

# Informações sobre a política antitabagismo.

*Estas informações são aplicáveis a todos os edifícios e recintos dos Serviços Sociais e de Saúde.*

## O que é a política antitabagismo?

A política antitabagismo significa que não é permitido fumar em qualquer local do nosso hospital ou de qualquer outro recinto ou edifício clínico ou não clínico propriedade dos Serviços Sociais e de Saúde. Esta política é aplicável a pacientes, visitantes, todos os colaboradores e contratantes.

## Porquê implementar a política antitabagismo?

Pretendemos proteger a saúde dos nossos colaboradores, utentes dos serviços, visitantes e contratantes dos efeitos nocivos conhecidos do tabaco e da exposição ao tabagismo passivo.

Estamos empenhados em dar o exemplo, garantindo ambientes livres de tabaco e dando aos fumadores mais oportunidades para deixarem de fumar.

Sabemos que a política antitabagismo também contribuirá para a gestão global do risco de incêndio nos nossos edifícios e recintos.

## Efeitos do tabagismo na saúde

Fumar é a causa de quase 90% das mortes por cancro do pulmão, cerca de 80% das mortes por doenças pulmonares (por exemplo, bronquite e enfisema) e cerca de 17% das mortes por doenças cardíacas. Fumar é a principal causa evitável de morte precoce e doenças crónicas em Jersey.

## Áreas antitabagismo

Fumar não será permitido em qualquer um dos nossos edifícios, recintos, parques de estacionamento ou áreas no exterior dos recintos que permitam que o fumo volte para o hospital ou outros edifícios de serviços de saúde.

## Que ajuda irão oferecer-me para deixar de fumar, enquanto me encontrar sob os vossos cuidados?

Sabemos que estar no hospital ou sob cuidados domiciliários pode ser difícil e, no caso de ser fumador, a situação pode ser ainda mais complicada. Contudo, também sabemos que mais de 70% dos fumadores de Jersey já pensaram deixar de fumar em algum momento. Esperamos que muitos dos nossos pacientes e clientes aproveitem esta oportunidade para deixarem de fumar de vez.

Todos os pacientes serão informados dos benefícios de deixar de fumar para a sua saúde. Os que optarem por deixar de fumar serão encaminhados para o nosso serviço para deixar de fumar Help2Quit. Na medida do possível, todos os pacientes que pretenderem deixar de fumar terão a sua primeira consulta enquanto se encontrarem no hospital.

Seguir-se-ão oito semanas de consultas de acompanhamento com a duração de 15 minutos cada, no hospital ou como paciente externo. Os pacientes que pretenderem deixar de fumar terão à sua disposição uma série de tratamentos, incluindo diferentes opções de terapia de substituição de nicotina e apoio individual por parte de um consultor para deixar de fumar com a devida formação.

Tem quatro vezes mais probabilidades de deixar de fumar com o apoio do nosso serviço para deixar de fumar Help2Quit. Temos uma taxa de sucesso de 50% junto dos fumadores que consultamos.

## E se eu pretender continuar a fumar?

Aos pacientes e clientes que acharem que não são capazes de deixar de fumar, enquanto se encontrarem sob os nossos cuidados, iremos oferecer apoio, incluindo terapia de substituição de nicotina, para que possam lidar com os sintomas de não fumar.

Os pacientes e clientes não poderão fumar nas nossas instalações. Pedimos igualmente que os pacientes e os clientes não fumem nas entradas ou no exterior dos nossos recintos, onde o fumo poderá voltar para os nossos edifícios. Para sua segurança, temos alarmes de fumo instalados nos nossos edifícios que são ativados pelo fumo.

## E se eu sair dos recintos do hospital para fumar?

Enquanto se encontrar sob os nossos cuidados, terá acesso a supervisão e cuidados de elevada qualidade por parte dos nossos profissionais. Este nível de cuidados não pode ser-lhe prestado, se sair dos nossos recintos. Não recomendamos que saia dos nossos recintos para fumar. Se o fizer, iremos pedir-lhe que preencha um formulário de alta temporária.

## Política antitabagismo e visitantes

Se tiver amigos ou parentes que sejam fumadores, estes não poderão fumar em qualquer local dos nossos edifícios ou recintos durante as visitas. Se tiver qualquer preocupação com o comportamento tabagístico dos seus amigos ou parentes e com os efeitos na saúde dos mesmos, encoraje-os a contactarem o nosso serviço para deixar de fumar Help2Quit.

Podemos facultar recursos informativos acerca do serviço Help2Quit e informações sobre deixar de fumar de vez. Peça mais informações ao seu enfermeiro ou funcionário dedicado.



Número Verde Gratuito  
**0800 735 1155**

De segunda a sexta-feira, das 8:30 às 16:30



[www.gov.je/smokefree](http://www.gov.je/smokefree)