante del tabaco que fabrica los cigarrillos Marlboro **posee el 35% de Juul.**

Pero **los productos con sabor** demuestran lo contrario.

RECOPILAR LOS HECHOS

La AHA está educando al sector sobre los peligros de mentir:

- La mentira conduce a la adicción a la nicotina.
- La mentira causa que más personas fumen.
- La mentira está produciendo enfermedad pulmonar, cardiopatía y cáncer.
- La mentira ha causado la hospitalización de cientos de usuarios de cigarrillos electrónicos.

HEYHEYHEY
HEYHEYHEY
BIG VAPE
#QUITLYING
HEYHEYHEY
HEYHEYHEY
SINCERELY, EVERYONE & THEIR MOM

Para obtener más información y compartirla con otros, visite [QuitLying.org](https://www.QuitLying.org).



¿CÓMO PODEMOS HACER UN CAMBIO?

La AHA insta a la FDA a que tomen medidas energéticas, como las que se indican a continuación, contra las campañas agresivas dirigidas a los niños:

- Retiro inmediato del mercado de los cigarrillos electrónicos saborizados.
- Restricción de todos los demás productos de tabaco saborizados, incluidos puros saborizados y cigarrillos de mentol.
- Prohibición de todo el marketing, incluso en las redes sociales, que se ha demostrado que atrae a los niños.
- Suspensión de las ventas online de cigarrillos electrónicos, hasta que tengamos mecanismos eficaces de verificación de edad.



VIDEO: DEFENSORES DE LA JUVENTUD Y LA EPIDEMIA DEL CIGARRILLO ELECTRÓNICO



PUNTO 2: SER UN DEFENSOR

A continuación, se indica cómo puede ayudar:

- **No fume.** Si fuma o consume tabaco, elabore un plan para dejar de fumar ahora.
- **Hable con los jóvenes presentes en su vida** sobre los peligros del vapeo *y* el consumo de tabaco.
- **Abogue por políticas y normativas sólidas e integrales** sobre el consumo de tabaco.
- **Únase a los esfuerzos locales** de su comunidad y estado en yourethecure.org.



SER UN DEFENSOR

Los líderes comunitarios, estatales y federales quieren saber lo que cada uno de nosotros piensa.

Puesto que son personas ocupadas, realice lo siguiente:

- Escriba un mensaje breve.
- Personalícelo.
- Agregue uno o dos datos convincentes.
- Termine diciendo lo que desea que haga el responsable legal.
- Solicite un compromiso.



SER UN DEFENSOR

Hágase oír



Publique: Comparta información en sus redes sociales de preferencia.



Asista: Asista a reuniones locales y ayuntamientos.



Llame: Llame por teléfono a sus funcionarios electos.



Visite: Establezca relaciones.



Escriba: Envíe cartas al editor y correos electrónicos a funcionarios electos.



SER UN DEFENSOR

Únase a nuestros esfuerzos

La American Heart Association está trabajando en nombre de comunidades multiculturales sobre lo siguiente:

- Leyes integrales sobre aire libre de humo que se aplican a todos los lugares de trabajo interiores y entornos públicos, y que incluyen cigarrillos electrónicos.
- Eliminación de retrasos en la aplicación de las leyes locales.
- Ninguna exención por dificultades, exclusión voluntaria o ventilación.
- Ninguna exención para casinos y organizaciones de juegos de azar, bares o clubes privados.



PUNTO 3: ÚNASE A *YOU'RE THE CURE*

Seamos la cura

Averigüemos qué temas como grupo queremos identificar como nuestras acciones clave.

- Participe en *You're the Cure*.
- Comparta nuestras historias online.
- Reclute a cinco amigos para que se unan a *You're the Cure*.
- Responda a las alertas de acción.
- Pida a sus amigos que respondan a las alertas de acción compartiendo en Facebook y Twitter.



HAGÁMONOS ESCUCHAR

Como una voz unida de la comunidad, podemos marcar la diferencia

- Podemos impulsar cambios saludables en nuestra comunidad.
- Podemos influir en las personas que crean las políticas.

El programa *You're the Cure* de la American Heart Association ayuda a los defensores mediante lo siguiente:



Ofrecer estructura y orientación



Brindar actualizaciones



Proporcionar directrices



Establecer una comunicación con los contactos de los estados de la AHA

SU OPINIÓN IMPORTA

Todos tenemos el poder de marcar la diferencia mediante la defensa de políticas que ayuden a crear comunidades más sanas y vidas más saludables.

Únase hoy a **You're the Cure** y sea uno de los primeros en enterarse cuando se aprueben las principales iniciativas de política o cuando se necesite su ayuda par.



¡Envíe un mensaje de texto con la palabra **EMPOWER** al **46839** para unirse hoy!

UTILICE SU VOZ PARA CREAR COMUNIDADES MÁS SALUDABLES

Puede ayudarnos a unir a las comunidades en el camino hacia la creación de una cultura sostenible de la salud.

Visite [EmPOWEREDtoServe.org](https://www.EmPOWEREDtoServe.org)

¡Regístrese para convertirse en embajador y descubra cómo puede formar parte del movimiento!

¡Únase a nosotros mientras logramos un impacto en la salud DE TODOS los miembros de nuestras comunidades!



CONCLUSIÓN

¡Valoramos sus pensamientos!

Cuéntenos lo que más le haya gustado.

Envíenos un correo electrónico a:
empoweredtoserve@heart.org



SOMOS PARTE DE **EMPOWERED TO SERVE**

...para servir a nuestra salud; servir a nuestra comunidad



La American Heart Association solicita que este documento se cite de la siguiente manera:

Lecciones de salud de EmPOWERED to Serve de la American Heart Association. [EmPOWEREDtoServe.org](https://www.EmPOWEREDtoServe.org)

