

Formación:



DESHABITUACIÓN DEL TÁBACO (13h)





Formación:

**DESHABITUACIÓN
DEL TÁBACO (13h)**

 **CATEGORÍA:** Formación Preventiva.

 **OBJETIVOS:**

- ▶ Obtener una visión general del consumo de tabaco.
- ▶ Mejorar el conocimiento sobre los factores que intervienen en su consumo.
- ▶ Profundizar en los efectos del consumo de riesgo o perjudicial del tabaco en los diferentes ámbitos: sociales, laborales y personales.
- ▶ Definir qué es el tabaquismo y aspectos relacionados a tener en cuenta.
- ▶ Aprender a detectar el grado de consumo de tabaco y la dependencia.
- ▶ Informar sobre las posibilidades para dejar de fumar.
- ▶ Mejorar la calidad de vida

 **DIRIGIDO A:** Todo el colectivo de trabajadores, especialmente fumadores.

 **TEMÁTICA:** Formación específica para la deshabituación tabáquica en el ámbito laboral.

 **MODALIDAD:** Semipresencial: Teórico.

 **DURACIÓN:** **13 horas** (2h presenciales y 11h a distancia).