



La Epidemia del Tabaquismo: Cómo Abordar la Dependencia y el Abandono del Hábito

El consumo de tabaco es una de las mayores amenazas para la salud pública a nivel mundial. Millones de personas mueren cada año debido a enfermedades relacionadas con el tabaco, y los costos económicos son enormes. Es necesario abordar la dependencia del tabaco y proporcionar apoyo para ayudar a los fumadores a dejar el hábito.

Resumen en español de las "Directrices clínicas de la OMS para el tratamiento del tabaquismo en adultos" preparado por SALT (parte 3 de 9)



Por Sociedad Aragonesa Libre de Tabaco
SALT

La Carga del Tabaquismo en el Mundo

Mortalidad

Más de 8 millones de personas mueren cada año debido al consumo de tabaco, lo que representa una amenaza significativa para la salud pública.

Costo Económico

El costo económico del tabaquismo es enorme, alcanzando miles de millones de dólares anuales. El impacto es especialmente significativo en los países de ingresos bajos y medios.



El Marco de la OMS para el Control del Tabaco

1

Recomendación

El Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco (CMCT de la OMS) ofrece directrices integrales para reducir los daños causados por el tabaco.

2

Intervenciones

Las intervenciones clave incluyen la eliminación de la exposición al humo de tabaco ajeno, el aumento de los impuestos sobre el tabaco y las campañas de concientización pública.

3

Abandono del Hábito

El artículo 14 del CMCT de la OMS enfatiza la importancia de brindar apoyo para dejar de fumar y tratamiento de la dependencia del tabaco.



La Importancia del Abandono del Hábito

Necesidad

Más del 60% de los fumadores adultos del mundo desean dejar de fumar, pero necesitan acceso a servicios de apoyo.

Beneficios

Brindar apoyo para dejar de fumar y tratamiento de la dependencia del tabaco beneficia a todos los fumadores, mejorando su salud y calidad de vida.

Dependencia Crónica

La dependencia del tabaco es una enfermedad crónica que requiere apoyo continuo, intervenciones repetidas y múltiples intentos de dejar de fumar.

A photograph of a male doctor with a beard and dreadlocks, wearing a white lab coat, leaning over a female patient lying in a hospital bed. The doctor is holding a small, glowing handheld device and looking at it. The patient is looking up at the doctor. The scene is lit with warm, yellowish light, and a medical monitor is visible in the background.

Desafíos en los Países de Ingresos Bajos y Medios



Alrededor del 70% de los fumadores carecen de acceso a servicios integrales de abandono del tabaco.



Los sistemas de salud enfrentan desafíos relacionados con recursos limitados y capacidad limitada para brindar servicios de abandono del hábito.



Existen obstáculos relacionados con los usuarios de tabaco y las políticas para la promoción de servicios de abandono del hábito.



Estrategias para Abordar la Dependencia del Tabaco

1

Evaluación

Los profesionales de la salud deben evaluar el estado de la dependencia del tabaco de los pacientes, incluyendo el nivel de dependencia, la motivación para dejar de fumar y la historia de intentos anteriores de dejar de fumar.

2

Intervención

Se debe proporcionar una intervención basada en la evidencia, incluyendo apoyo conductual, terapia de reemplazo de nicotina, medicamentos recetados y asesoramiento.

3

Seguimiento

El seguimiento regular es crucial para apoyar a los pacientes en su viaje de dejar de fumar, brindando aliento, resolviendo desafíos y asegurando el éxito a largo plazo.



Recursos para el Abandono del Hábito

1

Líneas de Ayuda Telefónica

Proporcionan apoyo y asesoramiento telefónico gratuito para ayudar a las personas a dejar de fumar.

2

Aplicaciones Móviles

Ofrecen seguimiento, herramientas de control y apoyo digital para el abandono del hábito.

3

Sitios Web

Proporcionan información sobre el tabaquismo, el abandono del hábito y los recursos disponibles.



El Impacto del Abandono del Tabaco

Salud Mejorada

Reducción del riesgo de enfermedades cardíacas, cáncer y otras enfermedades relacionadas con el tabaco.

Mayor Duración de la Vida

Aumento de la esperanza de vida y mejora de la calidad de vida.

Beneficios Económicos

Reducción de los gastos médicos y aumento del poder adquisitivo.

El Futuro de la Lucha Contra el Tabaco

La lucha contra el tabaquismo es un esfuerzo continuo que requiere colaboración entre los gobiernos, las organizaciones de salud pública y la sociedad en general. La implementación efectiva del CMCT de la OMS, la expansión del acceso a servicios de apoyo para dejar de fumar y la reducción de los factores que contribuyen a la dependencia del tabaco son esenciales para lograr un futuro libre de humo.

