



Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

242/2482 - NO CONSIGO DEJAR DE FUMAR. ¿POR QUÉ?

M. Canadell Rusinol^a, M. Mayorga Baca^b, M. Queijas Macías^a, E. García Bodoque^b y M. Pérez Hervada^b

^aMédico de Familia. CAP Besòs. Barcelona. ^bEnfermera. CAP Besòs. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Conocer la vivencia de las personas que no han conseguido la cesación tabáquica después de haber asistido al programa de deshabituación del CAP durante el periodo comprendido entre enero de 2013 y marzo de 2015.

Metodología: Estudio investigación cualitativa fenomenológica interpretativa. Realizado en el CAP. Sujetos de estudio: fumadores que han participado en el programa de deshabituación del CAP. Muestreo intencional y pragmático a partir de base de datos de la consulta de deshabituación. Las variables corresponden a las categorías iniciales, decididas a partir de la pregunta de investigación y de los objetivos. Recogida de datos con grupos focales hasta la saturación de datos. Análisis de información mediante plantilla y programa informático Atlas ti para la codificación de datos.

Resultados: Se realizan dos grupos focales formados por pacientes de 55 años edad media, que habían intentado deshabituación una media de 3,2 ocasiones, 6 de ellos con diagnósticos relacionados con el tabaco. Análisis de datos: codificación de la narración, creación de categorías, agrupación en metacategorías, nominación y definición de las mismas. Las principales son: experiencia vivida (81 codificaciones), recaídas (32), motivación (27), profesionales y deshabituación (24). Resultados son acompañados de transcripciones originales y triangulación final de las anotaciones de los investigadores.

Conclusiones: Debemos contribuir a aumentar el conocimiento de riesgos y efectos nocivos del tabaco, puesto que del estudio se deduce que la salud es la principal motivación para dejar de fumar. Debemos atender el entorno socio-familiar de quienes desean dejar de fumar ya que son elementos clave para prevenir recaídas cuando inician la deshabituación y pueden orientarnos sobre el mejor momento para iniciarla. El abordaje cognitivo-conductual y el entrenamiento en técnicas de control del pensamiento son una ayuda en pacientes que no consiguen deshabituarse. Los profesionales no debemos caer en la recriminación cuando tiene lugar una recaída sino sugerir nuevos puntos de vista para incentivar replantearse un nuevo intento. La normativa legal vigente ayuda a plantear la cesación pero es necesario ampliar las restricciones legales para favorecer la motivación en los fumadores.

Palabras clave: Cesación tabáquica. Recaída. Motivación.