

# EXPRESS READ SEMERGEN



## en tabaquismo

### RECOMENDACIONES PARA LA IDENTIFICACIÓN DE FUMADORES EN UNA CONSULTA DE ATENCIÓN PRIMARIA

Dr. Raúl de Simón Gutiérrez  
*Médico de familia. Centro de Salud Luis Vives,  
Alcalá de Henares. Coordinador del Grupo de  
Trabajo de Tabaquismo de SEMERGEN*



Los **principales objetivos** de una intervención breve en Atención Primaria se dirigen a identificar el mayor número de fumadores posible<sup>1,2</sup>:



### **AYUDANDO**

a los que quieren dejar de fumar



### **MOTIVANDO**

a los que no quieren dejarlo



### **PREVINIENDO**

la recaída en los exfumadores

**1**



**Integra preguntas sobre el consumo de tabaco de manera normalizada en las entrevistas a pacientes.**

Utiliza preguntas sencillas y universales como “¿Fuma o ha fumado alguna vez?”, sin juzgar al paciente.

**2**

## **Registra el consumo de tabaco y su carga acumulada en el tiempo con índices como el de paquetes-año.**

Para calcular un paquete-año, multiplica la cantidad de cigarrillos que el paciente fuma por día por el número de años que ha fumado y luego divide el resultado por 20 (el número de cigarrillos en un paquete estándar).

**3**

## **Emplea técnicas motivacionales en la interacción con los fumadores.**

Ello permite identificar y tratar el tabaquismo de manera efectiva y no crítica, incluso si el paciente no lo menciona espontáneamente.

4



## **Realiza una búsqueda activa y periódica de fumadores.**

En cada consulta pregunta sobre el consumo de tabaco, incluso si no parece relevante en ese momento. Si bien no todas las enfermedades están directamente relacionadas con el tabaquismo, muchas podrán beneficiarse de una intervención preventiva.



**5**

## **Busca apoyos y alianzas en los entornos familiares.**

La familia juega un papel crucial en el plan terapéutico de un fumador que desea dejar de fumar. El apoyo emocional cercano, motivando y reforzando la decisión de la persona de dejar de fumar, resultará clave en sus posibilidades de éxito.

**6**

## **Usa carteles y material educativo en tu consulta y sala de espera.**

Disponer de material informativo sobre los riesgos del tabaquismo y los recursos existentes para dejar de fumar puede facilitar la conversación sobre el tema. Esto también puede ayudar a normalizar el hecho de que este es un motivo de consulta habitual.

7



## **Involucra a otros profesionales de la salud.**

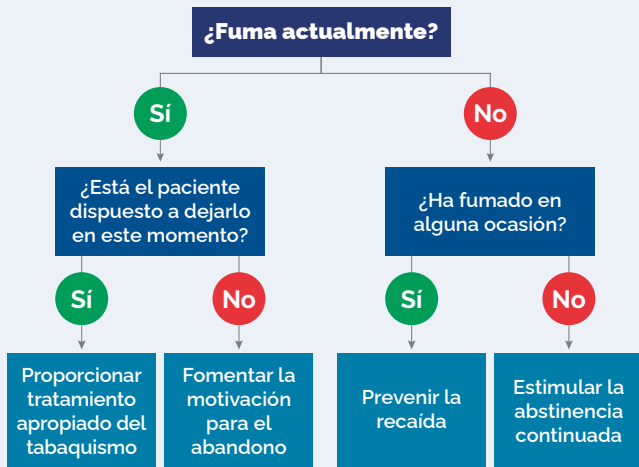
Trabaja en equipo implicando a enfermeras, farmacéuticos y otros profesionales en la identificación y el tratamiento del tabaquismo. A menudo, los pacientes se sienten más cómodos al hablar con diferentes miembros del equipo de salud, lo que puede mejorar las tasas de detección.



## ¿Y si el fumador NO QUIERE dejar de fumar<sup>3</sup>?

- **Empatiza con el fumador y evita juzgarlo.** Crea un ambiente amigable para la conversación donde se hable del tabaquismo de forma abierta y sin prejuicios.
- **Anima al cese del tabaco mostrando tu disposición futura a ayudarlo,** independientemente de su disposición frente al cambio.
- **Utiliza técnicas basadas en la entrevista motivacional,** ayudando a la persona a explorar sus ambivalencias y a encontrar y fortalecer sus propias razones para dejar de fumar.





Modificada de: Jiménez Ruiz CA, Jaén CR (coords.). Guía de tratamiento del tabaquismo. Barcelona: Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR); 2010.

### Referencias bibliográficas:

1. Fiore MC, Jaén CR, Baker TB, et al. Treating Tobacco Use and Dependence:2008 Update. Clinical Practice Guideline. Rockville, MD: U.S. Department of Health and Human Services. Public Health Service. May 2008.
2. Díaz-Maroto Muñoz JL, de Simón Gutiérrez R, Bassa Massanas A, Casasola Valero MS, González Béjar M, et al. Tabaquismo. Madrid: SEMERGEN; 2017. ISBN: 978-84-943457-8-4.
3. Moore P, Pavié J, Véjar L, Corvalán MP. Consejería y entrevista motivacional para reducir el consumo de tabaco. Rev Chil Enferm Respir. 2017;33(3):193-200.

Con el patrocinio de:

