

EFICACIA DE UNA INTERVENCIÓN DE CESACIÓN DEL TABACO, DE INTENSIDAD ESCALONADA, SEGÚN EL GRADO DE DEPENDENCIA DE CADA FUMADOR, EN TRES CENTROS LABORALES EN ESPAÑA

Rodríguez Artalejo F., Lafuente P., Prado V., Banegas JR., Guallar P., et al.
Dptos. Medicina Preventiva y Salud Pública, Facs. de Medicina. UPV/EHU y UAM.

INTRODUCCIÓN

El consumo de tabaco es la primera causa aislada de enfermedad, discapacidad y muerte en España; y hay medidas eficaces para dejar de fumar.

Sin embargo, en España, la investigación evaluativa de intervenciones de cesación tabáquica es relativamente escasa y tiene algunas limitaciones.

OBJETIVO

Evaluar la eficacia de una intervención de cesación del tabaco, de intensidad escalonada según el grado de dependencia de cada fumador en 3 centros laborales.

MÉTODO

Ensayo clínico aleatorizado y abierto, con dos ramas: la rama de intervención y la rama sometida a la conducta clínica habitual, que consiste en realizar esporádicamente un consejo médico antitabáquico no estructurado de breve duración (30 segundos a un minuto).

El ámbito de estudio fueron trabajadores de la empresa de Transportes Colectivos de Bilbao y dos factorías de una empresa eléctrica (Iberdrola). En total se estudiaron 217 fumadores, de ambos sexos y de 20 a 63 años, con motivación para dejar el hábito, y sin contraindicaciones para los parches de nicotina.

La variable principal de resultado es la abstinencia tabáquica auto-reportada confirmada con monóxido de carbono en aire espirado (≤ 10 ppm). El análisis se hizo según intención de tratar.

RESULTADOS

La tasa de abstinencia mantenida a los 12 meses fue 20,2% en los intervenidos y 8,7% en el grupo de control (OR: 2,58; IC95%: 1,13-5,90; p: 0,025). La eficacia de la intervención fue algo mayor en los sujetos que consumían más de 20 cigarrillos, los que fumaron más de 25 años, los de mayor deseo de dejar de fumar, y los que no pasan la mayoría del tiempo con fumadores. La ganancia de peso a los 12 meses fue similar en ambos grupos (1,69 kg en el de intervención vs. 2,01 kg en el de control; P=0,21).

CONCLUSIÓN

Una intervención simple y fácilmente generalizable en el medio laboral es eficaz para lograr la cesación tabáquica a largo plazo en España. En un medio similar al de este trabajo sería necesario tratar a 9 sujetos durante tres meses para que uno lograra la abstinencia continuada 12 meses.

PALABRAS CLAVE

Tabaquismo, cesación, medio laboral, parches de nicotina, ensayo clínico.