



CESACION TABAQUICA PARA EMPRESAS MINERA ALUMBRERA EN ALTURA

Servicio de Tisiopneumología – Hospital de Clínicas
Pte. Dr. Nicolás Avellaneda.
Catamarca 2000. Tucumán. 4000. Argentina.
Collante M., Saad D., Albertus S., Rovarini A., Espeche
M., Stivala B., Sale H. y Diaz O.
E-mail: marcela_collante@yahoo.com.ar



INTRODUCCION

El ámbito laboral es un medio ideal para efectuar una intervención en tabaquismo. De las 3 millones de personas que representan la fuerza laboral mundial, 900.000 son fumadoras. El tratamiento de cesación es una estrategia clave para la salud de la población. El tabaquismo como toda enfermedad adictiva requiere compromiso y aceptación del paciente para el éxito del tratamiento.

OBJETIVO

Ofrecer un espacio de salud a la empresa, detección de tabaquistas, ofrecer consultorios de cesación tabáquica a los pacientes, concientizar y difundir sobre la importancia de ambientes 100 % libre de humo. Conseguir cesación tabáquica en por lo

menos un 25 % de los pacientes detectados como tabaquistas que deseaban dejar de fumar en un periodo de seis meses.



RESULTADOS

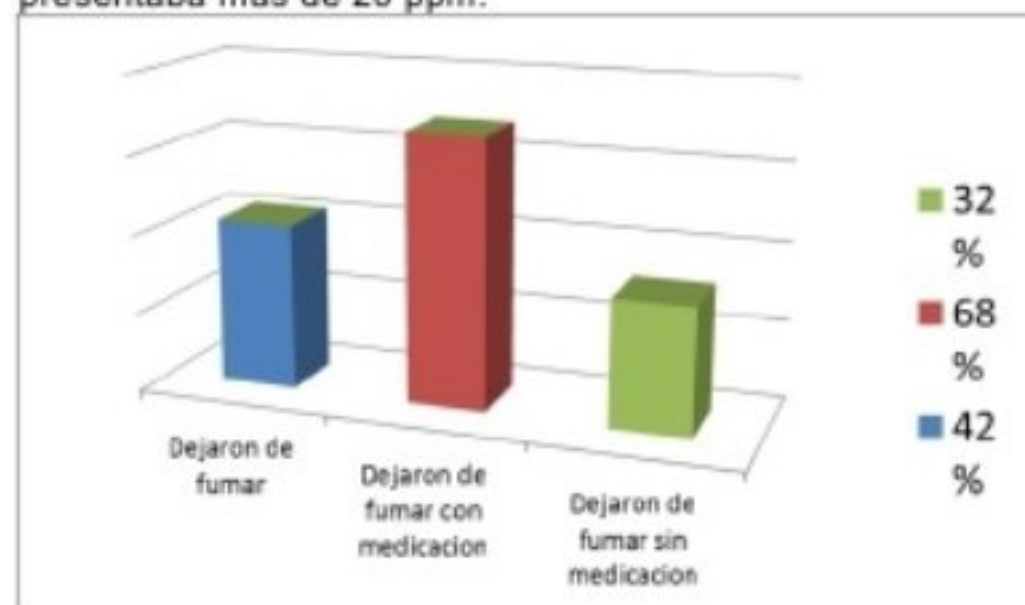
Participaron 60 personas (operarios, administrativos y personal jerárquico).

El 70% presentaban espirometrías normales, 20% patrón obstructivo, 7% patrón mixto y un 3% patrón restrictivo.

Durante la 1ra visita se constató que el 58% se encontraban en la Etapa de Preparación, el 25% en Etapa de Contemplación y el 17% en Etapa de Precontemplación.

Con el Test de Fagerstrom (1ª visita) se observó que el 52% tenía una fuerte dependencia a la nicotina, 38% moderada dependencia y 10% poca dependencia.

Medición de monóxido de carbono: en la 1ra visita el 50% presentaba más de 20 ppm.



MATERIALES Y METODOS

1) Estrategias programáticas: Planteo de logística del proyecto. Decisión política de la empresa para iniciar el programa. Diagnóstico de situación realizado por recursos Humanos de Minera Alumbra (Resultados: total de operarios: 1600, fuman: 512, quieren dejar de fumar: 120, y participaron del programa 60 pacientes con seguimiento en un periodo de 6 meses).



2) Charla informativa y motivacional. Temario: Tóxicos del tabaco. Tabaquismo pasivo. Beneficios a corto y largo plazo. Test de adicción. Test de motivación. Tratamiento farmacológico y no farmacológico para dejar de fumar.

3) Talleres de cesación tabáquica. Espirometrías. Medición de monóxido de carbono en aire espirado. Flujograma rápido para determinar la etapa de Prochaska. Test de adicción. Test de motivación. Tratamiento farmacológico y no farmacológico. Terapia individual y grupal. Entrega de material de autoayuda y boquillas descartables para realización de los estudios. Seguimientos con visitas posteriores en persona, por internet, telefónicas y teleconferencias.

4) Seguimiento de los participantes del programa: durante 6 meses.



CONCLUSIONES

De las 60 personas que participaron en el programa, más de la mitad (58%) se encontraba en Etapa de Preparación, de las cuales dejaron de fumar el 42%, la mayoría con medicación (68%). La tasa de éxito en cesación casi se duplicó con tratamiento farmacológico, terapia de reemplazo nicotínico y tratamiento cognitivo conductual. Se superó el 25% de la tasa de cesación tabáquica esperada en el periodo de 6 meses y se consiguió concientizar sobre los efectos nocivos del cigarrillo, sus consecuencias y difundir la importancia de ambiente 100% libre de humo.