



ENSP

**Módulo 3:
Asesoramiento
Conductual
Parte 2 – Aumentando
la motivación para
dejar de fumar**

INICIO

Después de completar el curso, podrás:

01

Describir las técnicas recomendadas para aumentar la motivación del paciente a dejar de fumar

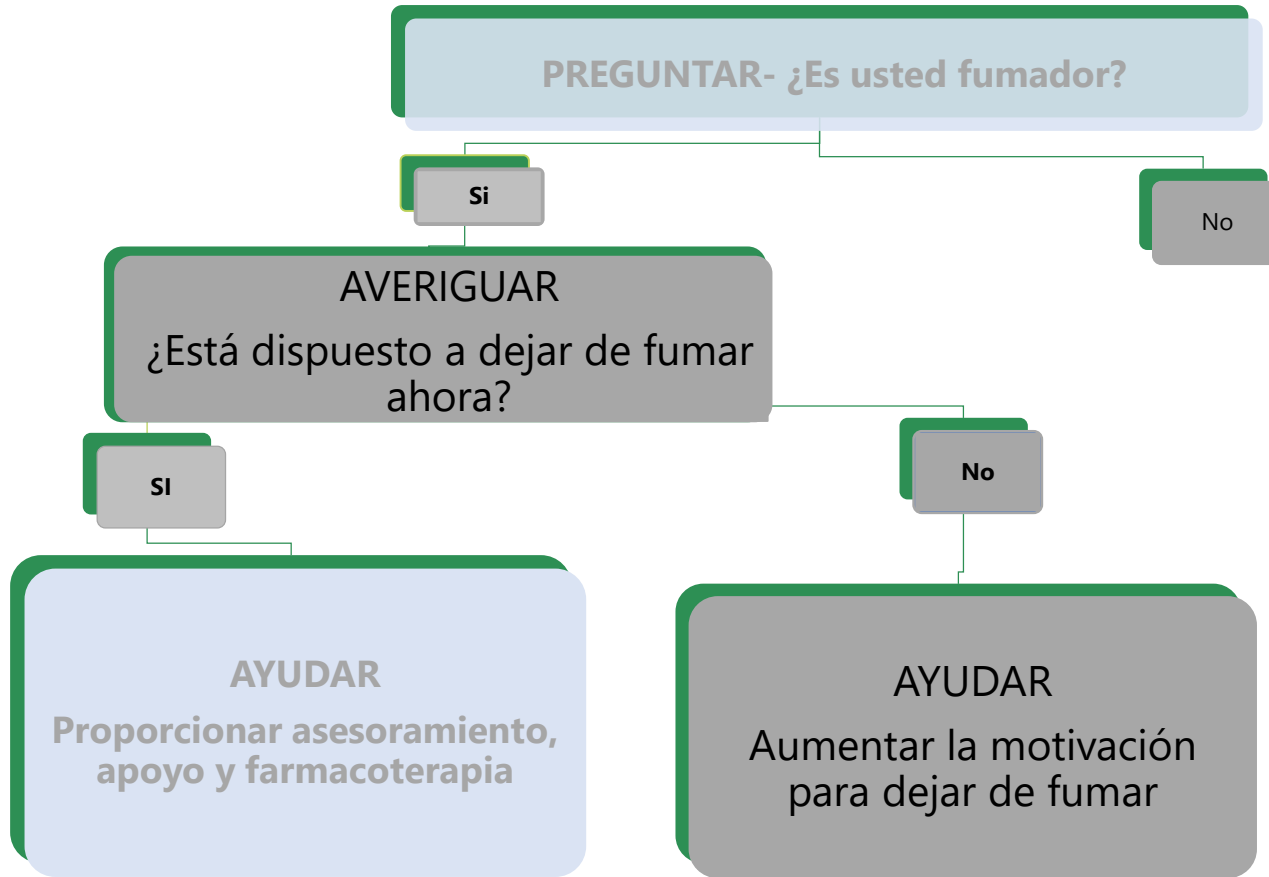
02

Describir las principales claves de la entrevista motivacional

03

Revisar el enfoque de reducción de daños para dejar de fumar







Se deben usar técnicas para alentar la motivación de los fumadores para que hagan un intento serio (nivel de evidencia B)



Relevancia

¿Cuáles son las razones de los pacientes para dejarlo?

Riesgos

Riesgos personalizados de salud y otros riesgos

Recompensas

Beneficios personales del paciente de dejar de fumar y que el paciente valorará

Barreras (Roadblocks)

Identificar barreras u obstáculos que puedan impedir que el paciente consiga la abstinencia

Repetición

Las intervenciones o sesiones que ayuden al paciente en el proceso deben repetirse con frecuencia



Recomendaciones del ENSP European Tobacco Treatment Guideline :

La **Entrevista Motivacional** puede ser efectiva para ayudar a pacientes a dejar de fumar (Nivel de evidencia B)



La **Entrevista Motivacional** está diseñada para ayudar a las personas a avanzar hacia el cambio trabajando a través de la ambivalencia.

- El clínico actúa como un colaborador y se ve a sí mismo como un igual.
- El clínico intenta evocar los pensamientos e ideas del paciente sobre el consumo de tabaco y cómo cambiarlo
- El clínico respeta la autonomía del cliente, su derecho y capacidad para tomar decisiones, con interés en la experiencia y perspectivas del cliente.



Solicitar permiso

Preguntas abiertas

Conversación y
comportamiento
positivo

Reflexionar sobre -
reflejar- lo que
escucha o ve

Resumir lo que se ha
dicho



REGLAS

Principios de EM



Resistencias

Evite tratar de solucionar los problemas del paciente o sentirse obligado a decirle qué hacer y cómo hacerlo; esto puede generar resistencia

Entender la motivación del paciente

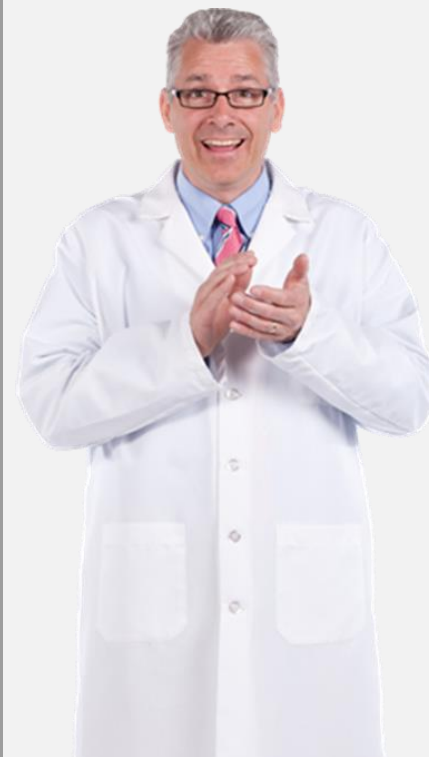
No los motivamos; ellos encuentran la motivación y les ayudamos a reconocerla

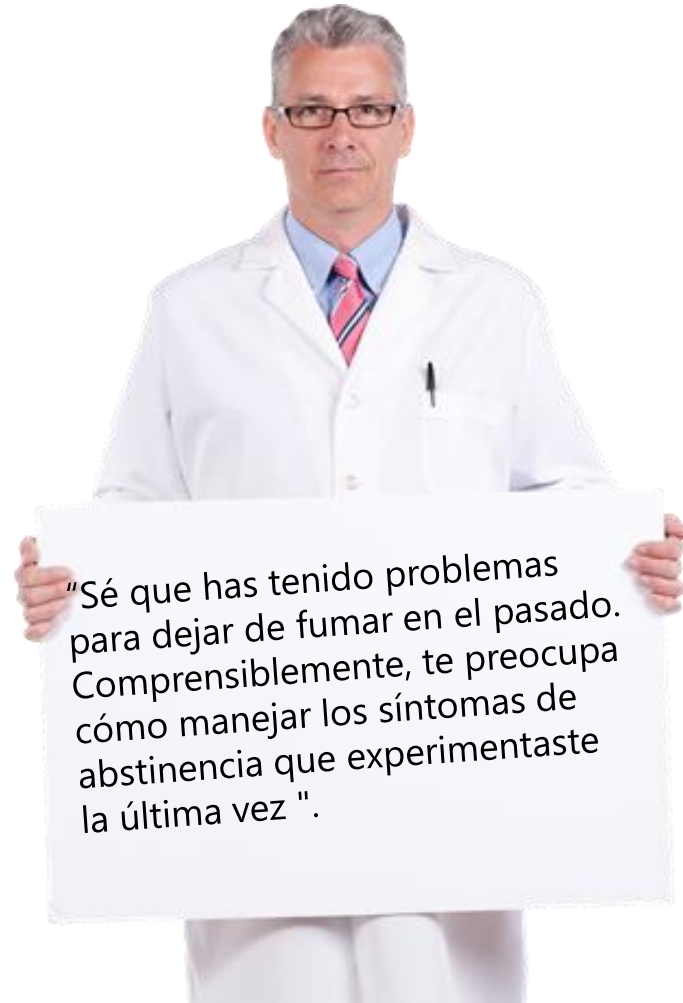
Escucha a tu paciente

Escuchar más que hablar. Demostrar que se ha entendido a través de la escucha reflexiva, resúmenes y una actitud de aceptación

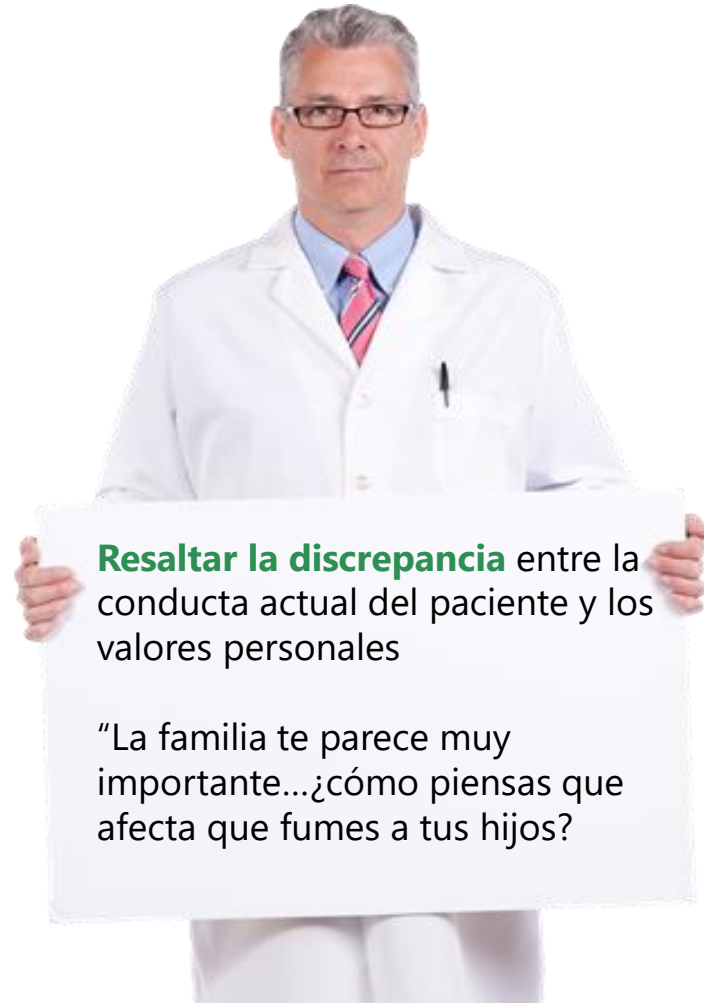
Empodera a tu paciente

El paciente debe participar activamente y creer que es capaz de hacerlo. El apoyo y confianza en su capacidad para realizar el cambio puede ser una poderosa fuente de motivación.





"Sé que has tenido problemas para dejar de fumar en el pasado. Comprensiblemente, te preocupa cómo manejar los síntomas de abstinencia que experimentaste la última vez".



Resaltar la discrepancia entre la conducta actual del paciente y los valores personales


“La familia te parece muy importante...¿cómo piensas que afecta que fumes a tus hijos?”

Enfoque estándar:

- ¿Por qué no quieres dejar de fumar?
- ¿No te quieres sentir mejor?
- Tienes la tensión alta, ¿a qué crees que puede deberse?

Entrevista motivacional:

- ¿Cuáles son las cosas buenas de ser fumador?
- ¿Cuáles son las cosas malas de ser fumador?
- ¿Qué piensas que harás con el consumo de tabaco?


A middle-aged man with grey hair and glasses, wearing a white lab coat over a blue shirt and a striped tie, stands on the left side of the slide, gesturing with his hands as if speaking.

En una escala de 1 a 10,
¿cómo de importante es
dejar de fumar para ti?

A middle-aged man with grey hair, wearing a black and white plaid shirt and blue jeans, stands on the right side of the slide, resting his chin on his hand in a thoughtful pose.

Hmmm... pues... 10

¡Estupendo! ¿Por qué no
dijiste un número más
bajo?

A middle-aged man with grey hair and glasses, wearing a white lab coat over a blue shirt and a striped tie, stands on the left side of the slide. He is gesturing with his hands as if speaking.

¿Lo has intentado alguna vez?, ¿durante cuánto tiempo?

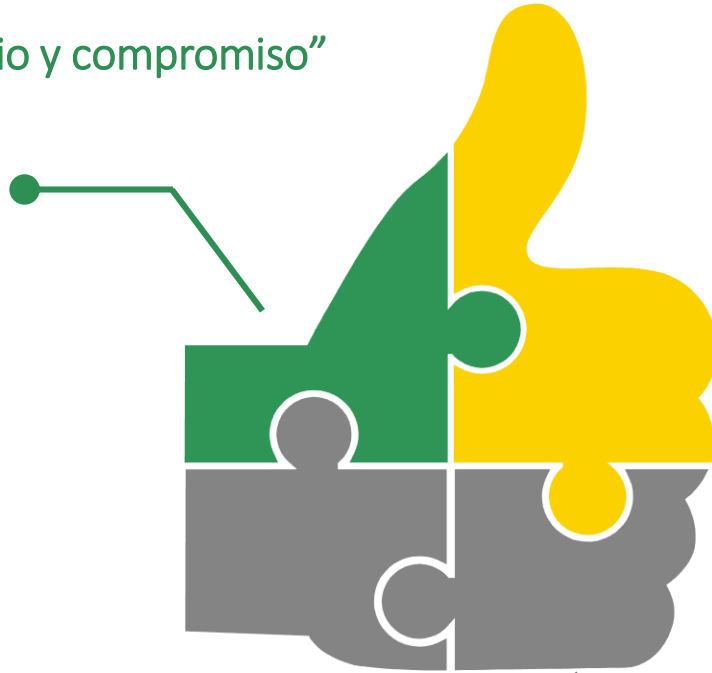
¿Qué necesitarías para aumentar aún más tus posibilidades para dejar de fumar?

¿Cómo fue?, ¿cómo te sentiste?, ¿qué pasó para que volvieses a fumar?



Reforzar y apoyar “cambio y compromiso”

“Entonces notas que fumar afecta tu respiración y hace que sea más difícil poder jugar con tus hijos”



Entienda que los pacientes pueden rechazar el cambio

“Entiendo que no estás listo para dejar de fumar ahora. Cuando estés dispuesto a intentarlo, estaré aquí para ayudarte”

Lidiar con las resistencias

La Entrevista Motivacional debe verse como un baile y no como una batalla. Cuando note que el paciente empieza a resistirse, es mejor dar un paso atrás.

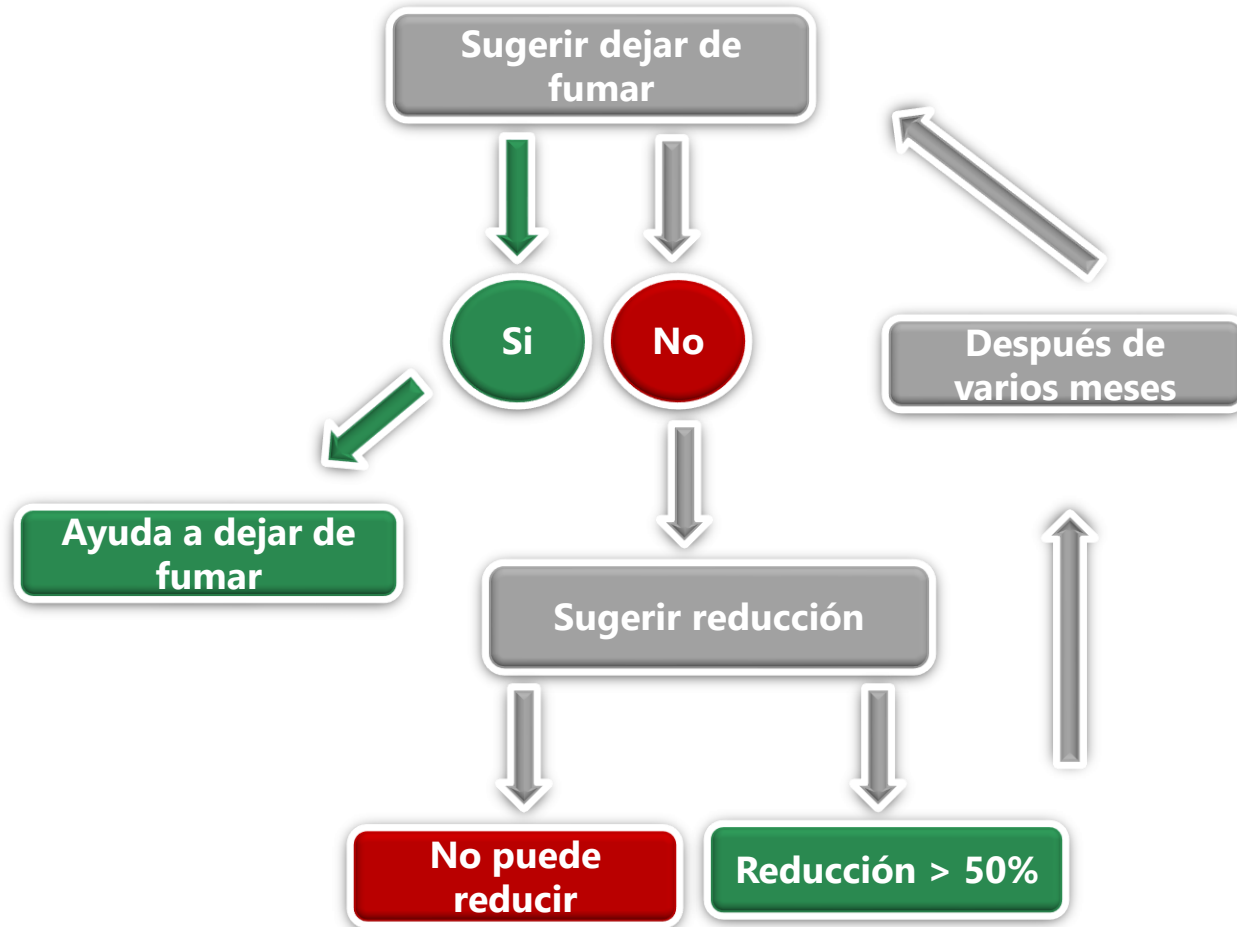
Comunica que entiendes lo difícil que puede ser dejar de fumar.

Comunica tu disposición para ayudar ca dejar de fumar cuando lo considere necesario.





**El enfoque de
reducir para
dejar de fumar**



Uso de TSN

El uso de TSN es recomendado como parte de “reducir para dejar de fumar” en aquellos fumadores que tienen una puntuación más alta en dependencia de la nicotina

Uso de Vareniclina

El uso de vareniclina es recomendada como parte de “reducir para dejar de fumar” ha demostrado ser efectivo en un ensayo.

Haz saber a los pacientes que confías en su capacidad para dejar de fumar

1

2

Proporciona un refuerzo positivo respecto a la importancia de dejar de fumar

Felicita, incluso, los pequeños logros

3



Módulo 4 - Farmacoterapia