

Grado de dependencia al tabaco y motivación para dejar de fumar

Resumen

Autor: Sánchez Díaz, M^a Cristina

La educación para la salud es una herramienta fundamental en Atención Primaria ya que promueve estilos de vida saludables favoreciendo la seguridad de los pacientes.

Introducción

El tabaco es una de las sustancias más tóxicas consumidas en nuestra sociedad siendo la causa de muerte más prevenible en la actualidad. Conlleva elevados gastos de salud pública relacionados con el tratamiento de enfermedades que provoca, además de muerte prematura, ya que mata a las personas en la cúspide de su vida productiva, privando a las familias de su sustento y a la sociedad de una fuerza de trabajo sana. Estos trabajadores son menos productivos durante su vida debido a su mayor vulnerabilidad a las enfermedades.

En el trabajador, disminuye la habilidad manual y los reflejos de alerta, aumenta el cansancio muscular provocando fatiga anormal y prematura, mayor tendencia al sueño, además de una mayor dificultad para concentrarse que una persona no fumadora, facilitando las distracciones.

Metodología

Estudio cualitativo descriptivo utilizando como herramientas los test heteroadministrados: test de Fagerström, para conocer el nivel de dependencia a la nicotina, y el test de Richmond que valora el grado de motivación para dejar de fumar.

Población: Trabajadores de una empresa del sector servicios

Criterios de inclusión: fumadores, quedando de esta manera 16 personas para el estudio.

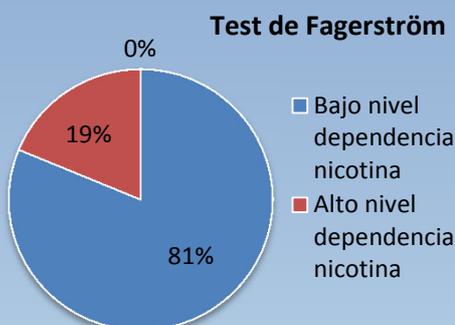
Variables: Nivel dependencia nicotina, motivación para dejar de fumar

Objetivo

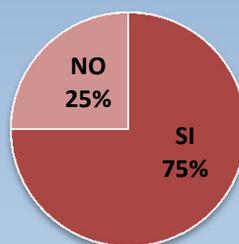
Valorar el nivel de dependencia a la nicotina y el grado de motivación para dejar de fumar en los trabajadores de una empresa del sector servicios.

Resultados

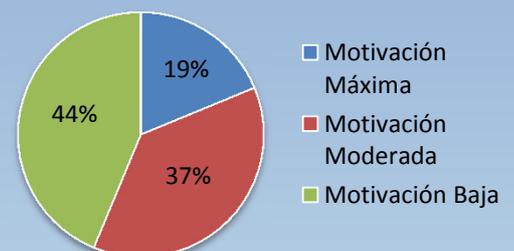
Expresados en los gráficos:



¿Quiere dejar de fumar?



Test de Richmond



Relación nivel dependencia nicotina y motivación para dejar de fumar



Conclusiones

- A pesar de que la mayoría de los fumadores quieren dejar de fumar no están lo suficiente motivados.
- Por ello, el consejo sanitario es la medida más eficaz, sencilla y menos costosa para el abandono del consumo de tabaco.
- Se debe promover la salud de los trabajadores realizando intervenciones de prevención primaria, secundaria y terciaria para evitar y disminuir el hábito tabáquico, así como abordar las posibles recaídas.

Bibliografía

- Córdoba, R. Martín, C. Casas, R. Barbera, C. Botaya, M. Hernández, A. Jane, C. Valor de los cuestionarios breves en la predicción del abandono del tabaco en atención primaria. *Aten Primaria* 2000 Ene; 25(1):32-6
- Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica. *Manual del Tabaquismo*. Ed: Masson 2002