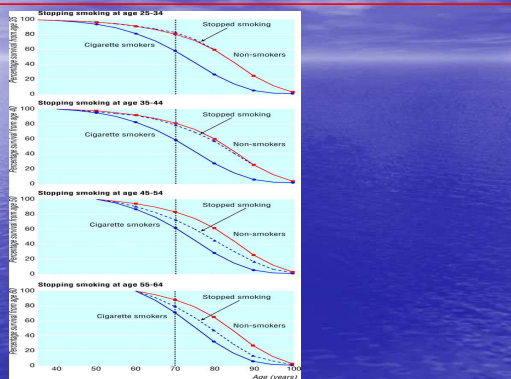


# TRATAMIENTO DEL TABAQUISMO

## PRINCIPIOS GENERALES

- Fumar es la primera causa de muerte prematura
- La gran mayoría de los fumadores son adictos al tabaco
- La adicción al tabaco es una enfermedad crónica tratable
- El tratamiento previene la muerte prematura con un coste por 'QALY' de entre 400 y 1500 €

## DEJAR DE FUMAR Y SUPERVIVENCIA



## ¿CUANDO ES DEMASIADO TARDE?

- ¿Después de desarrollar una enfermedad crónica?

Después de un IM, dejar de fumar disminuye la mortalidad CV un 36%

Con EPOC, dejar de fumar enlentece la pérdida de función respiratoria

Los fumadores tienen peor respuesta a la quimioterapia

## PERSPECTIVA DE CESACIÓN

- 70% de los fumadores quieren dejarlo
- 40% hace un intento de cesación al año
- Pocos logran la abstinencia al año
  - 5% sin ayuda
  - 30% con tratamiento
  - Sólo 25% de los que intentan piden ayuda

## ¿POR QUÉ SIGUEN FUMANDO?

- Dependencia a la nicotina
- Factores psicológicos
- Comorbilidad psiquiátrica:
  - Depresión
  - Esquizofrenia
  - Abuso de otras sustancias

## EFFECTOS DE RECOMPENSA DE LA NICOTINA

- Incremento de la capacidad motora.  
5 a 55 minutos tras fumar
- Incremento del estado de alerta.  
F. Reticular → Nuc. Meynert → Neur. sensitivas corticales  
Consecuentemente la capacidad de retención.
- Mejoría del estado de humor  
Liberación de dopamina, inhibición de la MAO
- Modificaciones neuroendocrinas  
Aumento de cortisol, movilización de glucosa, ...

## TEST DE FAGERSTROM (FTND)

- 1.- ¿Cuántos minutos pasan entre el momento de levantarse y fumar el primer cigarrillo?  
3.- 5 ó menos.      2.- De 6 a 30.  
1.- De 31 a 60      0.- Más de 60.
- 2.- ¿Encuentra dificultad para abstenerse de fumar en lugares donde está prohibido?  
1.- SI      0.- NO
- 3.- ¿Qué cigarrillo le costaría más abandonar?  
1.- El primero de la mañana.      0.- Otro.
- 4.- ¿Cuántos cigarrillos fuma al día?  
3.- Más de 30      2.- Entre 21-30  
1.- Entre 11-20      0.- Menos de 11
- 5.- ¿Fuma más durante las primeras horas de la mañana que durante el resto del día?  
1.- SI      0.- NO
- 6.- ¿Fuma cuando no se encuentra bien como para guardar cama la mayor parte del día?  
1.- SI      0.- NO

## ESTRATEGIAS DE CESACIÓN

Guía 2008 US Public Health Service

- **Tratamientos eficaces:**
  - *Consejo (individual / grupo / teléfono)*
  - *Farmacoterapia*
  - *Combinación – mejor que por separado*
- **A mayor intensidad más eficacia, las intervenciones breves son eficaces**
- **El tratamiento del tabaquismo es muy coste-eficaz**

## INTERVENCIÓN MÉDICA

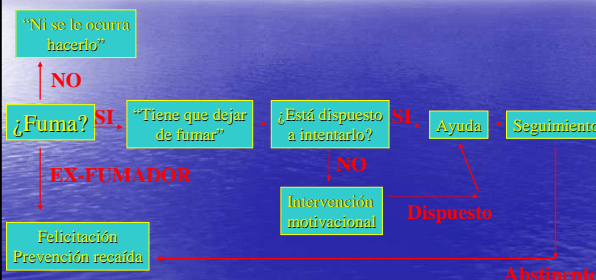
- **Consejo rutinario oportunista**  
*↑ el 66% la probabilidad de cesar (vs. no consejo)*
- **El consejo breve o intervención mínima es más eficaz**  
*↑ el 37% la probabilidad de cesar (vs. consejo rutinario)*
- **La intervención mínima es eficaz si la realizan otros sanitarios**

## MODELO DE 5As DE CONSEJO BREVE

Guía 2000 - 2008 US Public Health Service

- **ASK** (averiguar) a todos los pacientes
- **ADVISE** (aconsejar) "tiene que dejar de fumar"
- **ASSESS** (apreciar) ¿quiere intentarlo?
- **ASSIST** (ayudar) tratamiento
- **ARRANGE** (acompañar) seguimiento

## INTERVENCIÓN MÍNIMA A FUMADORES



## BUPROPIION SR

- **Contraindicaciones (precauciones)**
  - Embarazo, lactancia
  - Convulsiones
  - Trastorno alimentación
  - Uso de IMAO
  - Alcohol
- **Efectos secundarios:**
  - Insomnio
  - Sequedad de boca
  - Convulsión
  - Ocasionalmente hipertensión arterial

AHRQ - CDC 2008

## BUPROPIION SR

- **Dosificación:**
  - 150 mg./por la mañana durante 3 – 5 días.
  - 150 mg./dos veces al día.
  - Comenzar tratamiento 1 – 2 semanas antes del día D.
- **Duración:**
  - 7 – 12 semanas.
  - Tratamiento de mantenimiento hasta 6 meses.

AHRQ - CDC 2008

## CHICLE DE NICOTINA

- **Contraindicaciones (precauciones)**
- **Efectos secundarios:**
  - Llagas en boca
  - Dispepsia
- **Dosificación:**
  - < 25 cig/día: 2 mg hasta 24 piezas.
  - > 24 cig/día: 4 mg hasta 24 piezas.
- **Duración:**
  - Hasta 12 semanas.

AHRQ - CDC 2008

## PARCHE DE NICOTINA

- **Contraindicaciones (precauciones)**
- **Efectos secundarios:**
  - Reacción dérmica local
  - Insomnio
- **Dosificación:**
  - 21 mg/24 h
  - 14 mg/24 h
  - 7 mg/24 h
  - 15 mg/16 h
- Duración:**
  - 4 semanas
  - 2 – 4 semanas
  - 2 – 4 semanas
  - 8 semanas

AHRQ - CDC 2008

## VARENICLINA

- **Contraindicaciones (precauciones)**
  - Embarazo, lactancia
  - Insuficiencia renal
  - Diálisis
  - Conducción y manejo de maquinaria.
- **Efectos secundarios:**
  - Nauseas
  - Trastorno del sueño
  - Sueños extraños, pesadillas...
  - Depresión, agitación, ideación suicida y otros síntomas psiquiátricos.

AHRQ - CDC 2008

## VARENICLINA

- **Dosificación:**
  - 0,50 mg./durante 3 días.
  - 0,50 mg./dos veces al día durante 4 días.
  - Continuar con 1 mg/dos veces al día
  - Comenzar tratamiento 1 – 2 semanas antes del día D.
- **Duración:**
  - 3 – 6 meses

AHRQ - CDC 2008