


LAVANGUARDIA para Clarín.com 

TENDENCIAS

## Campaña antitabaco: los españoles recurren a los mensajes de texto, ayuda online y salvapantallas

A pocos días de la prohibición de fumar en los lugares públicos, los españoles invaden Internet y recurren a programas para dejar de fumar a través de sus celulares. Ante la tentación, mandar la palabra "stop" es el primer paso para contenerse de fumar.

Por Alex Barnet.

conexiones@claringlobal.com.ar

La ola producida por la [prohibición del tabaco](#) en los centros de trabajo y en la mayoría de los lugares públicos en España también recorre Internet y se plasma en una abundante oferta de informaciones y métodos para ayudar a los fumadores que quieren abandonar el cigarrillo. La puesta en marcha por el [Hospital Carlos III de Madrid](#) de un plan online gratuito denominado [www.vidasintabaco.com](http://www.vidasintabaco.com), que atenderá a 50.000 personas al año, y la propuesta de pago de [www.conelmovil.com](http://www.conelmovil.com), basada en el envío de SMS por móvil, son algunas de las novedades destacables en este escenario. Tampoco faltan los fondos de pantalla con leyendas como "¡No fumes, papá!", que pueden descargarse y regalarse vía teléfono móvil, pagando el coste del mensaje.

Conelmovil.com usa la tecnología y los conocimientos de [Miguel Masgrau](#), experto en tabaquismo y autor del libro [El placer de dejar de fumar](#). El sistema empieza con la decisión del usuario sobre el día que quiere dejar de fumar. Una semana antes de la fecha elegida debe enviar un SMS con la palabra "stop" cada vez que enciende un cigarrillo y como respuesta recibe un mensaje. Cuando vence la tentación, debe enviar un mensaje con la palabra "adelante" a la hora en que habitualmente consumía su primer pitillo y recibe una respuesta de apoyo y de felicitación.

Otra de las novedades tecnológicas contra el tabaco son los fondos de pantalla para móvil con lemas y frases alusivos al tema. Estos no son más que algunos de los puntos antitabaco que se encuentran en Internet y que los usuarios pueden usar, sin olvidar nunca que no deben prescindir de la consulta directa con el médico.