

The Interwined Relationship between Tobacco Control and Educational Intervention in Schools

Constantine I. Vardavas,¹ Gregory N. Connolly²

Έλεγχος του Καπνίσματος στα Σχολεία

¹Scientist, Center for Global Tobacco Control, Harvard School of Public Health, Boston, USA

²Professor of the Practice of Public Health, Director, Center for Global Tobacco Control, Harvard School of Public Health, Boston, USA

Smoking is possibly the greatest public health problem faced by not only Greece but also by all of Europe. Smoking as a health hazard affects adults, but also the more vulnerable groups, such as children and adolescents. Specifically, in Greece it is estimated that approximately 40% of the adult population smokes, while studies have shown that smoking rates among adolescents vary between regions and range from 10% to 50% in 15 year-old pupils, depending on their place of residence.¹

Obviously, such smoking rates among Greek adults and adolescents, which are especially high in the urban areas, demonstrate that the necessity for the adoption of comprehensive tobacco control measures. Worldwide, numerous attempts have been made to counterattack the problem. Measures such as comprehensive smoking bans, heavier taxation, mass media campaigns, graphic warning labels on cigarette packs and advertising bans are all methods that have been used, and have been shown to reduce smoking effectively, especially when combined. On the other hand, research has indicated that intervention programmes targeting tobacco habits among young people may also have an effect, by changing smoking behaviour, or increasing the adolescents' cognitive skills, which is an important part of increasing awareness.² The methods employed in the intervention programmes aimed at adolescents play an important role; for example, approaches such as parental involvement or the creation of anti-smoking messages by the adolescents themselves have been found to reduce both smoking rates and the intention to smoke, immediately after the intervention among participants.³ Short-term school based intervention programmes have been used to promote a healthier lifestyle in children and adolescents in Greece in the past with positive results. One specific peer led study invited adolescents in three Greek schools to create and deliver oral and videotaped antismoking messages to other pupils. The initial findings of the assessment of this intervention showed that it produced changes in the pupils' knowledge and behaviour and also in their intention to smoke, but the behaviour changes had disappeared three months later.⁴ Similar findings have been shown in large anti-smoking campaigns, where it was found that smoking rates declined sharply during the

Corresponding author:

Dr Constantine Vardavas
Scientist, Center for Global Tobacco Control
Harvard School of Public Health
Landmark, 3rd Fl East
401 Park Drive, Boston, MA 02215, USA
e-mail: vardavas@hsph.harvard.edu

period of the campaign but rose again after.³

Greece, as a tobacco producing country, where the agricultural produce in some regions is largely tobacco, has a pro tobacco culture. Smoking is a socially accepted habit and is embraced to a large degree by the Greek culture, in which tolerance and free will play an important role. Since culture is a powerful influential factor, more than one means of intervention will be necessary to achieve successful tobacco control. It appears, therefore, that the combination of environmental factors such as family, friends/peers and media provide important influences –within limitations– for effective anti-smoking interventions. Sustained intervention early in life, with interactive and attractive educational material in primary schools, appears to be effective in convincing teenagers to avoid smoking initiation. The “guideline rule” of this type of health programme is to educate and to create a positive impression on pupils and to influence their health-related behaviour, motivating them and guiding them to make appropriate judgements about the effects of lifestyle habits, and specifically the effects of smoking on health and social interaction, using examples that primary school children can understand.

Considering that a substantial percentage of households have at least one parent that smokes, it can be deduced that there is a need for population based anti-smoking campaigns and intervention programmes to be designed so as to have an impact not only on children but also on their parents. Intervention programmes that project the main theme via a population based mass media campaign on television, and also bring it into the high school classroom, could have a positive effect on smoking

habits, as research has shown that adolescents claim to find campaigns addressed to adults just as relevant to themselves.⁵

In conclusion, school based health intervention programmes, when implemented appropriately, may reduce smoking prevalence but can also promote a healthier lifestyle in general, as documented previously in *Nosileftiki*.^{3,6} Since Greece has the highest smoking prevalence in Europe, it is of paramount importance for health promotion and chronic disease prevention that anti-tobacco and health intervention programmes are introduced and applied throughout the primary school curriculum, so as to inspire young children to adhere to a healthier lifestyle.

References

1. Vardavas CI, Kafatos AG. Smoking policy and prevalence in Greece: An overview. *Eur J Public Health* 2006, 17:211–213
2. De Vries H, Mudde A, Kremers S, Wetzels J, Uiters E, Ariza C et al. The European Smoking Prevention Framework Approach (ESFA): Short-term effects. *Health Educ Res* 2003, 18:649–663
3. Thomas R, Perera R. School-based programmes for preventing smoking. *Cochrane Database Syst Rev* 2006, 3:CD001293
4. Koumi I, Tsiantis J. Smoking trends in adolescence: Report on a Greek school-based, peer-led intervention aimed at prevention. *Health Promot Int* 2001, 16:65–72
5. White V, Tan N, Wakefield M, Hill D. Do adult focused anti-smoking campaigns have an impact on adolescents? The case of the Australian National Tobacco Campaign. *Tob Control* 2003, 12:ii23–ii29
6. Ioannidi V, Kalokerinou-Anagnostopoulou A. Health education: An important factor for school education and public health. *Nosileftiki* 2010, 49:113–121

Η Αλληλένδετη Σχέση μεταξύ Ελέγχου του Καπνίσματος και Εκπαιδευτικής Παρέμβασης στα Σχολεία

Constantine I. Vardavas, Gregory N. Connolly

Tobacco Control in Schools

¹Scientist, Center for Global Tobacco Control, Harvard School of Public Health, Boston, USA

²Professor of the Practice of Public Health, Director, Center for Global Tobacco Control, Harvard School of Public Health, Boston, USA

Το κάπνισμα, πιθανόν αποτελεί το μεγαλύτερο πρόβλημα της δημόσιας υγείας, που έχει να αντιμετωπίσει όχι μόνο η Ελλάδα αλλά και ολόκληρη η Ευρώπη. Το κάπνισμα ως απειλή για την υγεία δεν επηρεάζει μόνο τους ενήλικες αλλά και τις πιο ευάλωτες ομάδες, όπως τα παιδιά και τους εφήβους. Συγκεκριμένα, στην Ελλάδα υπολογίζεται ότι περίπου το 40% του ενήλικου πληθυσμού καπνίζει, ενώ μελέτες έχουν δείξει ότι τα ποσοστά του καπνίσματος μεταξύ των εφήβων μαθητών, ηλικίας 15 ετών, διαφέρουν από πόλη σε πόλη και κυμαίνονται, ανάλογα με τον τόπο κατοικίας τους, από 10-50%.¹

Προφανώς, αυτά τα τόσο υψηλά ποσοστά που καταγράφονται μεταξύ των Ελλήνων ενηλίκων και εφήβων καπνιστών, ιδίως σε αστικές περιοχές, αποδεικνύουν την αναγκαιότητα υιοθέτησης ολοκληρωμένων μέτρων για τον έλεγχο του καπνίσματος. Σε παγκόσμιο επίπεδο, καταβλήθηκε μεγάλη προσπάθεια για την αντιμετώπιση του προβλήματος. Μέτρα, όπως η πλήρης απαγόρευση του καπνίσματος, η βαρύτερη φορολογία, οι εκστρατείες στα μέσα μαζικής ενημέρωσης (ΜΜΕ), οι γραφιστικές επισημάνσεις που απεικονίζονται στα πακέτα των τσιγάρων, καθώς και η απαγόρευση της διαφήμισης αποτελούν όλες εκείνες τις μεθόδους που έχουν εφαρμοστεί και έχει αποδειχθεί ότι μειώνουν αποτελεσματικά το κάπνισμα, ειδικά όταν χρησιμοποιούνται σε συνδυασμό. Από την άλλη πλευρά, η επιστημονική έρευνα έδειξε ότι τα προγράμματα παρέμβασης, με στόχο τη συνήθεια του καπνίσματος μεταξύ των νέων ατόμων μπορεί επίσης να φέρουν αποτέλεσμα, αλλάζοντας τη συμπεριφορά ως προς το κάπνισμα ή αυξάνοντας τις γνωστικές δεξιότητες των εφήβων.² Οι μέθοδοι, οι οποίες εφαρμόζονται με τα προγράμματα παρέμβασης και στόχο έχουν τους εφήβους διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο, καθώς προσεγγίσεις, όπως για παράδειγμα η συμμετοχή των γονέων ή η δημιουργία αντικαπνισματικών μηνυμάτων από τους ίδιους τους εφήβους, μεταξύ των συμμετεχόντων έχει βρεθεί ότι μειώνουν τα ποσοστά καπνίσματος, η πρόθεση να καπνίσουν αμέσως μετά την παρέμβαση ελαττώνεται και μια τέτοια προσέγγιση θα μπορούσε να εφαρμοστεί.³ Πράγματι, κατά το παρελθόν, στα σχολεία είχαν εφαρμοστεί βραχυπρόθεσμα προγράμματα παρέμβασης προκειμένου να προωθηθεί ένας περισσότερο υγιεινός τρόπος ζωής σε παιδιά και εφήβους στην Ελλάδα, με θετικά αποτελέσματα. Μια τέτοια

Υπεύθυνος αλληλογραφίας:

Dr Constantine Vardavas
Scientist, Center for Global Tobacco Control
Harvard School of Public Health
Landmark, 3rd Fl East
401 Park Drive, Boston, MA 02215, USA
e-mail: vardavas@hsph.harvard.edu

μελέτη που πραγματοποιήθηκε σε τρία ελληνικά σχολεία, ζήτησε από συνομήλικους εφήβους να δημιουργήσουν προφορικά ή και βιντεοσκοπημένα αντικαπνισματικά μηνύματα και να τα δώσουν σε άλλους μαθητές. Τα ευρήματα που προέκυψαν, οδήγησαν στο συμπέρασμα ότι υπήρχαν αλλαγές αναφορικά με τη γνώση και τη συμπεριφορά των μαθητών, καθώς και με την πρόθεσή τους να καπνίσουν. Ωστόσο, οι αλλαγές στη συμπεριφορά είχαν εξαφανιστεί μετά από 3 μήνες.⁴ Παρόμοιες διαπιστώσεις έχουν αποδειχθεί σε μεγάλες αντικαπνισματικές εκστρατείες, όπου διαπιστώθηκε ότι τα ποσοστά καπνίσματος μειώθηκαν απότομα κατά τη διάρκεια της εκστρατείας, αλλά αυξήθηκαν στη συνέχεια.³

Η Ελλάδα, ως καπνοπαραγωγός χώρα, όπου η αγροτική παραγωγή καπνού σε ορισμένες περιοχές είναι πολύ μεγάλη, έχει προκαπνιστική κουλτούρα. Το κάπνισμα είναι μια κοινωνικά αποδεκτή συνήθεια, όπου η ανεκτικότητα και η ελεύθερη βούληση διαδραματίζουν σημαντικό ρόλο. Δεδομένου ότι η κουλτούρα είναι ισχυρός παράγοντας επιρροής, απαιτούνται περισσότερα του ενός μέσα παρέμβασης για να επιτευχθεί επιτυχής έλεγχος του καπνίσματος. Επομένως, φαίνεται ότι ο συνδυασμός περιβαλλοντικών παραγόντων, όπως είναι η οικογένεια, οι φίλοι/συνάδελφοι, με τα ΜΜΕ παρέχουν σημαντικούς παράγοντες –στο πλαίσιο των ορίων– για αποτελεσματική παρέμβαση αναφορικά με την καταπολέμηση του καπνίσματος. Η έγκαιρη παρέμβαση σε παιδιά σχολικής ηλικίας με διαδραστικό και ελκυστικό εκπαιδευτικό υλικό φαίνεται ότι είναι αποτελεσματική στο να πειστούν οι έφηβοι να αποφύγουν την έναρξη του καπνίσματος. Η «κατευθυντήρια γραμμή» αυτού του τύπου προγράμματος για την υγεία βασίζεται στην εκπαίδευση των μαθητών και στη δημιουργία θετικής εντύπωσης, καθώς και στον τρόπο που μπορεί να επηρεαστεί η συμπεριφορά τους σε σχέση με την υγεία τους, παροτρύνοντας και οδηγώντας τους να κρίνουν ορθά τα αποτελέσματα που προκύπτουν από τις συνήθειες του τρόπου ζωής, ειδικότερα σ' ό,τι αφορά στην επίδραση του καπνίσματος στην υγεία και την κοινωνική αλληλεπίδραση, δίνοντας παραδείγματα που θα μπορούσαν να γίνουν κατανοητά από τα παιδιά του δημοτικού σχολείου.

Εάν λοιπόν ληφθεί υπόψη ότι σε ένα σημαντικό πο-

σοστό των νοικοκυριών, τουλάχιστον ο ένας από τους δύο γονείς καπνίζει, εύκολα γίνεται αντιληπτή η αναγκαιότητα σχεδιασμού αντικαπνισματικών εκστρατειών και προγραμμάτων παρέμβασης που αφορούν όχι μόνο στα παιδιά αλλά και στους γονείς. Τέτοια προγράμματα παρέμβασης, τα οποία φέρουν μέσα στην τάξη την προβαλλόμενη από τα ΜΜΕ αντικαπνιστική εκστρατεία επιτρέπει τη συνέχεια του μηνύματος και θα μπορούσαν να έχουν θετικά αποτελέσματα στον επιπολασμό του καπνίσματος καθώς μελέτες έχουν δείξει ότι οι έφηβοι βρίσκουν εκστρατείες που απευθύνονται σε ενήλικες, εξίσου σημαντικές και για τους ίδιους.⁵

Συμπερασματικά, τα προγράμματα προαγωγής υγείας στα σχολεία, εφόσον εφαρμοστούν σωστά, μπορεί να μειώσουν το ποσοστό καπνίσματος, αλλά και να προωθήσουν έναν πιο υγιεινό τρόπο ζωής, όπως έχει ήδη δημοσιευτεί πρόσφατα στο περιοδικό «*Νοσηλευτική*».^{3,6} Δεδομένου ότι η Ελλάδα κατέχει το υψηλότερο ποσοστό καπνιστών στην Ευρώπη, είναι υψίστης σημασίας να ενταχθούν και να εφαρμόζονται σε όλο το δημοτικό σχολείο προγράμματα προαγωγής υγείας, προκειμένου να εμπνευστούν τα μικρά παιδιά και να εμμένουν σε ένα πιο υγιεινό τρόπο ζωής για την προαγωγή της υγείας και την πρόληψη των χρόνιων νοσημάτων.

Βιβλιογραφία

1. Vardavas CI, Kafatos AG. Smoking policy and prevalence in Greece: An overview. *Eur J Public Health* 2006, 17:211–213
2. De Vries H, Mudde A, Kremers S, Wetzels J, Uiters E, Ariza C et al. The European Smoking Prevention Framework Approach (ESFA): Short-term effects. *Health Educ Res* 2003, 18:649–663
3. Thomas R, Perera R. School-based programmes for preventing smoking. *Cochrane Database Syst Rev* 2006, 3:CD001293
4. Koumi I, Tsiantis J. Smoking trends in adolescence: Report on a Greek school-based, peer-led intervention aimed at prevention. *Health Promot Int* 2001, 16:65–72
5. White V, Tan N, Wakefield M, Hill D. Do adult focused anti-smoking campaigns have an impact on adolescents? The case of the Australian National Tobacco Campaign. *Tob Control* 2003, 12:ii23–ii29
6. Ioannidi V, Kalokerinou-Anagnostopoulou A. Health education: An important factor for school education and public health. *Nosileftiki* 2010, 49:113–121