



Empezamos por cesación tabáquica y continuamos con consejo nutricional

González Hernández A, González Rodríguez A, Pulgar Feio E.

PRESENTACIÓN DEL CASO

Varón de 44 años de edad que acude a la farmacia comunitaria en el mes de octubre, mes durante el cual estábamos realizando una campaña de cesación tabáquica, al preguntarle en la dispensación si es fumador, nos responde que sí pero que no se plantea dejar de fumar. Al día siguiente vuelve a la farmacia para decirnos que lo ha estado pensando a raíz de preguntarle y que lo va a intentar. Le explicamos en que consiste el servicio CESAR y acepta participar.

EVALUACIÓN

En la Zona de Atención Personalizada realizamos la primera visita: hombre de 44 años, fumador desde los 11 años, en el momento actual fuma 10 cigarrillos al día, con varios intentos previos de dejar de fumar, siendo el tiempo máximo de abstinencia 8 meses, sin tener ninguna ayuda de un profesional sanitario y sin ningún tratamiento farmacológico. El paciente no toma ningún medicamento. Le realizamos test Fagerström: 5 dependencia media a la nicotina y test Richmond: 8 motivación moderada para dejar de fumar, y cooximetría CO: 13ppm; 2,71% Cob, su principal motivo para dejar de fumar es mejorar su salud.

SEFAC EXPERT

Test de Fagerström

- ¿Cuánto tiempo pasa entre que se levanta y se fuma su primer cigarrillo? *
 - Hasta 5 minutos
 - De 6 a 30 minutos
 - De 31 a 60 minutos
 - Más de 60 minutos
- ¿Encuentra difícil no fumar en lugares donde está prohibido (hospital, cine, biblioteca)? *
 - Sí
 - No
- ¿Qué cigarrillo le desagrada más dejar de fumar? *
 - El primero de la mañana
 - Cualquiera otro
- ¿Cuántos cigarrillos fuma al día? *
 - Menos de 10 cigarrillos/día
 - Entre 11 y 20 cigarrillos/día
 - Entre 21 y 30 cigarrillos/día
 - 31 o más cigarrillos
- ¿Fuma con más frecuencia durante las primeras horas después de levantarse que durante el resto del día? *
 - Sí
 - No
- ¿Fuma aunque esté tan enfermo que tenga que guardar cama la mayor parte del día? *
 - Sí
 - No

Puntuación **5**



SEFAC EXPERT

Test de Richmond

- ¿Le gustaría dejar de fumar si pudiera hacerlo fácilmente? *
 - Sí
 - No
- ¿Intentará dejar de fumar en las próximas 2 semanas? *
 - Definitivamente no
 - Quizás
 - Sí
 - Definitivamente sí
- ¿Cuánto interés tiene usted en dejarlo? *
 - En absoluto
 - Algo
 - Bastante
 - Muy seriamente
- ¿Cuál es la posibilidad de que usted dentro de los próximos 6 meses sea un no fumador? *
 - Definitivamente no
 - Quizás
 - Sí
 - Definitivamente sí

Puntuación Richmond **8**

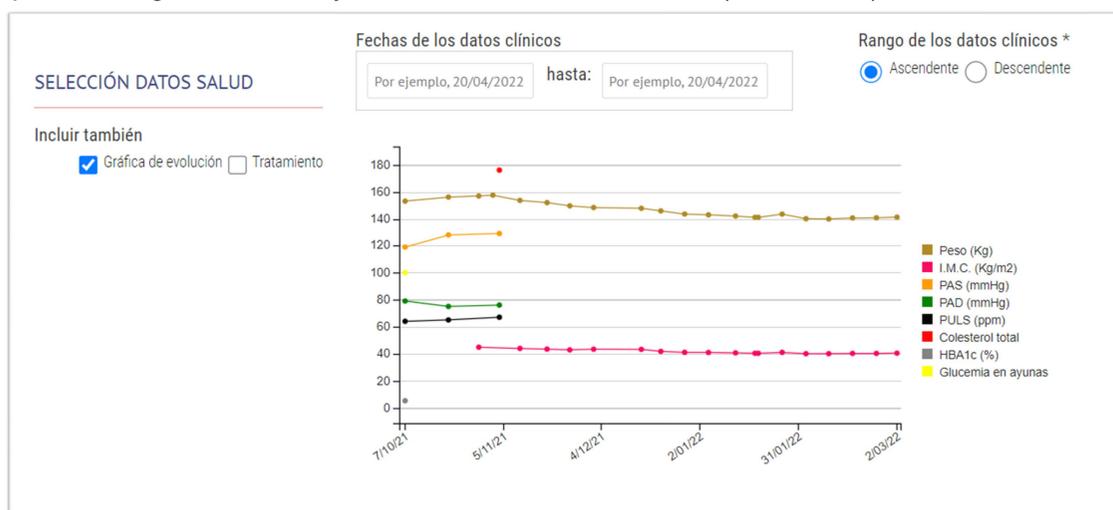
INTERVENCIÓN

Se realiza entrevista motivacional y terapia cognitivo-conductual, además debido a que en el momento actual el medicamento vareniclina está retirado del mercado le indicamos la terapia aromastop: tomando dos cápsulas al día, y para los momentos de más ansiedad la posibilidad de utilizar los chicles o el spray sublingual.

RESULTADO / SEGUIMIENTO

A la semana del día D se muestra muy ansioso pero no ha fumado, se despierta con la boca muy seca, tiene mucha hambre, CO: 1ppm; 0,79% Cob. A los 15 días se encuentra mejor, aunque sigue fatigado y sigue teniendo ansiedad, CO: 1ppm; 0,79% Cob. En la siguiente visita de seguimiento del servicio CESAR decide empezar también con el consejo nutricional de la farmacia, con un peso de 156,82kg, IMC:44 (obesidad III), los valores de la cooximetría se mantienen igual. En las siguientes visitas la evolución en peso (kg) es la siguiente: 153,54/151,90/149,50/145,77/143,44/142,86/142,00/141,00/143,40/140,02/139,80.

A fecha 10 de febrero el paciente sigue sin fumar y si IMC ha disminuido a 39,2 (obesidad II).



COMENTARIO FINAL / CONCLUSIONES

El servicio CESAR nos ha permitido ayudar al paciente a dejar de fumar y a raíz de este servicio derivarle al de consejo nutricional, contribuyendo entre los dos a disminuir el riesgo cardiovascular del paciente.

PALABRAS CLAVE

Cesación tabáquica, riesgo cardiovascular, farmacia

BIBLIOGRAFÍA

Aguiló Juanola MC, Serantes García L. Guía de Actuación Farmacéutica a pide de mostrador. La Terapia Sustitutiva con Nicotina (TSN). Madrid: Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC); 2021.