



"CLASES SIN HUMO"

Curso 2016-2017

Carta a la Familia

Estimada familia:

Como sabéis, **vuestro hijo o hija va a participar durante este curso en el programa "Clases sin humo".**

La finalidad de este programa es evitar que fumen o retrasar la edad de inicio en esta droga y para lograrlo, es imprescindible vuestro apoyo, al igual que el del profesorado. Esta experiencia se basa en que toda la clase, junto con el tutor o tutora, se comprometan a no fumar, a la vez que realizan diversas actividades educativas en el aula o en casa con vosotros y vosotras, fortaleciendo una actitud crítica ante la estrategia comercial de los intereses de la industria del tabaco, de la que son objetivo las personas jóvenes.

Como personas adultas tendréis una idea elaborada sobre el tabaco y os habréis posicionado ante su consumo. Puede que fuméis o no, que lo hayáis hecho y lo hayáis dejado, o que continuéis haciéndolo. En cualquier caso, sabéis que esta droga legal es una de las sustancias más adictivas que existen y el esfuerzo que supone dejar un hábito que llega a modificar el estilo de vida y el estado de salud. **Por este motivo, os pedimos que les animéis en su compromiso de mantenerse sin fumar.**

La evidencia científica indica que, junto con el profesorado, sois sus principales referentes y que el modelo que ejercéis con vuestros comportamientos familiares es fundamental en las decisiones que han de tomar y en sus futuros comportamientos de salud. Además, la buena gestión de estos primeros contactos con las drogas legales (tabaco y alcohol), tanto individual como en la familia o en el grupo de amigos y amigas, les facilitarán los recursos necesarios para responder con criterio a otras drogas ilegales (cannabis, cocaína...) con las que se pueden encontrar en un futuro inmediato.

También hay que tener en cuenta la influencia negativa para la salud que tienen los ambientes con humo, el llamado "*humo de segunda mano*" o "*tabaquismo pasivo*", que afecta a las personas no fumadoras y especialmente a personas enfermas, jóvenes y mujeres embarazadas. Por ello, os invitamos a que **vuestra familia habite en espacios sin humo: en casa, en el coche, etc.**

Finalmente, si no fumáis os animamos a continuar así y a que transmitáis a vuestro hijo o hija la importancia de no iniciarse en su consumo. Si fumáis, os animamos a que lo dejéis. En vuestro centro de salud os pueden ayudar a conseguirlo.

Muchas gracias por vuestra colaboración.

Un saludo.

Para más información, puede llamar a los siguientes teléfonos de las Unidades de Promoción de la salud:

Alava: 945-017175
Gipuzkoa: 943-022718
Bizkaia: 94-4031548

