

INTERVENCIONES EN TABAQUISMO PARA FARMACÉUTICOS

El tabaquismo constituye hoy en día una de las principales causas de morbi-mortalidad en todo el mundo. Alrededor de la mitad de las personas que consumen tabaco morirán a causa de algunas de las múltiples enfermedades que produce dicho consumo.¹

El tabaquismo es la enfermedad asociada a la dependencia a la nicotina (OMS, 1984). La nicotina es una sustancia psicoactiva, altamente adictiva como la cocaína y la heroína. Para algunos fumadores, dejar de fumar de forma definitiva es un acto casi instantáneo. Pero para otro gran número de fumadores, dejar de fumar se torna muy dificultoso, a pesar de conocer los daños del tabaco o aún padeciendo enfermedades debidas al mismo. En estos casos, el abandono tabáquico es un proceso que requiere de ayuda para lograrlo.²

Los fumadores que se encuentran en un plan solitario de abandono, pueden concurrir a la farmacia que es más rápido y práctico que solicitar un turno médico la mayoría de las veces. Aquí se encuentra el desafío del farmacéutico en aprovechar la oportunidad que se le presenta. Con una adecuada intervención pueden ser capaces de lograr que muchos de los que se acercan dejen de fumar. La clave está fundamentalmente en conocer su estado de abstinencia y contar con los elementos para sobrellevarla. En primer lugar, promover la consulta con un profesional especialista en cesación tabáquica sería recomendable y explicar que se cuentan con

varios tratamientos que hasta duplican las chances de dejar de fumar. En segundo lugar interrogar, motivar, sumar motivaciones o razones para dejar de fumar (desde los más severos para la salud hasta el aspecto de la piel, o desde la libertad de no depender hasta el costo económico de fumar), exponer los beneficios del abandono. En tercer lugar, ofrecer tips para no fumar desde evitar exponerse a otros fumadores los primeros días hasta estrategias para desenfocar como tomar agua, respirar hondo, relajarse, buscar aliados en la familia y los amigos.³

En cuarto lugar, ofrecer reemplazo nicotínico adecuado para cada paciente. Para ello con sólo interrogar el grado de dependencia física y de abstinencia puede orientar a la elección de la forma de reemplazo y a la dosis adecuada. (ver capítulo reemplazo nicotínico). Explicar a los pacientes cómo actúa y la ayuda que brinda es fundamental para la aceptación.

Desde el lanzamiento de la Red Mundial de Farmacéuticos contra el Tabaco, en Helsinki, en agosto de 2003, la Federación Farmacéutica Internacional (FIP) ha participado en muchas iniciativas nuevas para abandonar la adicción al tabaco. Durante el congreso, celebrado en 2003 en Sydney, Australia, la FIP adoptó la Declaración de principios sobre el papel del farmacéutico en la promoción de un futuro libre de tabaco. La declaración incluye recomenda-

ciones tanto para las organizaciones farmacéuticas como para los farmacéuticos a título individual para ayudar a las personas que desean dejar de fumar, y alentar a otros a hacerlo. En el 2004 se organizó una reunión de la Red Mundial de Farmacéuticos contra el Tabaco de la FIP. En la reunión se discutieron iniciativas emprendidas por los farmacéuticos para ofrecer servicios de abandono de la adicción al tabaco, así como educación y formación para dicho propósito. Durante el mismo congreso, la federación también emitió un comunicado de prensa denominado **‘La FIP exhorta a prohibir fumar y vender tabaco en las farmacias’**. Los farmacéuticos son profesionales sanitarios que abarcan una gran parte del mejoramiento de la salud de la población. En Argentina, la participación sería de gran contribución comenzando por la ratificación del Convenio Marco para el Control del Tabaco de Argentina por parte de las Asociaciones y Sociedades científicas farmacéuticas.

Dr. Guillermo Espinosa
Dra. Liliana Aslanian

Bibliografía: 1- Capítulo 17. Libro “Multiple Abordaje del Tabaquismo” AsAT. Coordinadoras Medin María Ines, Di Loretto Miriam. Editorial USAL 2016. 2- La función de los profesionales de la salud en el control del tabaco. OPS Pagina [18]. Federación Farmacéutica Internacional (FIP), página electrónica: www.pharmacistsagainsttobacco.org. 3- Libro Tratamiento del Tabaquismo. Grantahi. Karina Bakalar. Delhospitaleediciones 2013.