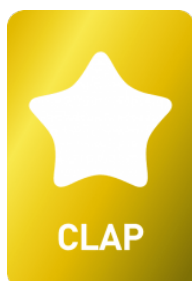


Diseño editorial, ilustración y producción de la ‘Guía breve de abordaje del tabaquismo’ & ‘Materiales de ayuda para ayudarte a dejar de fumar’. Consejería de Salud

escrito por Marta Viera | 2 de junio de 2025





Cuando fumar se ha vuelto un hábito trastorno crónico, adictivo y recurrente, igual es buen momento para abandonarlo. Es el objetivo de los materiales de ayuda generados desde la Consejería de Salud del Principado, en colaboración con la Unidad especializada de Tabaquismo del Área IV. Presentados la semana pasada y acompañando el *Día Mundial Sin Tabaco*, se ponen a disposición material y digital como herramienta de apoyo a profesionales sanitarios y personas interesadas, con y sin acceso a internet.



2ª SESIÓN • Decido dejar de fumar



La idea

Teníamos a *Fumabot*, la idea preliminar de la Unidad Especializada de Tabaquismo que fundamentaría el proyecto. Un algoritmo contador de caladas y cigarrillos que exactamente igual que una calculadora podía ofrecer cifras relativas al limbo de realidades numéricas tan significativas como desconocidas que resultan del ~~hábito~~ trastorno de encenderse un cigarrillo detrás de otro o prender la pipa con recurrencia.

Así que trabajamos las metáforas relativas al sector contable tabáquico para conceptualizar el diseño de la *Guía breve de abordaje del tabaquismo* y sus materiales, tales como *haberse convertido en una máquina de fumar*, *fumar como un carretero* o *parecerse sospechosamente a una chimenea* y dejar a un lado, de momento, otro tipo de *fumatas*.



2ª SESIÓN • Me preparo para dejar de fumar





El contenido

El proyecto es una propuesta con la función de ayudar a *romper con el tabaco*. Insiste desde su inicio en la importancia del contacto con l@s sanitari@s, toda vez que el fracaso en el abandono fuera reincidente e invita a participar a otros sectores de profesionales de la salud, además de medicina y enfermería, mediante la intervención y el seguimiento.



Archivo de cubierta de la guía.

La Guía Breve de abordaje del tabaquismo

La guía es un cuadernillo de trabajo dividido en capítulos temáticos. Recoge los datos esenciales y metodología inicial a la hora de abordar los casos de adicción al tabaco y los productos derivados y afines. Además del contenido de texto -con estrategias de intervención, consejos, novedades en el tratamiento farmacológico y su prescripción además de una concreta consideración a los segmentos de población con características especiales- cuenta con imágenes e ilustraciones aclaratorias.





Una de las portadillas de la guía.

Desaprender



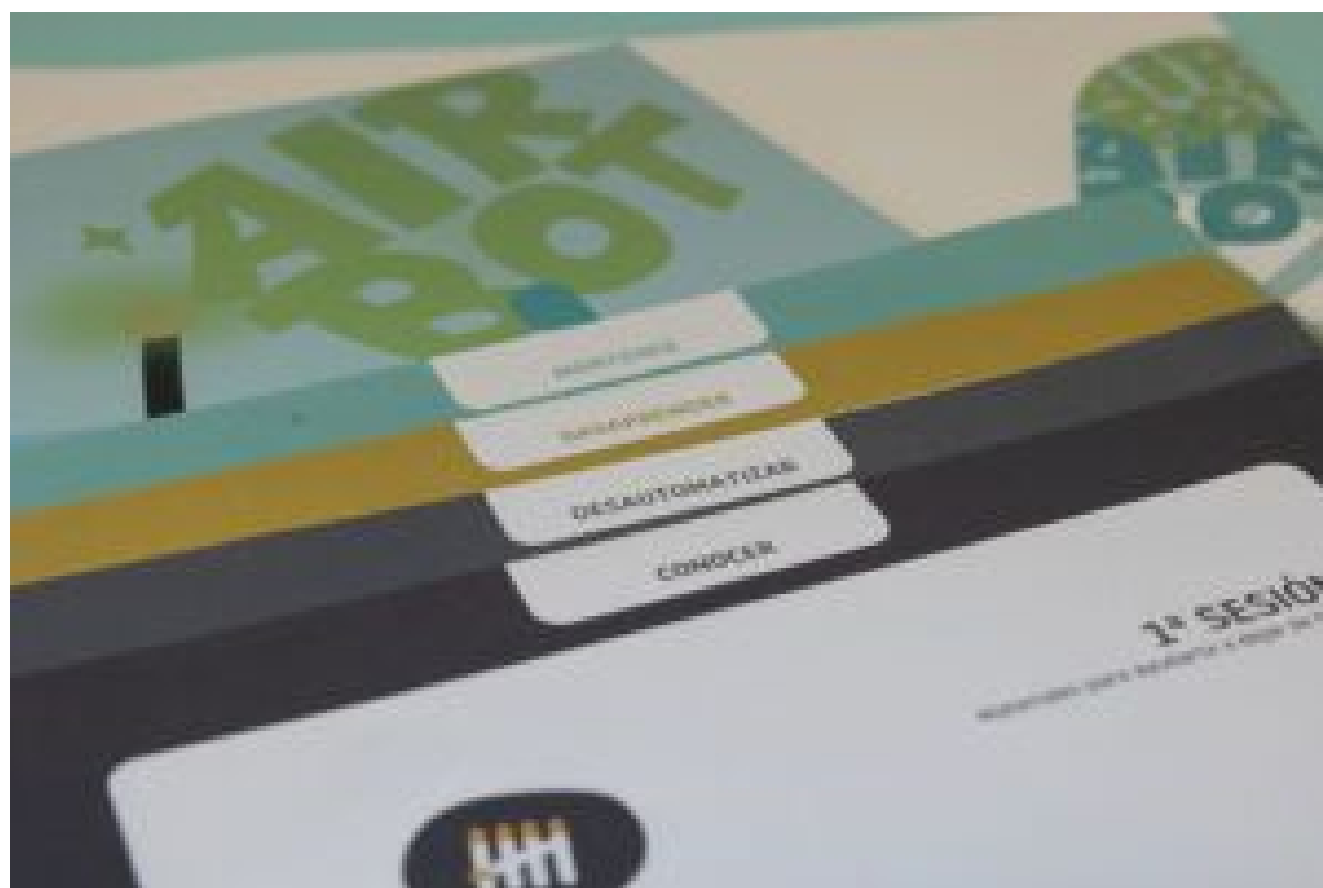
3ª SESIÓN • Mañana dejó de fumar





Los Materiales para ayudarte a dejar de fumar

Junto a la guía dirigida a los profesionales, el proyecto incluye una carpeta de fichas divididas en cuatro sesiones que recogen los ejercicios e información para el acompañamiento de las personas fumadoras durante su proceso clínico, con las fases para el abandono. Otra suerte de *cuaderno de bitácora* desplegado que también responde preguntas frecuentes, soluciona dudas y expone datos sobre la realidad del fumar de forma personalizada. Incluye, además de los ejercicios, técnicas, citas tranquilizadoras, tablas automotivacionales, soluciones ante posibles recaídas e incluso infopósters concluyentes de cada una de las sesiones, que pueden adherirse a la puerta del congelador cuando se han finalizado las sesiones y para evitar olvidos.



Fichas de sesiones.



Posters concluyentes de cada una de las sesiones de los materiales.

El contenido de la *Guía Breve* es una síntesis de la metodología clínica. El diseño facilita la consulta por su temática y apartados, priorizando una óptima legibilidad y facilitando márgenes donde pueden hacerse anotaciones. Cada una de las sesiones de fichas, igual que la guía, ha supuesto el uso de infografías, cuadros y diferentes estilos según el tipo y función de la información que presentan.



¿Pero qué es *Airbot**?

Airbot es el naming que recoge el motivo conductor del proyecto y un nuevo un nuevo **un nuevo pet** resultado visual del trabajo del concepto *Fumabot*.

Basando el proyecto en el trabajo existente en origen, crearíamos un personaje al menos igual de empático, constructivo y optimista -siempre que el contexto se lo permite a la criatura- que acompañara a la futura persona exfumadora por las diferentes fases, estados y prescripciones de su proceso de abandono del ~~hábito~~ trastorno.

*Quedan consultadas a fecha de hoy las posibilidades de existencia del término en relación a realidades sanitarias parecidas y así descartado un remoto conflicto con marcas existentes de aspiradoras, drones, purificadores de aire, controladores de vuelo y controladores de vuelo *reloaded*.



Fumabot se convertiría en *Airbot* con la finalización de la cuarta de las sesiones. Un ente libre del tabaco, la nicotina o los nuevos productos derivados que resultan tan atractivos para l@s (pre)adolescentes -segmento poblacional con significativo aumento en el consumo, especialmente en las mujeres, frente a la reducción en las personas adultas- donde la publicidad digital protabáquica indirecta *se cuela* en los contenidos y realidades que consumen, según explicaba Yolanda Calero, presidenta de AECC (Asociación Española contra el cáncer) de Asturias, en diálogo con l@s asistentes al **acto de presentación** en Avilés.

Los adelantos en el proceso de abandono del tabaquismo se reflejarían en las autoanotaciones de la futura persona exfumadora en sus fichas de sesión y las

ilustraciones de *Airbot* le acompañarían, con la modificación de la paleta de color que evoluciona en el transcurso del proceso.

Mantener

AIR BOT



3ª SESIÓN • Mi vida sin tabaco



© 2014 Fundación para la No Fumación



Resumen

Sesión / Automotivación / Objetivo / Pantone representativo

Primera / Decido dejar de fumar / **Conocer** / Gris marengo

Segunda / Me preparo para dejar de fumar / **Desautomatizar** / Gris francés

Tercera / Mañana dejo de fumar / **Desaprender** / Gris aluminio

Cuarta / Mi vida sin tabaco / **Mantener** / Green turquesa

Airbot es un personaje inclusivo sin edad, género, raza, religión, origen, procedencia o cualquier otra característica que lo despieste de representar toda **persona humana*** en contacto con la realidad tangible y su hábito trastorno, junto al proceso clínico por el que se le facilita un viaje constructivo, acompañado hacia la liberación de su adicción.



* Efectivamente, al teclear *humano* en la lupa de la Wikipedia efectivamente redirige a *homo sapiens*.

La producción

Para la difusión del proyecto se han realizado las justas emisiones de CO2 que permiten la conexión a internet, además de imprimir en papel Nautilus FSC de dos gramajes las 500 unidades de la *Breve Guía de abordaje del tabaquismo* para profesionales y las 1.920 carpetas con sus 53.760 fichas organizadas por sesiones en los *Materiales para ayudarte a dejar de fumar*, también disponibles digitalmente en astursalud.es

Siguiendo la orientación médica, hemos ajustado el diseño en el archivo digital respecto del impreso en cuanto al porcentaje de color utilizado en las portadillas de los capítulos. El objetivo de este ajuste es facilitar, a mayores, la legibilidad de los textos de la guía en los posibles casos de impresión posterior desde la descarga de los archivos procedentes de la plataforma virtual.

Tipografía y acceso al contenido

Existiendo, teniendo los derechos de uso y con lo bien que funciona, sería una lástima no aplicar la tipografía de origen celta con la que prioritariamente se ha diseñado todo el material.

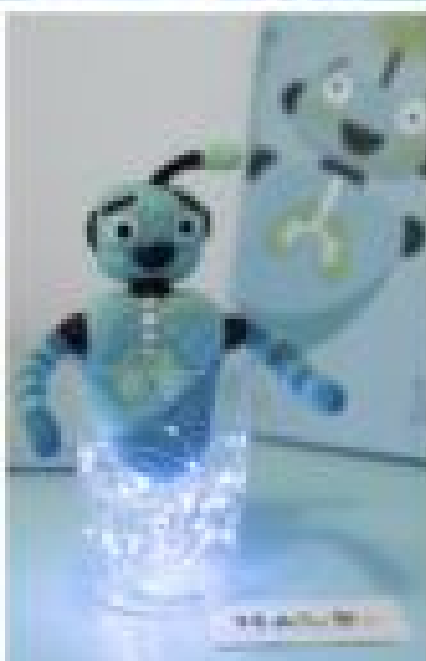
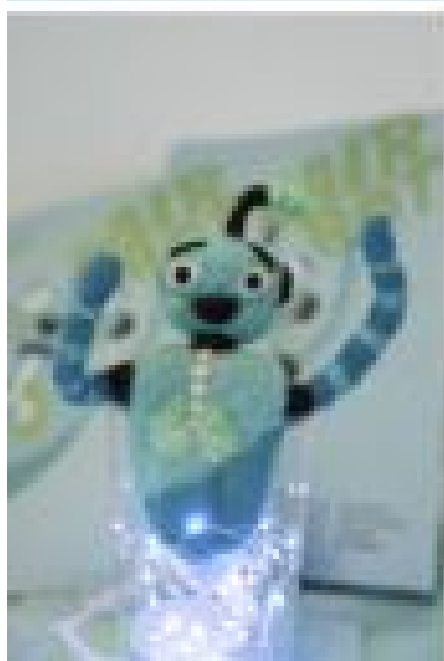


ACCESOAGUÍA&MATERIALES.ASTURSALUD



κολοφών

En la medida en que los proyectos cuentan con algo de margen de maniobra, ya sea en lapso temporal de creación o en cuestión presupuestaria, pueden surgir ideas en forma de aportaciones que una vez materializadas, también pueden contribuir a que se conviertan en proyectos memorables.



Título: 'Airbot xaldo'. (Muñeco 3D para los casos en que el tacto brille por su ausencia) Técnica: Confección artesana en lana blanca de xalda afieltrada en seco con agujas, alambres para los brazos. Cinco horas de elaboración. Coproducción: Danielle Schmid. Lanera del Ecomuséu Ca l'Asturcón.

Gracias por pasar.

#lapilaposts

Proyecto: Diseño editorial, ilustración y producción de la *Guía breve de abordaje del tabaquismo* y los *Materiales de ayuda para ayudarte a dejar fumar*. Consejería de Salud & Unidad Especializada de Tabaquismo Área IV. Principado de Asturias.



**Este post se ha creado bajo la licencia Creative Commons:
Reconocimiento - No Comercial - Sin Obra Derivada
Puedes compartirlo como quieras también a través del PDF,
siempre y cuando aparezca el nombre de la autora y se mantenga
el contenido exactamente como figura. Gracias.**

[Acceso al resumen de la licencia](#) | [Acceso al código legal](#)

Disclaimer.

Due to several past events related to my work, this studio cannot be held responsible for any possible awkward impact caused by the 'hidden' inappropriate uses or any forms of plagiarism attempt by regional, national or international 'professionals' whose works go beyond the red line. The reader is welcome to look up and follow the licence terms set at CC link. Thanks.

OTROS MATERIALES SANITARIOS

Versiones digitales e información adicional en www.astursalud.com



MATERIALES PARA AYUDARTE A DEJAR DE FUMAR

Diseño & edición 2025

GO!



CARTILLA DE SALUD MATERNAL

Diseño & edición 2024

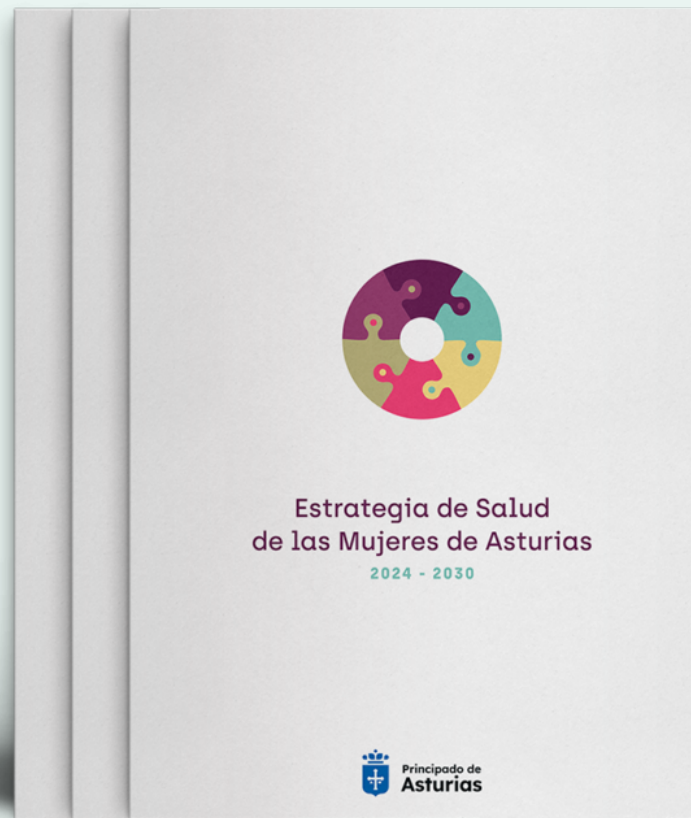
GO!



GUÍA DE EMBARAZO, NACIMIENTO Y PUERPERIO

Diseño & edición 2024

GO!



ESTRATEGIA DE SALUD DE LAS MUJERES DE ASTURIAS (ESMA 2024-30)

Diseño & edición 2024

GO!



MANTELITOS FAIR TRADE KAWAII FOOD (ESTRATEGIA NAOS)

Edición 2026

GO!



CARTELES PLATO SALUDABLE (ESTRATEGIA NAOS)

Edición 2026

GO!



Por favor, deja este campo vacío

Un dato para poder enviarte NVDVS 3 g

Correo electrónico *

☐ He leído y entiendo la política de privacidad y acepto recibir

comunicaciones de La Pila estudio con la práctica de NVDVS PROIECTVM

ACCESO a NVDVS eBook

En NINGÚN CASO se compartirá con terceros. Consulta la política de privacidad.

