

# MOTIVACIÓN PARA EL ABANDONO DEL HÁBITO TABÁQUICO EN UN GRUPO DE PACIENTES HIPERTENSOS

**AUTORES:** Laura Ruiz Martín; Rosa M<sup>a</sup> Rodríguez Pérez; Triana Sáez Ballesteros

## INTRODUCCIÓN

El tabaquismo es una enfermedad crónica que constituye la primera causa evitable de muerte en los países desarrollados. Dentro de los profesionales sanitarios, el personal de Enfermería juega un papel fundamental tanto en la identificación de los fumadores, como en el consejo sistemático del abandono o en el apoyo para dejar de fumar.

## OBJETIVO

Analizar la eficacia de un programa educativo para aumentar la motivación para dejar de fumar en un grupo de pacientes hipertensos con dudosa motivación para el abandono del tabaco.

## METODOLOGÍA

Se trata de un estudio piloto prospectivo. Donde se realizó el "Test de motivación para dejar de fumar de Richmond" antes y después de una intervención educativa para mejorar la motivación del abandono tabáquico, en una muestra de 45 participantes (en un Centro de Atención Primaria del área de Granada, durante los meses de febrero-marzo de 2013), que cumplieron los siguientes criterios de inclusión: mayor de 18 años, padecer Hipertensión arterial y tener una puntuación entre 4-5 (motivación dudosa) en el test de Richmond.

### TEST DE MOTIVACIÓN PARA DEJAR DE FUMAR –RICHMOND-

**Población diana:** Población general fumadora. Se trata de un test heteroadministrado con 4 ítems que permite valorar el grado de motivación para dejar de fumar. El rango de puntuación oscila entre 0 y 10, donde el ítem 1 puntúa de 0 a 1 y el resto de 0 a 3. Los puntos de corte detectados sobre la asociación del nivel de motivación y el cese del hábito tabáquico son de 0 a 3: nulo o bajo, de 4 a 5: dudoso, de 6 a 7: moderado (con necesidad de ayuda), y de 8 a 10: Alto.

PREGUNTAS	RESPUESTAS	PUNTOS
1. ¿Le gustaría dejar de fumar si pudiera hacerlo fácilmente?	No	0
	Sí	1
2. ¿Con qué ganas de 0 a 3 quiere dejarlo?	Nada	0
	Poca	1
	Bastante	2
	Mucha	3
3. ¿Intentará dejar de fumar en las próximas dos semanas?	No	0
	Dudoso	1
	Probable	2
	Sí	3
4. ¿Cree que dentro de 6 meses no fumará?	No	0
	Dudoso	1
	Probable	2
	Sí	3
<b>Puntuación Total</b>		

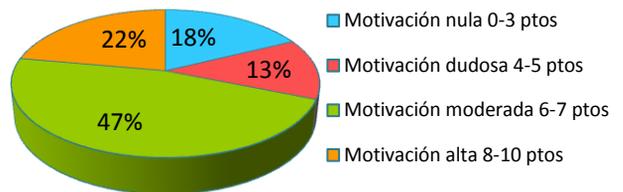
## Procedimiento

### Intervención educativa

- Entrevista motivacional
- Talleres grupales: una sesión a la semana de una hora (6-7 sesiones). Entre las actividades desarrolladas se encuentran:
  - Elaboración lista de ventajas sobre el abandono del hábito tabáquico.
  - Información sobre el tabaco y sus efectos directos sobre la hipertensión arterial.
  - Ejercicios de relajación y respiración.
  - Estrategias para la prevención de la recaída.

Análisis de los datos mediante el programa estadístico SPSS 17.0

### % participantes según Motivación para dejar de fumar tras la intervención educativa



## RESULTADOS

Tras la intervención educativa se logró un aumento de la motivación para dejar de fumar en un 69% de los participantes, mientras que hubo un 18% de participantes con motivación nula o que abandonó las sesiones antes de finalizar la intervención.

## CONCLUSIONES

Los resultados del estudio indican los beneficios potenciales del consejo o asesoramiento que las enfermeras brindan a los pacientes hipertensos, dentro del marco de una intervención de educación sanitaria, para el abandono del hábito de fumar.

## BIBLIOGRAFÍA

- Rice VH, Stead LF. Intervenciones de enfermería para el abandono del hábito de fumar (Revisión Cochrane traducida). En: *La Biblioteca Cochrane Plus*, 2008 Número 4. Oxford: Update Software Ltd. Disponible en: <http://www.update-software.com>.
- Córdoba R, Martín C, Casas R, Barberá C, Botaya M, Hernández A, Jané C. Valor de los cuestionarios breves en la predicción del abandono del tabaco en atención primaria. *Atención Primaria* 2000; 25(1): 32-36.
- Lekuona I, Salcedo A, Morillas M, Umaran J. Tabaco y enfermedad arterial no coronaria. Intervenciones para el abandono del hábito tabáquico. *Rev Esp Cardiol Supl.* 2009;9:39D-48D