

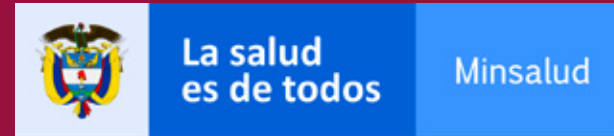


**La salud  
es de todos**

**Minsalud**

# Atenciones básicas para la cesación del consumo de tabaco

En Colombia se cuenta con un amplio marco político y normativo que plantea a la salud como un derecho fundamental, eso incluye proteger a la población de amenazas como el tabaquismo.



## **DIRECTRICES PARA PROMOVER LA CESACIÓN DEL CONSUMO DE TABACO Y ATENCIÓN DEL TABAQUISMO**

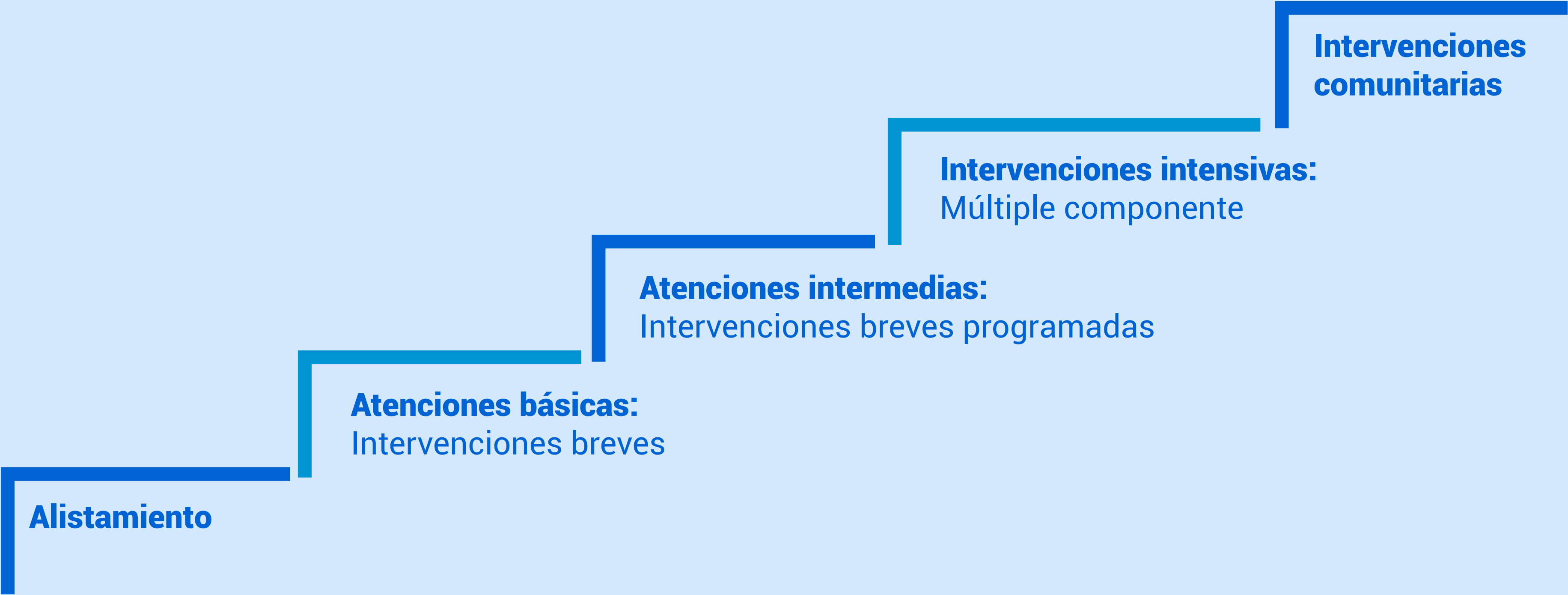
**Subdirección de Enfermedades No Transmisibles  
Dirección de Promoción y Prevención**

**Bogotá, Agosto de 2020**

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/directrices-cesacion-consumo-atencion-tabaco.pdf> 

# Programa para la atención del tabaquismo

## Colombia Componentes





# Atenciones básicas para la atención del tabaquismo

- **Objetivo:** que las personas logren avanzar en el proceso de dejar de fumar o vapear.
- **Descripción:** deben ser aplicadas en el marco de la consulta y pueden tener una duración de 3 a 10 minutos. Operativamente, se aplican los tres primeros pasos de la Estrategia de la 5A en el marco de cualquier consulta.
- **Entornos donde se aplica:** estas intervenciones pueden y deben ser aplicadas por las instituciones prestadoras de servicios de salud de la red primaria del territorio y serán implementadas desde la RIA de Promoción y Mantenimiento de la Salud.
- **Recurso humano requerido:** todo personal de salud debe identificar sistemáticamente a los consumidores de tabaco, aconsejar sobre el abandono del consumo y canalizar para intervención programada a quienes desean dejar el hábito.





# Atenciones básicas para la atención del tabaquismo

**1 A: Averiguar**

**2 A: Aconsejar**

**3 A: Apreciar**

Esta presentación es propiedad intelectual controlada y producida por el Ministerio de Salud y Protección Social

# Atenciones básicas para la atención del tabaquismo

## 1 A: Averiguar

**Preguntar de una manera respetuosa:**

¿Usted fuma o utiliza algún producto de tabaco (incluidos cigarrillos electrónicos)?

Averiguar IPA: (No. cigarrillos al día/20 x No. años fumando).

**Si no fuma:**

¿Exfumador? ¿Nunca fumador?

¿Exposición a Humo de Segunda Mano?

Esta presentación es propiedad intelectual controlada y producida por el Ministerio de Salud y Protección Social

## 2 A: Aconsejar

Brindar **CONSEJO BREVE** para la cesación del consumo

**Claro**

La recomendación es NO consumir tabaco

**Sencillo**

En lenguaje simple y claro

**Firme**

Sin ambigüedades, firme NO impositivo

**Personalizado**

Adecuado al paciente: factores demográficos, patología, situación social y cultural

**Ofreciendo ayuda**

Como forma de reconocer la dificultad que implica este cambio



# ¿Cuáles sería los consejos más adecuados?

Tal vez sería bueno bajar el número de cigarrillos, si pudiera dejar ... mejor.

Es muy importante para su salud que deje de fumar, no dude en pedir ayuda si lo necesita.

Si sigue fumando no venga más a mi consulta!!!

Su riesgo de cardiopatía isquémica está incrementado por la inhalación de tóxicos, además de la probabilidad de desarrollar una patología neoplásica ...

Los beneficios de dejar de fumar serán evidentes en pocos días y si tuviera alguna dificultad tenemos formas efectivas de ayudarlo

¿Qué clase de ejemplo le esta dando a su hijo si sigue fumando?

Como su médico me preocupa mucho el daño que el tabaco esta haciendo a su salud, puedo ayudarlo a dejar de fumar.

Como su médico me preocupa mucho el daño que el humo de tabaco esta haciendo a su salud, evite exponerse al humo de los demás.

Tomado del Taller: Tratamiento del Tabaquismo. Capacitación OPS para prestadores de atención primaria. Colombia. 2017

Esta presentación es propiedad intelectual controlada y producida por el Ministerio de Salud y Protección Social

### 3 A: Apreciar motivación para dejar de fumar

¿Quiere dejar de fumar?	SI	DUDA	NO
¿Cree que podrá lograrlo?	SI	DUDA	NO

Respuestas en la zona sombreada indican que la persona NO está preparada para dejar el consumo.

Es necesaria una **intervención MOTIVACIONAL (5 Rs)**

## 3 A: Apreciar motivación para dejar de fumar

### Motivado

- Programar atención intermedia (5 As): intervención breve programada.
- Si no cuenta con las herramientas: Direccionar programa cesación de la EAPB correspondiente.

### No motivado

- Intervención motivacional (5 Rs)
- Reforzar motivación y controlar en próximas consultas.

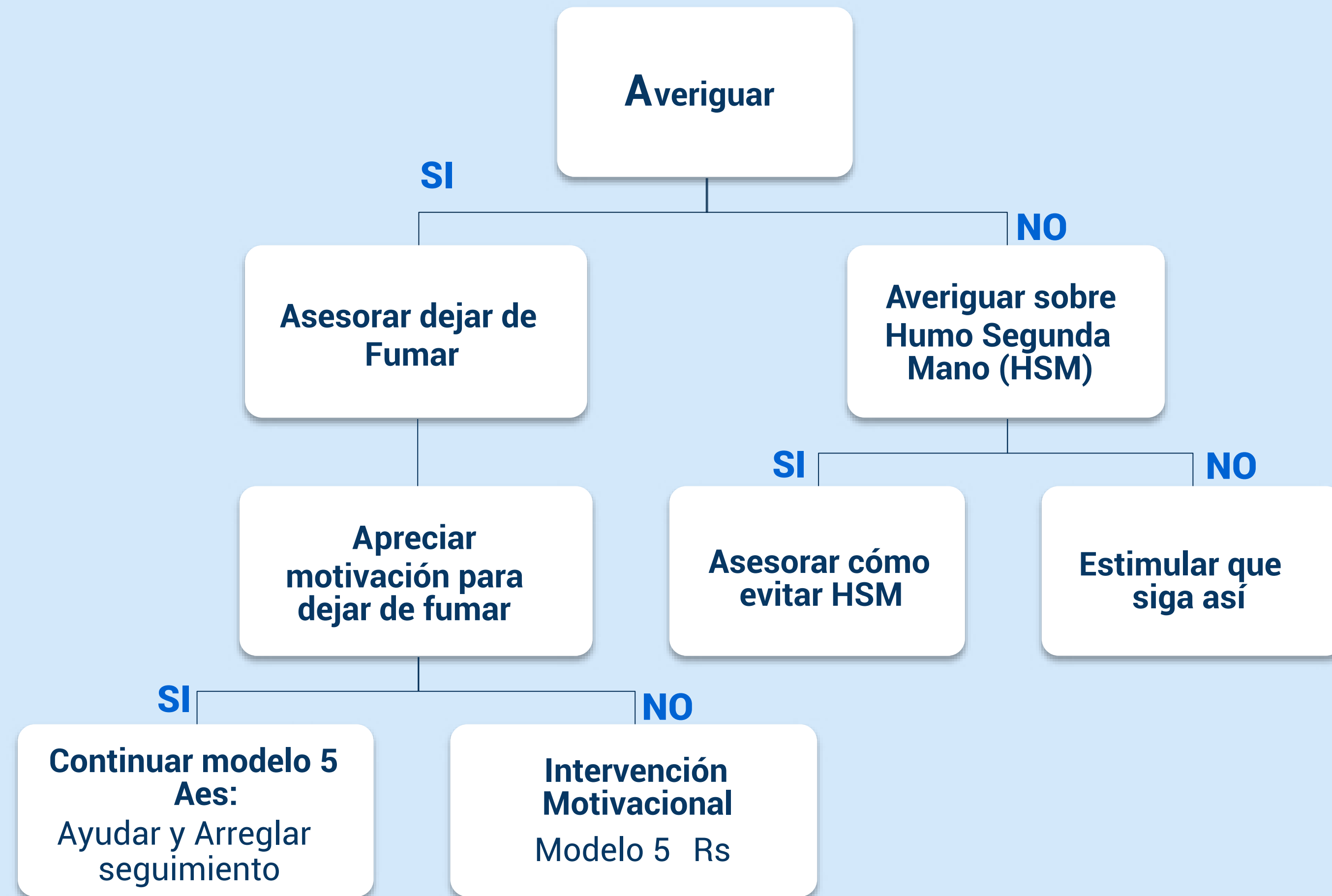


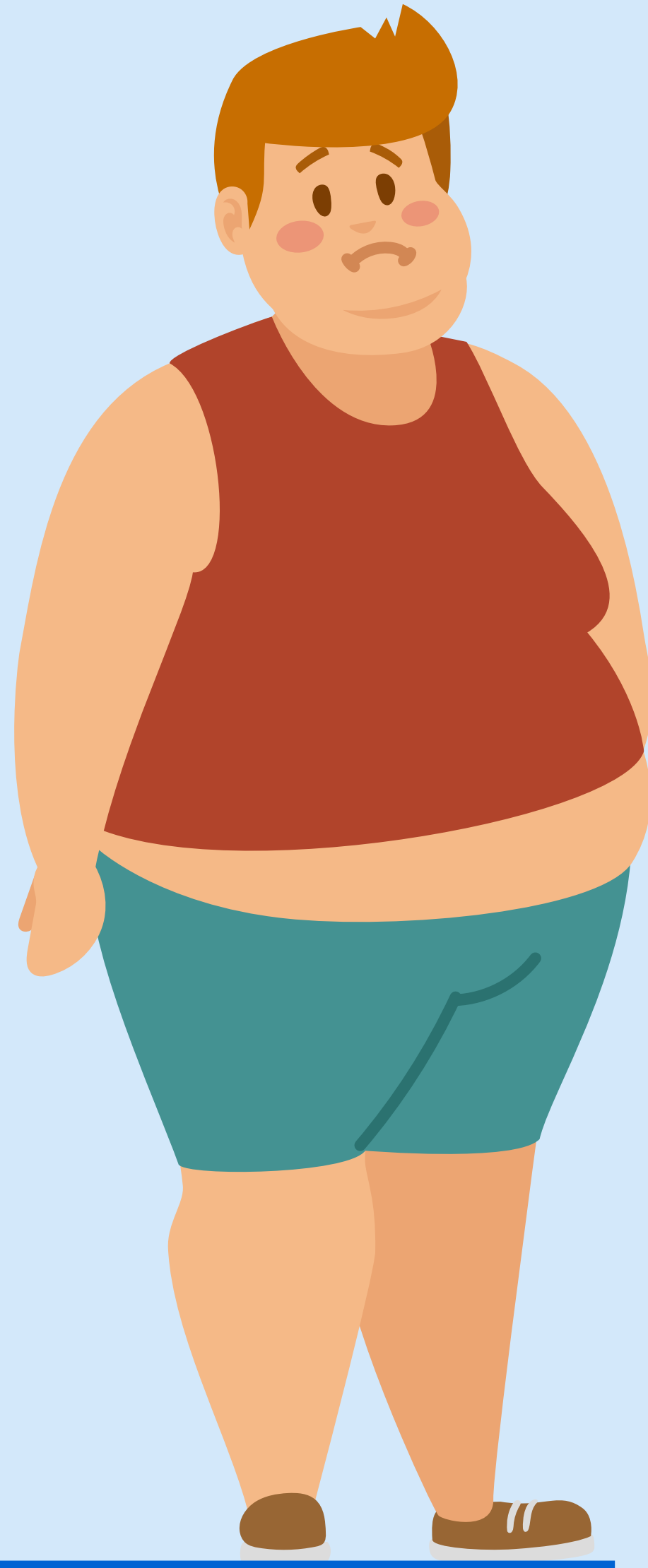
# Atenciones básicas

## Resumen actividades e instrumentos

Atenciones básicas	Instrumentos
Averiguar sobre consumo de tabaco o derivados	Preguntas: <ul style="list-style-type: none"><li>• ¿Usted fuma o utiliza algún producto de tabaco o derivados (incluidos los cigarrillos electrónicos)?</li><li>• ¿Ha estado expuesto al humo de segunda mano?</li></ul>
Evaluar el grado de tabaquismo o el índice tabáquico	IPA o Índice paquetes/año = (No. cigarrillos al día/20 x No. años fumando). Grado de tabaquismo: Leve: IPA < 5, Moderado (5-15), Grave (16-25) , Muy grave (IPA >25).
Evaluar la etapa de cambio comportamental	Etapas de cambio de Prochaska (pre-contemplación, contemplación, preparación, acción, mantenimiento)
Valoración de la dependencia física del tabaquismo	Test de Fagerstrom (versión breve: dos preguntas)

# Atenciones básicas para la atención del tabaquismo





**Guillermo**  
**59 años**

Vive con su esposa  
Tiene 4 nietos  
"Sufre del corazón"  
Fuma 10 cigarrillos diarios desde hace 20 años.

### Ejercicios:

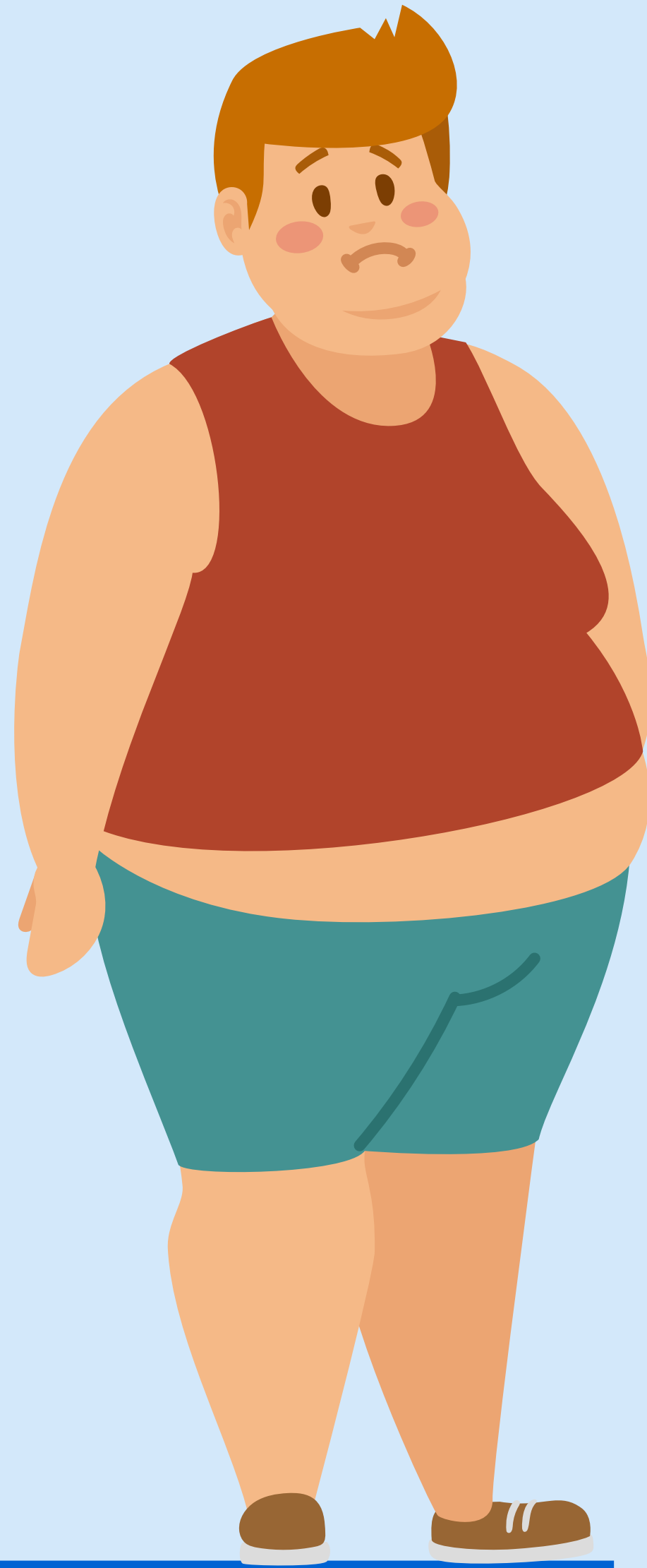
#### El profesional debe:

Averiguar

Asesorar = dar Consejo Breve

Apreciar motivación para dejar de fumar





**Guillermo**  
**59 años**

Vive con su esposa  
Tiene 4 nietos  
"Sufre del corazón"  
Fuma 10 cigarrillos diarios desde hace 20 años.

### Ejercicios:

#### El profesional debe:

Averiguar

Asesorar = dar Consejo Breve

Apreciar motivación para dejar de fumar

#### Resolución del ejercicio:

**1 A: Averiguar:** Don Guillermo, Usted fuma o consume algún producto del tabaco o derivado?. Calcular IPA.

**2 A: Asesorar:** Don Guillermo, es necesario para su salud y para prevenir enfermedades en sus nietos que deje de fumar. Nosotros podemos ayudarlo.

**3 A: Appreciar:** Don Guillermo, ¿ha pensado dejar de fumar en el próximo mes?. ¿Cree que puede hacerlo?



**Graciela**  
**26 años**

Se casó hace 1 año  
Quiere tener una familia grande  
Pero tienen problemas económicos  
Fuma 5 cigarrillos diarios desde los 15 años.

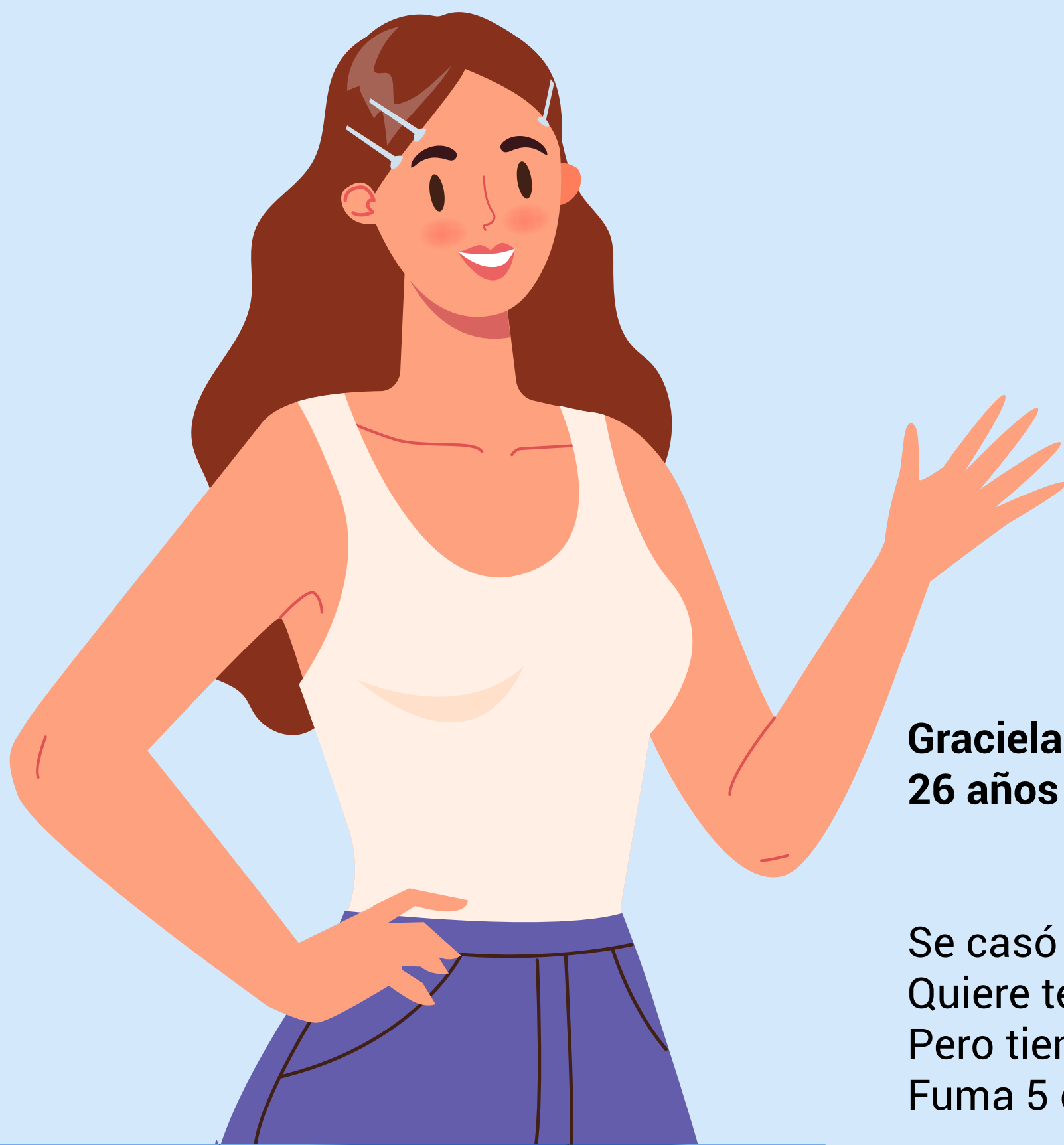
### Ejercicios:

#### **El profesional debe:**

Averiguar

Asesorar = dar Consejo Breve

Apreciar motivación para dejar de fumar



**Graciela**  
**26 años**

Se casó hace 1 año  
Quiere tener una familia grande  
Pero tienen problemas económicos  
Fuma 5 cigarrillos diarios desde los 15 años.

### Ejercicios:

#### El profesional debe:

Averiguar

Asesorar = dar Consejo Breve

Apreciar motivación para dejar de fumar

#### Resolución del ejercicio:

**1 A: Averiguar:** Señora Graciela, Usted fuma o consume algún producto del tabaco o derivado?. Calcular IPA.

**2 A: Asesorar:** Lo mejor que puede hacer para estar más saludable y prepararse para quedar embarazada, es dejar de fumar; los beneficios serán evidentes en pocos días y si tiene dificultades tenemos formas efectivas de ayudarla. Además puede usar ese dinero para lo que necesita.





**Juan**  
**35 años**

Antecedente de asma.  
Vapea desde hace 1 año, varias veces al día.

### Ejercicios:

#### El profesional debe:

Averiguar

Asesorar = dar Consejo Breve

Apreciar motivación para dejar de fumar



**Juan**  
**35 años**

Antecedente de asma.  
Vapea desde hace 1 año, varias veces al día.

### Ejercicios:

#### El profesional debe:

Averiguar

Asesorar = dar Consejo Breve

Apreciar motivación para dejar de fumar

#### Resolución del ejercicio:

**1 A: Averiguar.** Juan, cuénteme, Usted fuma o consume algún producto del tabaco o derivado, incluyendo cigarrillos electrónicos?

**2 A: Asesorar.** El uso de cigarrillos electrónicos hace que su asma empeore, y dejar de vapear puede mejorar dramáticamente su salud. Podemos ayudarlo.

**3 A: Appreciar.** Juan, ¿ha pensado dejar de vapear?, ¿Cree que puede hacerlo?