



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”
Multidisciplinario
21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México



**“ADICCION A LA NICOTINA Y CONDUCTAS DE CAMBIO PARA
FAVORECER EL ESTILO DE VIDA SALUDABLE”**



**“CONDUCTA ADICTIVA A LA NICOTINA Y CAMBIO EN EL ESTILO DE
VIDA SALUDABLE”**

AUTORES:

Dra. María Leticia Rubí García Valenzuela
Dra. María Magdalena Lozano Zúñiga
Dra. Ma. Jazmín Valencia Guzmán
L.E. Cecilia Castro

Correo Electrónico: letyrubigv@yahoo.com.mx



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”
Multidisciplinario
21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

UNIVERSIDAD MICHOACANA DE SAN NICOLAS DE HIDALGO

FACULTAD DE ENFERMERIA

TITULO

“Hábito tabáquico, adicción a la nicotina y conductas de cambio para favorecer un estilo de vida saludable”

AUTORES:

Dra. María Leticia Rubí García Valenzuela*
Dra. Dra. María Jazmín Valencia Guzmán
Dra. María Magdalena Lozano Zúñiga*
Dra. Fani Villa Rivas**
L.E. Cecilia Castro Calderón*
L.E. Bertha Angélica Velázquez de la Luz ***

*Docentes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. CA Promoción de la Salud.

** Docente de TC de la Facultad de Enfermería de la Universidad Juárez de Durango. CA Cuidado Social de Enfermería

***Secretaria de Salud de Michoacán.

Correo Electrónico: letyrubigv@yahoo.com.mx



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

TITULO

“Hábito tabáquico, adicción a la nicotina y conductas de cambio para favorecer un estilo de vida saludable”

Resumen

El tabaquismo es un problema de salud pública grave, y los jóvenes son la principal población en riesgo debido a la presión social, el inicio de su consumo en edades cada vez menores y algunas falacias relacionadas con el consumo del tabaco como por ejemplo ser apoyo para la persona en momentos agradables o desagradables, provocando situaciones mórbidas que disminuyen la calidad de vida, además de considerar que es la entrada para el consumo de otras sustancias adictivas; por lo que es necesario e indispensable promover la prevención de su consumo e identificar elementos relacionados con el hábito tabáquico, para instrumentar estrategias de prevención y tratamiento. Se realizó un estudio Prospectivo, observacional, transversal. Objetivo: Realizar un diagnóstico en estudiantes universitarios como antecedente de la aplicación de programas preventivos y de tratamiento para dejar de fumar. Para la colecta de los datos se aplicaron tres instrumentos: El Test de Fagerström (Heatherton, Kozlowski, Frecker y Fageström 1991), La Escala de Estados de Disposición al Cambio y Anhelos de Tratamiento, SOCRATES 8D (Cuevas, Luna, Vital y Lira 2005), para evaluar la disposición al cambio en función de tres indicadores: Reconocimiento, ambivalencia y Acción; así como el Cuestionario Breve de Confianza Situacional, CBCS (Ayala, Cárdenas, Echeverría y Gutiérrez, 1998), en 8 situaciones de riesgo: Emociones desagradables, Malestar Físico, Emociones agradables, Probando el control del consumo de cigarros, necesidad física, Conflicto con otros, Presión Social y Momentos agradables. La muestra fue de 140



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

estudiantes universitarios consumidores de tabaco. Resultados: 62% tuvo una dependencia alta a la nicotina, la media de la aplicación del CBCS fue de 61.4 para los que tuvieron la calificación baja en el test de Fagerstrom, y 58.2% contestó en el grado de confianza situacional abajo de la media. Conclusión: El grado de dependencia a la nicotina, de los jóvenes universitarios, determina el grado de confianza, que es mayor en cuanto menor sea el nivel de dependencia; cuando prueban su control sobre el consumo y se sienten bajo presión social, llegan al consumo; los resultados representan una oportunidad para aplicar estrategias de intervención de enfermería, para la promoción de la salud, el fortalecimiento de conductas de autocuidado y tratamiento para dejar de fumar. Palabras clave: Hábito tabáquico, adicción a la nicotina, estilo de vida saludable

Abstract

Smoking is a serious public health, and youth are the main population at risk due to social pressure, the start of consumption in increasingly younger ages and some fallacies related to the consumption of snuff such as being support for the person in pleasant or unpleasant moments, causing morbid situations that diminish the quality of life, besides considering which is the entrance to the consumption of other addictive substances; so it is necessary and indispensable to promote the prevention of consumption and identify related to smoking, to implement prevention strategies and treatment elements. A prospective, observational, cross-sectional study was made. Aim: To make a diagnosis in university students as background to the application of preventive and treatment programs for smoking cessation. The Fagerström Test (Heatherton, Kozlowski, and Fageström Frecker 1991), the scale of states willingness to change and Longing for treatment, SOCRATES 8D (Cuevas, Moon, Vital and Lira 2005) for collecting data were applied three instruments, to assess readiness to change based on three indicators: recognition,



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

ambivalence and Action; and the Brief Situational Confidence Questionnaire, CBCS (Ayala Cardenas Gutierrez Echeverria, 1998), in 8 risk: unpleasant emotions, physical discomfort, pleasant emotions, testing the control cigarette smoking, physical need, Conflict with others, social pressure and pleasant moments. The sample consisted of 140 college students snuff consumers. Results: 62% had a high nicotine dependence, the average application of CBCS was 61.4 for those who had the lowest score on the Fagerstrom test, and 58.2% answered in the degree of confidence situational below the average. Conclusion: The degree of nicotine dependence, young academics, determines the degree of confidence, which is higher the lower the level of dependency; when tested its control over consumption and are under social pressure to reach consumption; The results represent an opportunity to apply nursing intervention strategies for promoting health, strengthening self-care behaviors and treatment for smoking cessation.

Keywords: smoking, nicotine addiction, healthy lifestyle

Introducción.

El tabaquismo es un problema de salud pública grave que es catalogado por la OMS como epidemia global (INEGI, 2010), que origina muertes a temprana edad, invalidez de la población productiva y el deterioro de la calidad de vida. Afecta a todo los grupos étnicos y no tiene fronteras ni limitaciones de género, edad, estrato sociocultural o religión (Ponciano, 2007). La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010), reporta que cada día mueren en el mundo cerca de 14,000 personas por alguna de las múltiples enfermedades asociadas con el tabaquismo, considera también al tabaquismo como una causa prevenible de enfermedad, discapacidad y muerte prematura.



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

Son muchos los factores que influyen para que un joven fume. En una encuesta realizada por Nerín (2004), identificó que los jóvenes comienzan a fumar como parte de su proceso de experimentación y conocimiento del entorno propio del adulto. La asociación entre determinadas situaciones y los efectos farmacológicos de la nicotina que resultan gratificantes para ellos induce a utilizar el tabaco como regulador emocional y termina desarrollando la dependencia a esta sustancia. Tanto el inicio como el mantenimiento del tabaquismo, tiene origen en el entorno social de la persona, sin embargo, para su consolidación influyen determinadamente otras características como son de tipo biológico o psicológico.

Objetivo

Realizar un estudio diagnóstico sobre el nivel de la dependencia a la nicotina, los estados de disposición al cambio y anhelo de tratamiento, como base para aplicar intervenciones de promoción de la salud, fortalecimiento del autocuidado y programas para dejar de fumar.

Metodología

El estudio fue Prospectivo, observacional, transversal. Para la colecta de los datos, se aplicaron tres instrumentos ya validados: El Test de Fagerström que mide la dependencia a la nicotina (Heatherton, Kozlowski, Frecker y Fageström 1991), y permite conocer si el fumador tiene dependencia baja, media o alta. La Escala de Estados de Disposición al Cambio y al Anhelo de Tratamiento, SOCRATES 8D (Cuevas, Luna, Vital y Lira 2005), para evaluar la disposición al cambio en función de tres indicadores: Reconocimiento, ambivalencia y Acción; así como el Cuestionario Breve de Confianza Situacional, CBCS (Ayala, Cárdenas, Echeverría y Gutiérrez, 1998), cuyo objetivo es obtener una medida que es sensible al grado de confianza que tiene la persona que fuma, en ocho



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

situaciones de riesgo relacionadas con el consumo de tabaco. La población de estudio estuvo constituida por 140 estudiantes universitarios fumadores.

Resultados y discusión:

Considerando que el consumo del tabaco es la principal causa de muerte evitable en el mundo y es responsable de alrededor de un millón de muertes anuales en América como lo refiere la OMS (2010), es un factor de riesgo para enfermedades sistémicas y con una desventaja muy grande, es el único producto legal que mata entre un tercio y la mitad de los usuarios que lo consumen, y que de acuerdo a la Encuesta Mundial de Tabaquismo en Jóvenes, (OMS, EMTA 2010) el porcentaje de adolescentes y adultos jóvenes que consume tabaco llega en muchos países de la Región a alrededor del 20%. Pero más preocupante aún es que un porcentaje de los adolescentes que no fuma actualmente indica que “definitivamente” o “probablemente” fumaría el siguiente año o si un amigo le ofreciese un cigarrillo, es de gran importancia entonces que se realice un diagnóstico situacional para identificar cuáles son las características que guarda el consumo de tabaco en un grupo de estudiantes universitarios.

En la aplicación del Test de Fagerström , la muestra se distribuyó de la siguiente manera: dependencia baja, el 4.3%, media 33.5% y alta 62.2%, esto nos muestra que más de la mitad de la población estudiada, tienen una dependencia alta a la nicotina, lo que puede considerarse como un factor de riesgo para la salud de los estudiados.

Al cruzar los resultados del cuestionario de confianza situacional y el test de Fagerström, la media de la aplicación del cuestionario breve de confianza situacional fue de 65.31 para los que tuvieron la dependencia baja en el test de Fagerström, 51.68 para los que tuvieron dependencia media y 41.25 para los que tuvieron dependencia alta. El resultado global del análisis estadístico del CBCS,



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

mostró que para el 52.6% de los encuestados tuvo un grado de confianza situacional por debajo de media.

Los resultados del cruce del promedio de estos dos instrumentos, mostraron que los jóvenes que tienen dependencia baja a la nicotina, perciben mayor confianza en cualquier situación para resistirse a fumar, que los de dependencia alta a la nicotina. En este sentido Valdez-Salgado (2006) refiere que los estudiantes que creen que el tabaco no es una droga tienen 77% más probabilidad de fumar y así mismo los que no creen ser muy jóvenes para fumar tienen 45% más probabilidad de fumar y si todos sus amigos fuman hay un 87 % de probabilidad de que lo hagan. En el cruce de la variable “presión social” relacionado con si alguien lo presionara a fumar, 62.74 fue el promedio más alto de confianza para los de dependencia media según el test de Fagerström, el promedio de 52.70 fue para los que tuvieron dependencia baja, los de dependencia alta su promedio de confianza fue de 38.24. Para medir los estados de disposición al cambio y anhelo al tratamiento se utilizó el instrumento llamado Sócrates 8D, que consta de tres dominios reconocimiento ambivalencia ya acción y los resultados pueden ubicarse en 5 rangos: Muy alto, alto, medio, bajo y muy bajo.

Se midió la frecuencia y porcentaje y por medio de χ^2 – cuadrada la asociación entre variables.

En el Sócrates 8D, la distribución en el dominio de reconocimiento, mostró que existe un reconocimiento muy bajo de la adicción ya que más de la mitad del total de la muestra recayó en este rango con un 63%.

En el dominio de la acción existe un alto porcentaje en el rango de muy bajo, con un 62.19%, lo que nos indica que los jóvenes no hacen, ni quieren hacer nada para dejar de fumar.

Conclusiones



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

El tabaquismo es un problema tangible de salud pública, en el cual influyen diversos factores sociales, personales y culturales para iniciar el consumo en edades tempranas. Debido a que la adicción a la nicotina es una de las formas de farmacodependencia más difíciles de abandonar y más comunes por la facilidad de acceso al tabaco y que muchas veces esta es la puerta de entrada para otras adicciones, se identifica la necesidad de implementar estrategias de intervención de enfermería para promover la salud y fortalecer en los estudiantes universitarios las conductas saludables. Con los resultados obtenidos, fue posible identificar que el fumador, a pesar de tener una dependencia alta a la nicotina, no reconoce que es fumador, no quiere dejar el consumo de tabaco, ni tiene la iniciativa o hace algo por su salud, por lo que habrán de considerarse en la intervención educativa, elementos que favorezcan la toma de decisiones y el empoderamiento de los universitarios para aplicar un autocuidado efectivo.

Bibliografía.

1. Ayala, V.H., Cárdenas, L.G., Echeverría, L. y Gutiérrez, L.M. 1998. Manual de Auto ayuda para personas con problemas en su forma de beber. México. Porrúa. UNAM.
2. Cuevas, E., Luna, Vital, G., y Lira, J. 2005. Validez Interna de la Escala de las Etapas de Disposición al Cambio y Anhelo de tratamiento (SOCRATES 8D). XVII Congreso Mexicano de Análisis de la Conducta. SLP. México.
3. Encuesta Nacional de Adicciones (ENA) INEGI, 2010.
4. Heatherton, T., Kozlowski, L., Frecker, R., y Fageström, K. 1991. The Fageström Test for Nicotine Dependence: A revision of the Fageström tolerance Questionnaire. British Journal Of Addictions.



“CONGRESO INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN 2016”

Multidisciplinario

21 y 22 de abril de 2016, Cortazar, Guanajuato, México

5. INEGI, 2015. Estadísticas a propósito del Día Mundial sin tabaco. Datos nacionales. Documento en línea.
6. Nerín, I., y Novella, P. (2004). Encuesta sobre tabaquismo en estudiantes universitarios en relación con la práctica de ejercicio físico. Archivos de Bronconeumología, 5-9.
7. (OMS) Organization, W. H. (2003). Why is tobacco a public health priority? Disponible en: http://www.who.int/tobacco/health_priority/en/print.html, 23,24.
8. Organización Mundial de la Salud OMS. 2010. Iniciativa Liberarse del tabaco. Juventud sin tabaco. Documento On-Line.
9. Ponciano, R. (2007). Conceptos actuales sobre el tabaquismo. México: Trillas.
10. Vázquez-Segovia, L., Sesma-Vázquez, S., Hernández-Avila, M. (2002). El Consumo de Tabaco en los Hogares en México: resultado de la encuesta de Ingresos y Gastos de los Hogares. Salud Pública México, 44(supl I):S76-S81.