

INTERVENCIÓN CLÍNICA BREVE EN CESACIÓN



Toda consulta clínica debe incluir identificación del consumo y una intervención breve de cesación.



El tabaquismo es una enfermedad y una de las principales causas de muerte prevenible a nivel mundial.



El tabaco causa más de 7 millones de muertes al año en el mundo y 1.6 millones por exposición de segunda mano.



Ha disminuido el consumo de cigarrillo convencional en adultos, pero han aumentado nuevas formas de consumo en jóvenes (dispositivos electrónicos).



Paciente → Consulta → Intervención clínica breve

La independencia al tabaco y a la nicotina debe abordarse como una condición crónica tratable. La OMS recomienda que el consejo breve se ofreciera de forma rutinaria a todas las personas usuarias de tabaco en cualquier entorno de atención.

MODELO 5A

Para personas motivadas para dejar de fumar

AVERIGUAR



Preguntar de manera respetuosa si fuma, utiliza producto de vapear (sucos, cigarrillos electrónicos) o ha estado expuesto a humo de segunda mano.

Valoración de dependencia

Elemento	Contenido
Pregunta	¿Cuántos cigarrillos fuma al día y desde hace cuántos años?
Fórmula IPA	Índice paquetes-año (IPA) = (cigarrillos al día x años fumando) / 20

Grado de tabaquismo	Paquetes-año
Leve	< 5
Moderado	5 - 15
Grave	16 - 25
Muy grave	> 25

ACONSEJAR



Brindar un consejo breve de cesión que sea:

- Claro
- Sencillo
- Firme
- Personalizado
- ofreciendo ayuda

APRECIAR



Valorar la motivación para dejar de fumar:

1. ¿Quiere dejar de fumar?
 2. ¿Cree que podrá lograrlo?
- Identificar si la persona está:

PREPARADA

NO PREPARADA

AYUDAR



Si la persona están preparada, ayudar a elaborar una con la estrategia "STAR".

S	Seleccione una fecha para abandonar en las próximas 2 semanas.
T	Transmita la información y pida apoyo.
A	Anticipe los desafíos del intento de abandono.
R	Retire los productos de tabaco del entorno y convierta su hogar en un espacio libre de humo.

ARREGLAR



Organizar el seguimiento, especialmente durante las primeras dos semanas, cuando pueden presentarse recaídas.

Opciones de seguimiento

- Consulta presencial
- Teleorientación o teleconsulta
- Líneas de ayuda
- Correo electrónico



Las primeras 3 Aes corresponden a atenciones básicas; las últimas 2 Aes, a atenciones intermedias.

SI LA PERSONA NO DESEA DEJARLO: INTERVENCIÓN MOTIVACIONAL

Para personas ambivalentes o no motivadas

MODELO 5A

RELEVANCIA



¿Para usted, qué sería lo más importante de dejar de fumar?

RIESGOS



¿Qué sabe usted acerca de los riesgos del tabaquismo para su salud?

RECOMPENSAS



¿Cuáles serían los beneficios de dejar de fumar?

RESISTENCIAS



¿Qué sería para usted lo más difícil para dejar el tabaco?

REPETICIÓN



Repetir la evaluación y la intervención motivacional en una visita posterior.

PRINCIPIOS GENERALES DE LA ENTREVISTA MOTIVACIONAL



- Expresar empatía
- Crear discrepancia
- Evitar la discusión
- Darle un giro a la resistencia
- Fomentar la autoeficacia

TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO EN CESACIÓN DEL TABACO



Debe ser parte de una estrategia organizada, cuya prescripción debe hacerse en el momento adecuado de cada paciente y de acuerdo al estado de dependencia en que se encuentre.

Cesación del Tabaco = Apoyo Clínico + Tratamiento Adecuado

El tratamiento farmacológico no se usa de forma aislada. Debe integrarse al abordaje clínico de la cesación, según las necesidades y el nivel de dependencia de cada persona.

INTERVENCIONES FARMACOLÓGICAS EFICACES

Medicamentos de Primera Línea

TRATAMIENTO SUSTITUTIVO CON NICOTINA (TSN)



Chicle de nicotina



Parches de nicotina



Atomizador nasal de nicotina



Inhalador de nicotina



Pastilla de nicotina / comprimido sublingual

OTROS MEDICAMENTOS DE PRIMERA LÍNEA



Bupropión



Varenicolina



Citisina



MENSAJE CLAVE

La elección del tratamiento farmacológico debe realizarse de manera individual, según el momento clínico y el estado de dependencia de la persona, y siempre dentro de una estrategia integral de cesación.

El Tratamiento Adecuado Puede:



Disminuir el deseo y los síntomas de abstinencia



Aumentar la probabilidad de abandono exitoso del tabaco



Mejorar la salud y la calidad de vida



Reducir el riesgo de enfermedad y muerte



El tratamiento farmacológico debe indicarse y supervisarse por un profesional de la salud.