

Deshabitación tabáquica en una paciente asmática

Dra. Rodríguez Ramos, R ; Dra. Gallego Valdeiglesia, A; Dra. Díaz Fernández, S; Dra. Barcia Losada, A



- ⇒ El tabaquismo afecta novivamente al organismo a nivel sistémico.
- ⇒ Desde todos los niveles asistenciales sanitarios debe ser una prioridad promover su abandono mediante el consejo y orientación del paciente.
- ⇒ Atención Primaria tiene un papel primordial, ya que permite el abordaje precoz y el seguimiento continuado.

- Mujer de 37 años. Fumadora de 30 cigarrillos/día desde los 14 años.
- Asma a tratamiento crónico. Numerosas asistencias a Atención Primaria y a Urgencias por agudizaciones e infecciones respiratorias, algunas con ingreso .
- Se encuentra en fase contemplativa para el abandono.
- Se le propuso un plan de deshabitación, con consultas quincenales presenciales y telefónicas ante cualquier duda, que consistían en: lectura informativa, registro del consumo, reducción progresiva, ejercicios de desautomatización, tratamiento farmacológico y, una vez preparada, abstinencia. Presentó riesgo de recaída en una ocasión que se evitó prolongando el tratamiento farmacológico.
- Actualmente:
 - Abstinencia desde hace 12 meses.
 - Presentó solo una agudización leve. Apenas usa el broncodilatador de rescate.

Preguntas	Respuestas	Puntos
¿Cuánto tiempo pasa desde que se levanta hasta que fuma el 1º cigarro?	≤ 5 minutos	3
	6 - 30 minutos	2
	31 - 60 minutos	1
¿Cuál es el cigarro que más necesita?	> 60 minutos	0
	Primero de la mañana	1
¿Nº cigarros/día?	Cualquier otro	0
	< 10 cigarros/día	0
	11 - 20 cigarros/día	1
	21 - 30 cigarros/día	2
Total puntuación	> 30 cigarros/día	3
	5 - 7 = dependencia ALTA	
	3 - 4 = dependencia MODERADA	
	0 - 2 = dependencia BAJA	



Palabras clave: deshabitación tabáquica, atención primaria, tabaco, asma

- 1# Elaboramos la historia tabáquica del paciente.
 - > En este caso un alto grado de dependencia y a la vez de motivación, es decir, en *fase contemplativa*.
 - 2# Debemos pasar a la *preparación* de nuestra paciente para luego ir a...
 - 3# La *acción* mediante diferentes técnicas .
 - 4# Una vez abstinente asegurar el *mantenimiento*.
- Durante este proceso se sigue al paciente de cerca de forma programada y presencial.

