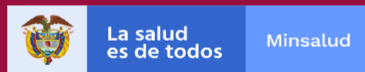




**La salud
es de todos**

Minsalud

Atenciones básicas para la cesación del consumo de tabaco



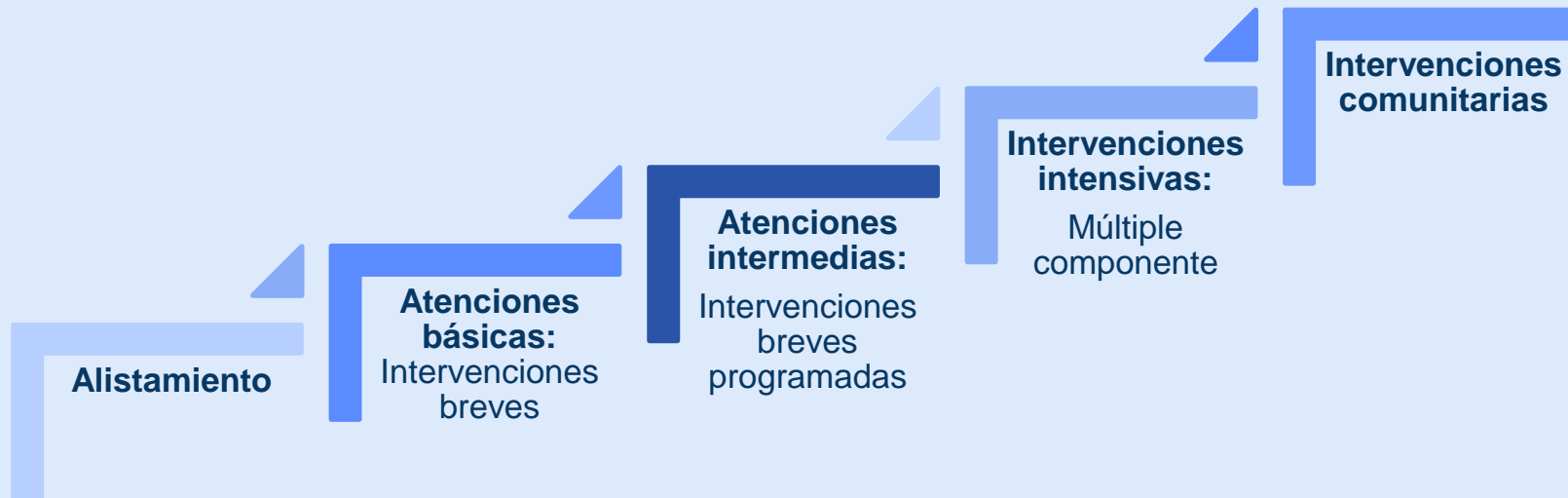
**DIRECTRICES PARA DESARROLLAR
PROGRAMAS PARA LA CESACIÓN DEL
CONSUMO DE TABACO Y ATENCIÓN
DEL TABAQUISMO**

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

Bogotá, Agosto de 2020

Programa para la atención del tabaquismo Colombia

Componentes



Elaboración propia. Adaptado de Ministerio de Salud Colombia. Programa Nacional Cesación Tabaquismo. 2020.

Atenciones básicas para la atención del tabaquismo

- **Objetivo:** que las personas logren avanzar en el proceso de dejar de fumar o vapear y hagan intentos de cesación.
- **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. En el entorno comunitario, educativo y laboral se pueden hacer intervenciones comunitarias para promover la cesación de consumo de tabaco.
- **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

Atenciones básicas para la atención del tabaquismo

1 A: Averiguar

•Preguntar de una manera respetuosa:

- ¿Usted fuma?, ¿Utiliza algún producto de tabaco (incluidos cigarrillos electrónicos)? ¿Exfumador? ¿Nunca fumador?
- ¿Exposición a Humo de Segunda Mano?
- Averiguar IPA: (No. cigarrillos al día/20 x No. años fumando).

2 A: ACONSEJAR

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

Claro

La recomendación es NO consumir

Sencillo

En lenguaje simple y claro

Firme

Sin ambigüedades,
firme NO impositivo

Personalizado

Adecuado al paciente: factores

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.

3 A: Apreciar motivación para dejar de fumar

¿Quiere dejar de fumar?

¿Cree que podrá lograrlo?

Sí	Duda	No
Sí	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)
- Si no cuenta con las herramientas: Direccionar programa cesación de la EAPB correspondiente.

No motivado

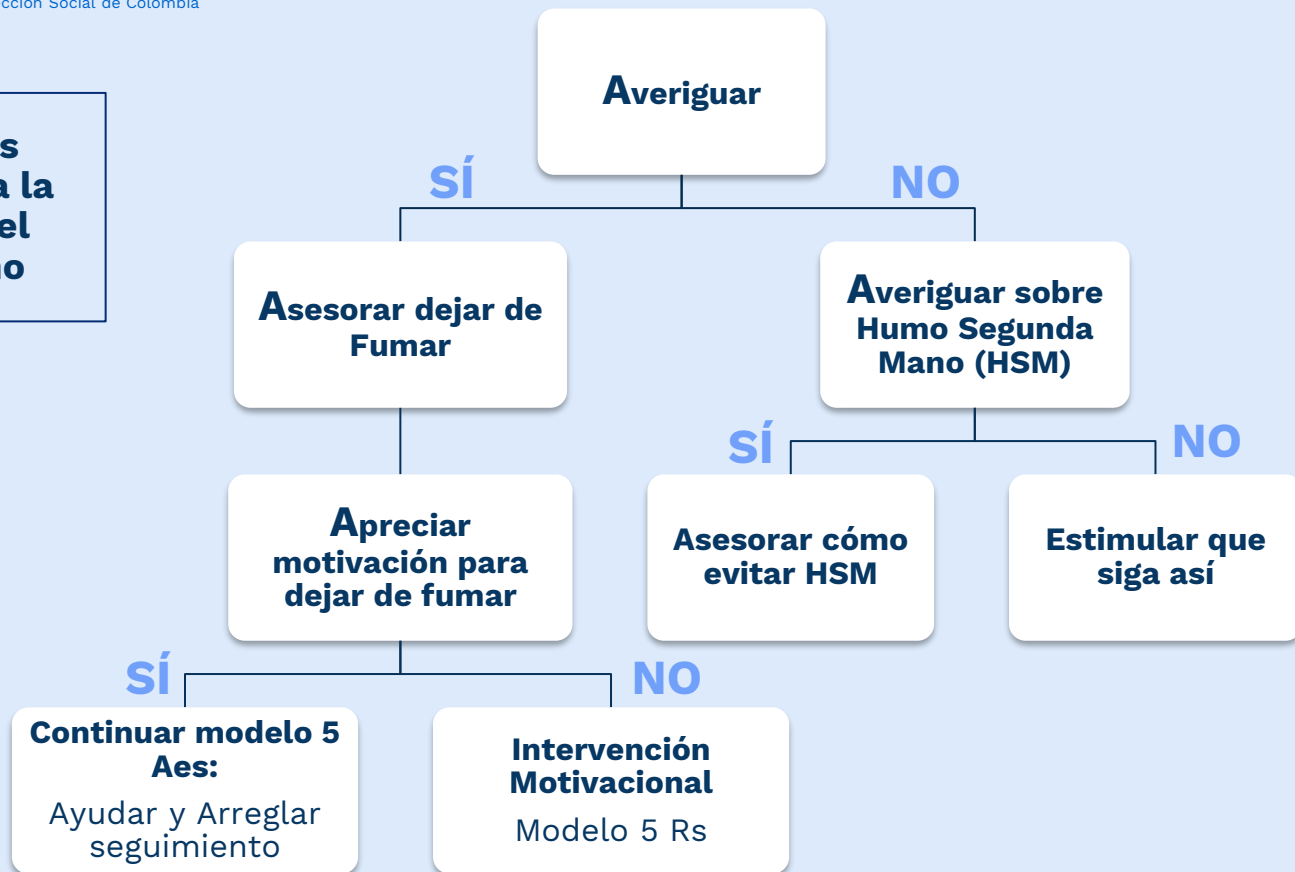
- Intervención motivacional (5 Rs)
- Reforzar motivación y controlar en próximas consultas.

Atenciones básicas

Resumen actividades e instrumentos

Atenciones básicas	Instrumentos
Averiguar sobre consumo de tabaco o derivados	Preguntas: ✓ ¿Usted fuma o utiliza algún producto de tabaco o derivados (incluidos los cigarrillos electrónicos)? ✓ ¿Ha estado expuesto al humo de segunda mano?
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**



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”



MINSALUD

Ejercicios:

El profesional debe:

- Averiguar
- Asesorar = dar Consejo Breve
- Apremiar motivación para dejar de fumar



Guillermo

59 años

Vive con su esposa

Tiene 4 nietos

“Sufre del corazón”

Resolución del ejercicio:

- **1 A: Averiguar:** Don Guillermo, ¿usted fuma o consume algún producto del tabaco o derivado?
- **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: Apremiar:** Don Guillermo, ¿ha pensado dejar de fumar en el próximo mes?. ¿Cree que puede hacerlo?



MINSALUD

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



MINSALUD

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

Resolución del ejercicio:

- **1 A: Averiguar:** Señora Graciela, ¿usted fuma o consume algún producto del tabaco o derivado?
- **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.
- **3 A: Apreciar:** Señora Graciela, ¿quiere dejar de fumar?, ¿Cree que puede hacerlo?



MINSALUD

Ejercicios:

El profesional debe:

- Averiguar
- Asesorar = dar Consejo Breve
- Apreciar motivación para dejar de fumar

Juan

35 años

**Antecedente
de asma.**



MINSALUD

Ejercicios:

El profesional debe:

- Averiguar
- Asesorar = dar Consejo Breve
- Apreciar motivación para dejar de fumar

Juan

35 años

Antecedente
de asma.



Resolución del ejercicio:

- **1 A: Averiguar:** Juan, cuénteme, ¿usted fuma o consume algún producto del tabaco o derivado?
- **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: Apreciar:** Juan, ¿ha pensado dejar de vapear?, ¿Cree que puede hacerlo?



MINSALUD