



Medicina de Familia. SEMERGEN



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

424/1057 - HOY RECETO "DEJAR DE FUMAR"

M. Alarcón Hidalgo¹, I. Ponce Morillas², C. Romero Palos³, J. Rodríguez Campaña⁴, D. Ramos Jaquet⁵, B. Trujillo Alonso⁶, A. Sánchez Mingorance⁷, L. Moreno Obregón⁸, S. Montaña Ruíz⁹ y A. Domínguez Jiménez¹⁰

¹Médico de Familia. Centro de Salud La Roda de Andalucía. Sevilla. ²Enfermera. Urgencias de Hospital de Antequera. Málaga. ³Reportera Radio Local. Eco Bobadilla Estación. Málaga. ⁴Medios Audiovisuales. Eco Bobadilla Estación. Málaga. ⁵Alcaldesa Pedánea Bobadilla - Estación. Antequera. Málaga. ⁶Colaboradora. Bobadilla - Estación. Málaga. ⁷Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud El Almorón. Sevilla. ⁸Médico de Familia. Centro Salud Estepa. Sevilla. ⁹Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud Estepa. Sevilla. ¹⁰Médico Residente de Medicina Familiar y Comunitaria. Centro Salud Estepa. Sevilla.

Resumen

Objetivos: Informar a la población fumadora activa o pasiva interesada sobre los efectos del tabaquismo y de la importancia del abandono del tabaco. Informar a los fumadores de los recursos disponibles a nivel local para poder dejar de fumar.

Metodología: El tabaquismo es la principal causa de muerte evitable. En España, el 34% de la población es fumadora y la diferencia entre hombre y mujer es cada vez menor. Dejar de fumar produce importantes beneficios para la salud y mejora de la calidad de vida no sólo de las personas que abandonan el hábito tabáquico, sino también de las que están a su alrededor. El 31 de mayo, coincidiendo con el Día Mundial sin Tabaco, se ha instalado en las cercanías de un consultorio rural una mesa informativa en la que se ofreció información y asesoramiento sobre cómo dejar de fumar mediante carteles, folletos informativos para pacientes y otra serie de materiales divulgativos. Se ha realizado además una encuesta validada y se han realizado cooximetrías que nos permite conocer la cantidad de monóxido de carbono que el sujeto espira.

Resultados: Se realizaron 21 encuestas. 13 mujeres y 8 hombres. Fumadores 28,5%, exfumadores 38,4% y no fumadores 33,1%. Fumadores pasivos el 42,8% de los no fumadores. De los fumadores 33% padecían patología crónica. Cooximetría: Fumadores valores 2,28-4,8. Exfumadores: 0,32-1,28. No fumadores < 0,24 CO₂.

Conclusiones: La mesa informativa ha tenido muy buena aceptación por parte de los vecinos. Se realizó difusión con videos del día de la mesa informativa a través de la plataforma digital: Facebook, YouTube, Twitter. Llegando a más de 200 visualizaciones en YouTube. Se siguió dando consejo a través del programa de Radio Digital Cultural de la localidad, en el apartado de salud mediante entrevista realizada a uno de los profesionales. Sabemos que el 70% de la población acude al menos una vez al año a su médico y las personas fumadoras lo hacen con mayor frecuencia que las no fumadoras. Desde nuestra consulta continuaremos recetando "Dejar de fumar".

Palabras clave: Fumador. Fumador pasivo. Deshabitación tabáquica.