

LA INTERVENCIÓN DE ENFERMERÍA EN TABAQUISTAS ACTIVOS Y PASIVOS

El personal de enfermería juega un papel fundamental dentro del personal sanitario que al cabo de los años ha tomado relevancia en la lucha anti tabáquica.

Los enfermeros deben ser un ejemplo y modelo de la salud, su labor debe ser consecuente sabiendo que son tomados en muchos casos como ejemplo de sus pacientes y que sus consejos claros y precisos pueden hacer que un fumador deje de fumar.

El tabaquismo es una adicción que resulta perjudicial no solo para los fumadores sino también para los no fumadores. Esta adicción es la principal causa de muerte prevenible. Los enfermeros desde su rol de educadores en prevención y promoción de la salud realizan intervenciones mínimas de no más de 5 minutos en cesación, que tienen como objetivo hacer que los fumadores activos dejen de fumar. La intervención mínima sistematizada es una herramienta económica que insume poco tiempo al profesional, es accesible para todos los profesionales y tiene un alto impacto en la sociedad.

Estas intervenciones, que pueden ser de gran impacto en el fumador se basan en solo 5 acciones:

- Averiguar: si fuma y que tipo de fumador es.
- Aconsejar: Brindando mensajes claros y contundentes sobre los beneficios de dejar de fumar.
- Apreciar: Valorando la disposición de los pacientes para dejar de fumar.
- Ayudar: Al paciente en el camino del abandono del tabaco, guiándolo hacia talleres de cesación tabáquica.
- Acordar: nuevos encuentros para ayudarlo en su plan de cesación

En el ámbito hospitalario, al educar se crean oportunidades de aprendizaje para facilitar cambios de conducta o estilos de

vida saludables. Dado que el tabaquismo es considerado una enfermedad en los adultos y también en los niños que se encuentran expuestos de forma pasiva es fundamental cambiar las conductas de riesgo de los individuos. En este marco, desde la enfermería podríamos considerar este decálogo de intervención para pacientes fumadores o padres de niños hospitalizados:

Decálogo de la intervención de enfermería para dejar de fumar:

1. Conversar con el paciente sobre los beneficios de dejar de fumar a corto y largo plazo.
2. Motivarlo a realizar cambios conductuales que lo ayuden para el logro de su objetivo.
3. Invitarlo a que asista a los talleres de cesación tabáquica.
4. Informarle que existen tratamientos para ayudarlo con el síndrome de abstinencia.
5. Capacitarlo con el uso de la planilla, para reducir el consumo.
6. Realizar el test de adicción de la nicotina.
7. Cuantificar el monóxido de carbono de aire espirado.
8. Identificar el grado de motivación.
9. Realizar la valoración de enfermería y seguimiento individualizado.
10. Animarlo y felicitarlo por cada logro.

Dado que el tabaquismo es considerado una enfermedad pediátrica donde los niños se encuentran expuestos de forma pasiva y muchos de ellos comienzan a fumar en la etapa escolar y adolescencia es fundamental cambiar las conductas de riesgo de los individuos, es por ello que enfermería diseñó un cuento con sonido, cuyo protagonista es un niño llamado “Pedrito” cuenta su vivencia con su papá fumador, e investiga y descubre el daño que provoca el tabaco. El objetivo de esta herramienta es que los niños se informen, se cuiden y no se expongan a los tóxicos.

Existen evidencias científicas, en la cual se observa que un consejo aislado provocó el 11% de abstinencia, es un porcentaje de éxito, sobre los consejos del personal sanitario, por esta razón, todos los profesionales de enfermería que tenemos contacto con el paciente y familia podremos realizar intervenciones más efectivas ya que la información brindada por nosotros produciría un impacto positivo antitabaco en el marco asistencial diario.

Por tal motivo, y con vasta evidencia de que la Terapia de Reemplazo Nicotínico (TRN) duplica la chance de éxito de dejar de fumar, en un paciente motivado y decidido, es de buena práctica que el personal de enfermería esté educado en el uso de las distintas formas de TRN como medicación de primera línea para el manejo de la dependencia química, sugiera su utilización y controle la misma con el objetivo de asistir y acompañar el tratamiento, logrando así una mayor adherencia con mayor tasa de éxito, en los distintos ámbitos de asistencia donde la enfermería siempre está presente.

Lic. Miriam Di Loretto
Lic . Lorena Gonzalez

Bibliografía: O. García-Algar, S. Pichini, R. Pacifici, E. Castellanos. Consejo médico para promover el abandono del consumo de tabaco en el embarazo: guía clínica para profesionales sanitarios. Atención Primaria, Volume 32, Issue 8, Pages 481-491 Asat, Asociación Argentina de R=Tabacología. Multiple Abordaje del Tabaquismo. Universidad del Salvador. 2016; 47-51 | Jimenez Ruiz, Karl O Fagerstrom . Tratado de tabaquismo 3er Edición Althabe Fernando, Colomar Mercedes, Gibbons Luz, Belizan José M., Buekens Pierre. Tabaquismo durante el embarazo en Argentina y Uruguay. Medicina (B. Aires) [Internet]. 2008 Feb [citado 2017 Jul 02]; 68(1): 48-54. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0025-768020. ² M. TORRECILLA García, M. Barrueco Ferrero., JA. Maderuelo Fernandez, CA. Jiménez Ruiz, MD. Plaza. Deshabitación tabaquica en una consulta de atención primaria: eficacia del consejo médico, la intervención mínima y la terapia sustitutiva con nicotina al año de seguimiento. Atención primaria 27(9), 629-636, 2001.