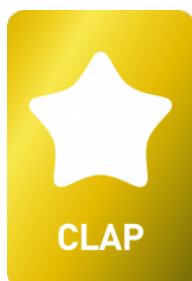


Diseño editorial, ilustración y producción de la ‘Guía breve de abordaje del tabaquismo’ & ‘Materiales de ayuda para ayudarte a dejar de fumar’. Consejería de Salud

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



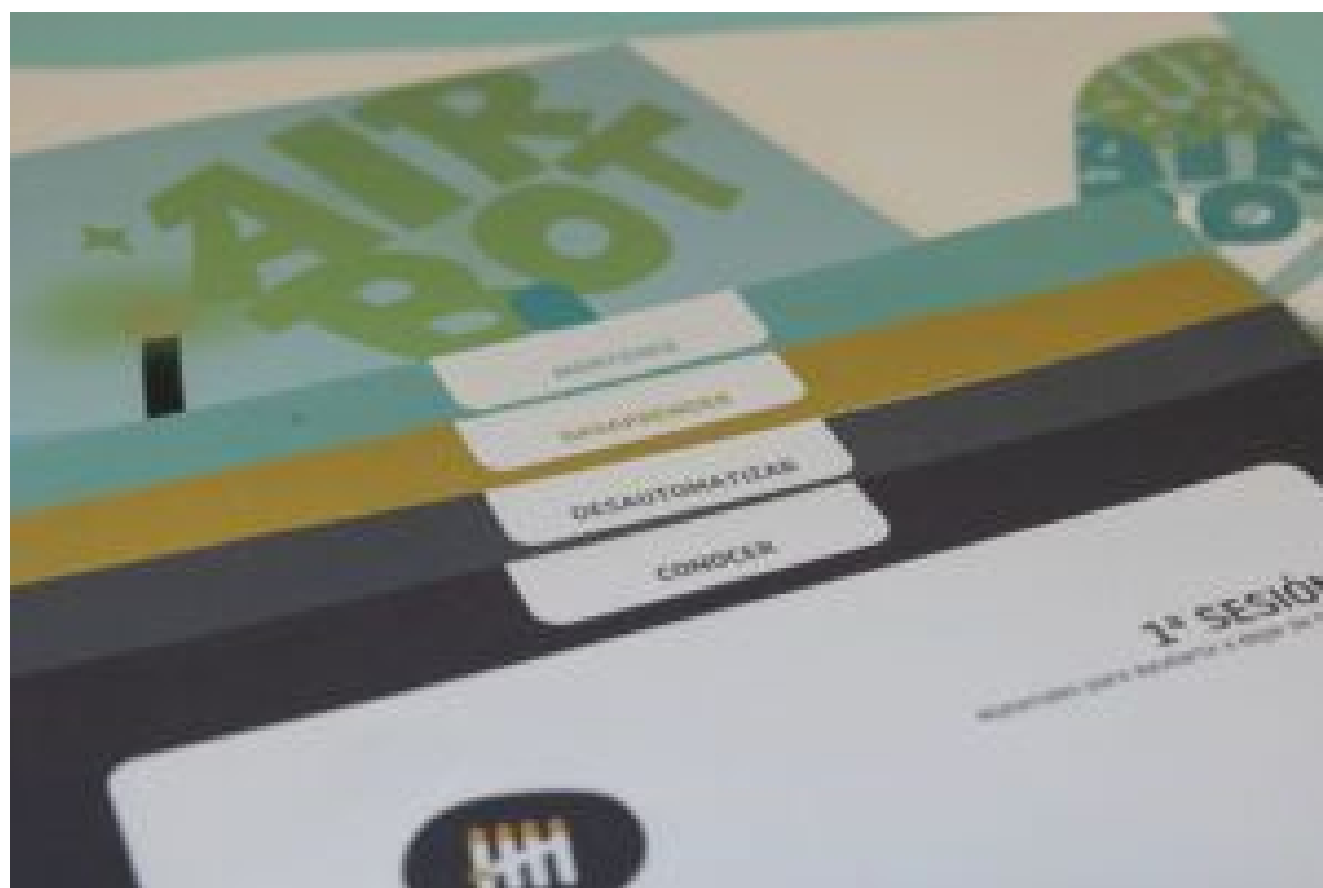
3ª SESIÓN • ¿Habrás dejado de fumar?





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 despiste 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.

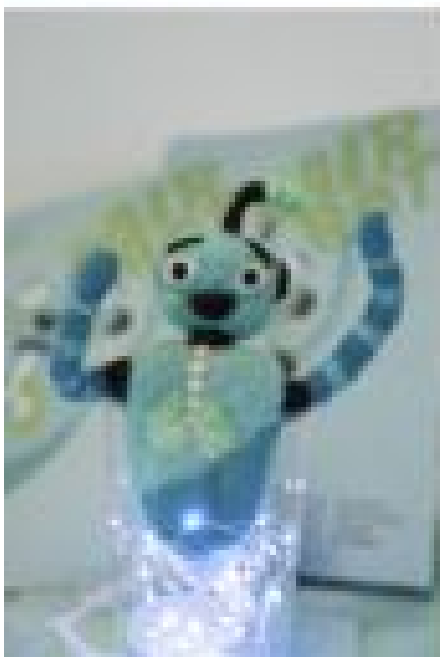


ACCESOAGUÍA&MATERIALES.ASTURSALUD



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!



MANTELITOS FAIR TRADE KAWAII FOOD (ESTRATEGIA NAOS)

Edición 2026

GO!



CARTELES PLATO SALUDABLE (ESTRATEGIA NAOS)

Edición 2026

GO!



Kairos Facilitación Visual identity & Website

This post is published under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives licence. You're very welcome to share [...]

06
Ago



Creatividad para inserción en prensa de COGERSA, Consorcio de Residuos de Asturias

COGERSA renueva su presencia en prensa regional con una creatividad ajustada a su identidad y [...]

11
May



Día Mundial de la Naturaleza & Miss Pastora.'Unforgettable Cow Sketches'.

Efectivamente, por celebraciones no iba a ser. Dos efemérides internacionales en una se acercan, con [...]

23
Feb



Rediseño de carteles & manteles ‘Plato Saludable’ para la Estrategia NAOS. Consejería de Salud

Enfatizar la importancia de educar el paladar para apreciar los sabores naturales de los alimentos [...]

02

Feb



Paneles de señalización de ‘Les castres antigües y ‘La Viesca de ribera’. Ca Viesca. Ecomuséu Ca l’Asturcón

Obviando los efectos que produce la intervención del ser humano en cualquier ecosistema -que le [...]

01
Sep



Branding Ecomuséu Ca l'Asturcón

Continuando con la renovación de imagen de marca 360º que @asturconmuseu pone [...]

01
Sep



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

Cuando fumar se ha vuelto un hábito trastorno crónico, adictivo y recurrente, igual es [...]

02

Jun



Clear Cities press release video project. Emulsa, Gijón

The commission to create Clear Cities communication video arose a few weeks ago when Emulsa [...]

16

May



Identidad visual y web para ‘Puerto Pixueto Gestión de Alojamientos Turísticos’. Cudillero.

¿Tu eres tonto? Para que quieres que vaya gente a arruinar esa maravilla? Es como [...]

04

Abr



Identidad corporativa y aplicaciones para ‘Ultramarinos La Avilesina’, tienda gourmet de productos asturianos.

En diciembre del año pasado inauguraba Ultramarinos La Avilesina, una tienda de alimentación que le [...]

10
Feb



Fiesta Celebración del Taller de Creatividad 2023-24. Huarache & Xalda. ¡Gracias Frida!

Hace unos días nos reuníamos en los prados orientales para hacer gala de fin de [...]

31

Dic



Diseño de packaging Migaya Arte Sano, 'Roconas del Sporting'

Un secreto a voces de Migaya Arte Sano Team para apoyar el deporte regional. La [...]

30
Oct



Diseño de packaging Migaya Arte Sano, 'Rocas Sidreras'

Dando continuidad a la línea de aporte de personalidad visual a varias de las últimas [...]

05
Sep



Diseño de línea de packaging Migaya Origen para las Chapinas

Este es un proyecto muy especial para Migaya. El de unas elaboraciones cuyo lanzamiento se [...]

07

Ago



Taller de ilustración. Colaboración para la creación de álbum, obra colectiva de LIJ del C.P. NSH

El proyecto editorial que desarrollaría el cole constaría de una serie de sesiones junto [...]

28

Jun



Diseño de packaging Migaya Arte Sano, 'Maruxines'

Redescubrir dulces típicamente asturianos profundizando en los sabores que despiertan dentro y fuera de la [...]

10

Jun



Taller de creatividad a través de la expresión plástica. Memoria 2023-24

Un taller sereno y moderado el de este curso. Hemos desarrollado un monográfico sobre la [...]

21

May



Video infográfico de divulgación científica para el proyecto Life Infusion de COGERSA

Hay variedad de posibilidades técnicas -sean analógicas o digitales- que sirven para dar a conocer [...]

02

Abr



Álbum ilustrado 'Los tres cerditos. La increíble historia'. Adaptación a calendario 2024

[...]

15
Ene



Diseño de packaging Migaya Artesano, 'Chocolate a la taza'

El mes pasado leía en la prensa una entrevista a Víctor Manuel donde se refería [...]

21

Dic



Diseño de packaging Migaya Arte Sano, 'Rocas barquilleras'

Migaya Artesano es una empresa familiar que desde su creación en 2020 lleva homenajeando [...]

11

Dic



Logotipado y video para #LlevarnosBienTour, Sexperimentando / Nayara Malnero

Nayara Malnero es psicóloga sexóloga, educadora sexual y comunicadora en salud. Desarrolla su actividad de [...]

16

Nov



Rediseño de identidad, web y adaptación de materiales para la óptica de Trevías. Valdés. (Fase II)

Esta primavera 2023 Eva García Menéndez -la optometrista y audioprotesista de Trevías- rediseñaba su identidad [...]

14
Sep



Fated Design: 'Nuevas' aplicaciones para usos antiguos: 'ON' y el uso del PDF

Valorando el interés mostrado por mi trabajo en el transcurso de la realización de algunos [...]

24

Ago



‘Memoria térmica 2023’. Mural para medianera de edificio de viviendas en Lada, Langreo

Hace un par de semanas Noodle (la gata de la que soy esclava) y [...]

02
Ago



Diseño de identidad del proyecto Ca Viesca, Quintana La Foncalada y Taller Trisquel, áreas del desarrollo integrado del Ecomuséu Ca l'Asturcón

Los proyectos crecen con las personas. A veces desparraman de forma muy parecida a los [...]



Taller de creatividad a través de la expresión plástica. Memoria 2022-23

Érase una vez octubre en el concejo de Cudillero. Y cinco princesas caídas del guindo [...]

4 Comments

29

May



Rediseño de identidad, web y adaptación de materiales para la óptica de Trevías. Valdés.

Es más bien poco o nada reconfortante que tuvieran que ser los telediaros, por alusión [...]

24

May



Creación de identidad y web para AFF, empresa de rehabilitación y construcción de Ribadeo

Un embolado proyectar la imagen de un contratista. Otro embolado que l@s promotor@s que realmente [...]

2 Comments

27

Abr



Sidrafías. Participación del estudio en la exposición

Si es verdad que el territorio asturiano aspira a que la UNESCO declare la sidra [...]

16

Mar



Imagen para el acto de COGERSA en Gijón, ‘II Encuentro de empresas públicas de gestión de residuos de la cornisa cantábrica’.

El diseño de la imagen haría hincapié en los retos que comparten las empresas públicas [...]

24
Feb



Álbum ilustrado y adaptación a mural 'Xurde y el Cuélebre'.

El briefing procedente de las 89.764.576.854.765.486 reglamentaciones que es necesario cumplir, para resumir, argumentaba posteriormente [...]

20

Ene

Identidad corporativa y panelado de señalización de estación de servicio Novellana, Grupo Uro / Cudillero.

¿Por qué iba un@ conductor@ querer parar en una u otra estación de servicio? La [...]

05
Ago



Mural coworking Colabora / Centro Empresas Valdés

Cómo mola cuando el encargo supone tunear tu centro de trabajo en el reacondicionamiento [...]

18
Feb



Imagen exposición 'Pieza Única' 2021

El miércoles inauguraba en Oviedo la exposición de las piezas de artesanía participantes en el [...]

17

Dic



Línea de ilustración de promoción del reciclaje en Asturias

Un proyecto realizado para @katiuskas.creativos, estudio multidisciplinar cracksturiano, a quien agradezco la llamada para colaborar [...]

12
Ago



Imagen para el Festival de Cine LGTBI 2021, Centro Niemeyer

El estudio resulta uno de l@s cuatro afortunad@s para la creación de la imagen del [...]

04

Jun



Turi Taxi Cuideiru: accesibilidad & vacaciones, marchando.

El origen Turi taxi Cuideiru es la actividad profesional de Carolina y otro proyecto profesional [...]

30

Abr



Mármara. Cuando un edificio no es uno más.

Tengo muchas ganas de contaros a cerca de trabajos muy bonitos que están en progreso, [...]

30

Mar



Mascotas corporativas: ¿Y si te están buscando?

Llevo dando la matraca unas cuantas semanas con el tema de airear recursos visuales que [...]

12
Feb



‘La Maquinona. Un viaje orgánico’

‘La Maquinona. Un viaje orgánico’ es un proyecto para EMULSA (empresa municipal de servicios de [...])

24

Nov