

TOBBSTOP: EFICACIA DE UNA APLICACIÓN PARA LA CESACIÓN DE CONSUMO DE TABACO.



IV jornada
2015
6 de junio
apúntalo

eSalud
enfermería
ZAMORA

os esperamos en:
Fundación Rei Afonso Henriques
Av. Nazareno de San Frontis, s/n

plazas limitadas
jornadas gratuitas

innovación
y comunicación
enfermera
para la eSalud

organiza
COLEGIO DE ENFERMERÍA
DE ZAMORA

patrocina
fecyl

http://4jornadaesalud.fecyl.org/

Organización
COLEGIO DE ENFERMERÍA
DE CASTILLA Y LEÓN

CRISTINA REY
Investigadora principal

BMC Public Health. 2010; 10: 665.

PMCID: PMC3091575

Published online 2010 Nov 2. doi: [10.1186/1471-2458-10-665](https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-665)

Factors associated with commencing smoking in 12-year-old students in Catalonia (Spain): a cross-sectional population-based study

[Empar Valdivieso](#)¹, [Cristina Rey](#)¹, [Marisa Barrera](#)¹, [Victoria Arijia](#)², [Josep Basora](#)² and [Josep Ramon Marsal](#)³, TAB_ES Study Group tabes2007@gmail.com

[Author information](#) ▶ [Article notes](#) ▶ [Copyright and License information](#) ▶

2015
May Efficacy of a smoking prevention programme in Catalan secondary schools: a cluster-randomized controlled trial in Spain.



Addiction

Addiction 2015 May 30;110(5):852-60. Epub 2015 Jan 30.

[Empar Valdivieso López](#), [Cristina Rey-Reñones](#), [Teresa Rodríguez-Blanco](#), [Carmen Ferre Grau](#), [Victoria Arijia](#), [Maria Luisa Barrera Uriarte](#), [Esther Granado-Font](#), [Gemma Flores-Mateo](#)

Primary Care Department, Camp de Tarragona, Institut Català de la Salut, Catalonia, Spain; Unitat de Suport a la Recerca Tarragona-Reus, Institut Universitari d'Investigació en Atenció Primària Jordi Gol (IDIAP Jordi Gol), Tarragona, Spain.

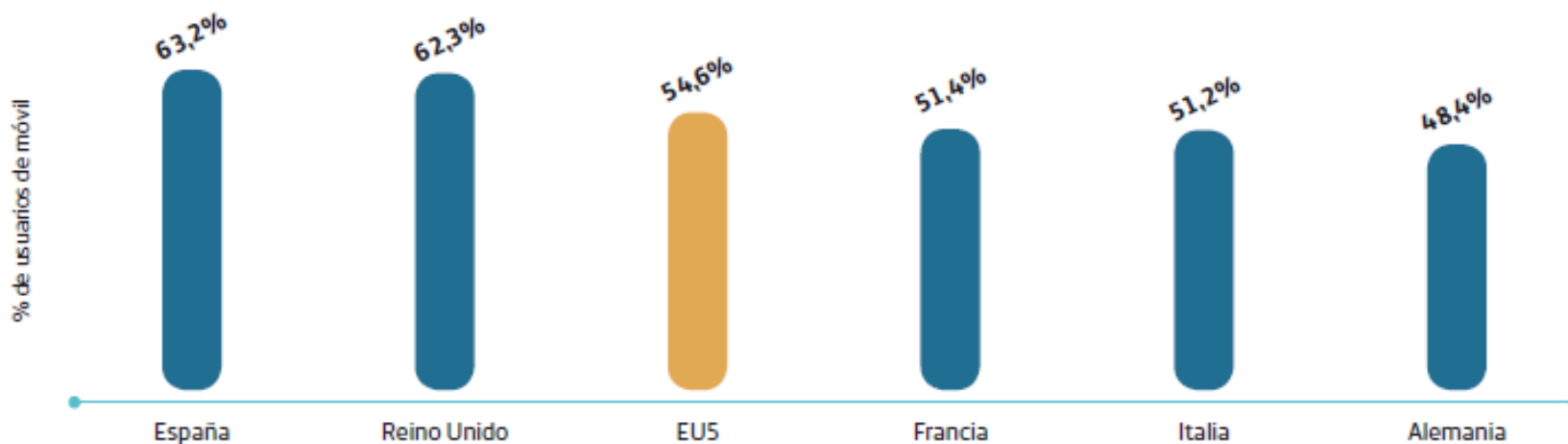


To evaluate the efficacy of a school-based educational programme in reducing the incidence and prevalence of smoking in secondary school students (compulsory secondary education: CSE) in Catalonia (Spain).

Cluster-randomized controlled trial.

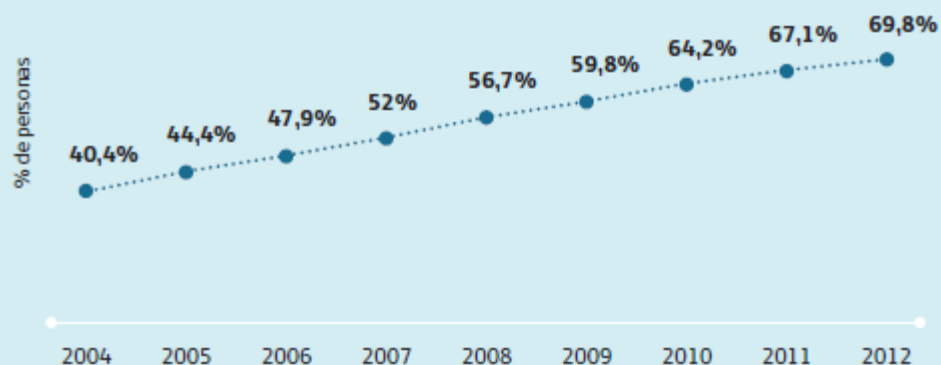
Schools in the Tarragona Health Care Region of Spain. [Read More](#)

Penetración de smartphones en España



Fuente: Comscore, datos de octubre de 2012.

Usuarios de Internet en España (tres últimos meses) ^[1]



24,1 millones de internautas

72% de los internautas lo hacen diariamente

44% de los usuarios de internet acceden a través del teléfono móvil de banda ancha

38% de las actividades realizadas son para buscar información en relación a la salud.



Salut 2.0: aplicacions per a mòbils

Apps en salut	Homologació	Avantatges	Precaucions	Alguns exemples
---------------	-------------	------------	-------------	-----------------

Al mateix temps que les aplicacions es generalitzen i es fan presents en el nostre dia a dia, cal adoptar una sèrie de precaucions per fer-ne un bon ús i per evitar sorpreses desagradables tal com es detalla a continuació:

- Els milers d'aplicacions per a mòbils relacionades amb la salut **no estan avaluades ni regulades per les autoritats sanitàries**, per això és important tenir en compte el vostre estat de salut i l'objectiu de salut de l'aplicació abans de seguir-ne els consells de manera cega.
- Com a garantia de la fiabilitat de l'aplicació que us descarregueu, tingueu sempre la precaució d'esbrinar qui són les **persones o entitats responsables** que han elaborat i distribueixen l'aplicació, tant des del punt de vista de la salut com del tecnològic.
- **Desconfieu de les aplicacions "anònimes"** on no figura cap autoria. El sector de les apps en salut no està exempt de possibles aplicacions malicioses que es podrien instal·lar al vostre dispositiu mòbil.
- La **confidencialitat i privacitat** de les vostres dades hauria d'estar garantida en tot moment. Quan descarregueu i activeu una aplicació heu de conèixer qui i com pot accedir a les vostres dades i informació. Recordeu sempre que les vostres dades personals poden tenir un gran valor per al mercat publicitari o per altres usos fraudulents.
- **No totes les aplicacions funcionen en tots els dispositius mòbils**. Si heu de comprar-ne una, sigueu conscients que aquesta ha de ser compatible amb el vostre sistema operatiu (per exemple Android, IOS d'Apple, Blackberry, Windows Mobile de Microsoft).
- El **preu i la forma de pagament**, en el cas de les aplicacions que no són gratuïtes, és un altre aspecte que heu de valorar. **Cal estudis que aportin evidència científica sobre l'impacte real**
- Els beneficis en la utilització d'aquest tipus d'aplicació encara no estan científicament provats. **Cal estudis que aportin evidència científica sobre l'impacte real d'aquest tipus d'aplicatius.**

TOBB STOP

the quit smoking game

Eficacia de una aplicación para dispositivos móviles (APP) en la deshabituación del tabaco.





Evaluar la **eficacia** de una intervención basada en el **diseño** específico y implementación de una **aplicación para dispositivos móviles (APP)** con el objetivo de **reducir la prevalencia de consumo de tabaco** en adultos motivados.



1

Proporcionar al usuario un **registro de la evolución** de su progreso para dejar de fumar.

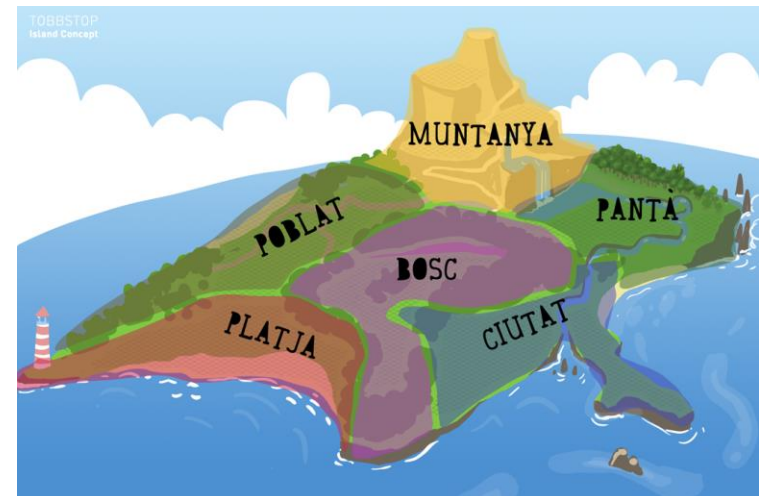
2

Proporcionar al usuario un **entretenimiento alternativo** para utilizar en los momentos que quieren fumar (*craving*).

3

Informar y educar a los usuarios de los problemas y las mejoras que consiguen al dejar de fumar.

2-3 días previo día D	INICIO	Desembarco	↓
Día D - Día 7	EUFORIA	Playa	↓
Día 8 – Día 15	DUELO	Pantano	↓
Día 16 – Día 30	NORMALIZACIÓN	Ciudad	↓
Día 31 – Día 51	CONSOLIDACIÓN I	Bosque	↓
Día 51 – Día 82	CONSOLIDACIÓN II	Montaña	↓



Centros atención primaria que aceptan participar en el estudio

Aleatorización de los centros atención primaria al grupo intervención y grupo control

Grupo Intervención

Grupo Control

Visita 0

Firma consentimiento informado
Cuestionarios
Test Richmond

Visita 0

Firma consentimiento informado
Cuestionarios
Test Richmond

Richmond 4-6

Richmond >6

Richmond 4-6

Richmond >6

Visita incrementar motivación

Visita incrementar motivación

Visita 1 un día antes del día D

Indicación del tratamiento

Administración y explicación de la aplicación para móviles

Visita 1 un día antes del día D

Indicación del tratamiento

Día D

Día D

Visitas de seguimiento

Cada 15 días los 2 primeros meses

3, 6 y 12 meses

Determinación del consumo de tabaco, CO y síntomas del síndrome de abstinencia

Visitas de seguimiento

Cada 15 días los 2 primeros meses

3, 6 y 12 meses

Determinación del consumo de tabaco, CO y síntomas del síndrome de abstinencia

GRACIAS POR VUESTRA ATENCIÓN



IDIAP
Jordi Gol



MAGNORE



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



**Institut Català
de la Salut**



mènulastudio



**UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI**

<http://www.tobbstop.com>