



Medicina de Familia. SEMERGEN



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

347/2771 - ¿SABES QUÉ PODRÍAS REGALARTE SI DEJASES DE FUMAR? ACTIVIDAD DE LA SEMANA SIN HUMO 2018

C. Perula Jiménez^a, B. García Rueda^b, M. de la Cruz Herrera^c, T. Pampalona Cardona^d, A. Arocás Bonache^b, I. Vilanova Guitart^b, E. Sierra Orgaz^b, M. García Planas^b, A. Sabata Carrera^b y L. Albiñana Navarro^e

^aMédico Residente de 2º año de Medicina Familiar y Comunitaria. CAP Goretti Badia. Súria. Barcelona. ^bEnfermera. CAP Goretti Badia. Súria. Barcelona. ^cMédico de Familia. CAP Goretti Badia. Súria. Barcelona. ^dTrabajadora social. CAP Goretti Badia. Súria. Barcelona. ^eEnfermera Residente de 2º año de Enfermería Familiar y Comunitaria. CAP Bages. Manresa. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Concienciar a los fumadores del gasto real que supone el tabaco. Reflexionar los fumadores sobre las razones que los pueden ayudar a decidirse a dejar de fumar y así motivarlos. Informar sobre los recursos de soporte a la deshabituación tabáquica, y captar a fumadores que quieran dejarlo.

Metodología: Esta actividad fue promovida por la Xarxa de Prevenció i Control del tabaquisme de la Catalunya Central. Criterios de inclusión: personas fumadoras que quisieran participar. Desarrollo: constaba de tres partes: 1. Cálculo del coste del tabaco y ahorro que supondría dejar de fumar. 2. Reflexión sobre los beneficios/razones para dejar de fumar: salud, dinero, imagen, hijos, libertad, olor, otros. 1. Realización de carboximetria. Al final de la actividad, se realizó recuento del gasto total en tabaco de todos los fumadores entrevistados, y de cuáles eran los tres principales motivos para dejar de fumar. Estos resultados se muestran al público en el tablón de anuncios del Centro de Salud. Además, se realizó un registro en el programa informático de todas las personas captadas, anotándose que son fumadoras, la cantidad de tabaco que fuman y los resultados de la carboximetria.

Resultados: Se captaron 45 fumadores (22 hombres, 23 mujeres). 30 personas dieron valores de gran fumador en la carboximetria (valores CO > 20 ppm). El gasto total en tabaco era de 67.227 euros/año. Los tres principales motivos para dejar de fumar: salud, hijos y dinero. Dos personas decidieron dejar de fumar y se les está haciendo seguimiento de deshabituación tabáquica desde su UBA de Atención Primaria.

Conclusiones: La atención comunitaria nos da la oportunidad de acercarnos a la población para visualizar los motivos para dejar de fumar y ofrecer los recursos de soporte de deshabituación tabáquica que tienen a su alcance. El trabajo en equipo es fundamental para ofrecer dejar de fumar a la población y desde las diferentes disciplinas. El acercamiento a la comunidad ha permitido que los fumadores sepan que pueden pedir ayuda para dejar de fumar a su equipo de AP.

Palabras clave: Tabaquismo. Costos. Beneficios.