



V JORNADA DE PREVENCIÓN Y CONTROL DEL TABAQUISMO del CNPT

Generando respuestas a los nuevos desafíos

MADRID 14 de marzo de 2014

CONCLUSIONES

La Jornada ha contado con una numerosa concurrencia (más de 300 solicitudes de inscripción, para un aforo de 260 personas, en la sede de COFARES Madrid). Se admitieron 21 propuestas de comunicación oral, de las que se presentaron las 10 seleccionadas por el Comité Científico de la Jornada.

Se ha contado con un grupo selecto de expertos en tabaquismo a nivel nacional y una buena cobertura mediática del evento.

PRIMERA:

El **tabaquismo** es también una **cuestión de derechos humanos**. Sin embargo, fumar no es un derecho, es una adicción causante de muerte prematura, enfermedad y sufrimiento.

Existe una relación entre el tabaco y la vulneración de los derechos humanos. Entre ellos el derecho a la salud, los derechos de la infancia y de las mujeres, así como de las tierras y los pueblos,... La alternativa pasa por promover una educación que desde la infancia fomente estilos de vida saludables, así como el respeto por el resto de seres humanos, la naturaleza, el comercio justo y la autonomía responsable.

SEGUNDA:

El **cigarrillo electrónico (e-cig) es una clara amenaza para la prevención y el control del tabaquismo**. No hay evidencia consistente que avale el uso de los e-cig como método para dejar de fumar, ni como estrategia de reducción de daños. Tampoco está demostrada la inocuidad de las sustancias que contienen los e-cig y los aerosoles que se generan. Hay indicios, por mediciones realizadas recientemente en nuestro medio, que muestran que los ecigs provocan contaminación del ambiente, aunque esta sea menor que la provocada por el humo del tabaco convencional. Mientras no se despejen las dudas existentes, y en línea con el principio de cautela, se debe desaconsejar su uso desde el ámbito sanitario. Además estos dispositivos se podrían estar convirtiendo en una nueva puerta de entrada al tabaco y a la nicotina en jóvenes. Por todo ello desde el CNPT se plantea solicitar una respuesta regulatoria enérgica que homologue su uso, venta, y publicidad/promoción a la legislación vigente actualmente en relación al tabaco.

TERCERA:

La **Directiva de Productos derivados del Tabaco** aprobada recientemente **supone un avance en control de tabaquismo a nivel Europeo**. Se ha establecido unos mínimos comunes en la Unión Europea en cuanto al empaquetado y el etiquetado, a los ingredientes que pueden contener los productos del tabaco, al control de la trazabilidad y de las ventas transfronterizas. Así mismo se han regulado los nuevos productos del tabaco entre los que se encuentra el cigarrillo electrónico prohibiendo todo tipo de publicidad. Con estas medidas se pretende reducir un 2% la prevalencia tabáquica en los próximos 5 años, especialmente al evitar el inicio del consumo en jóvenes. Según las previsiones supondrá un ahorro de unos 506 millones de euros al año en gasto

sanitario y de 165 millones al año en pérdida de productividad. El proceso de aprobación ha sido complicado debido al enorme lobby de la industria del tabaco y de los cigarrillos electrónicos para paralizar estas nuevas medidas legislativas. Sin embargo, gracias al apoyo del movimiento europeo de control del tabaquismo, entre el que se encuentra el CNPT, se ha conseguido que la Directiva saliera adelante, aunque con algunas limitaciones.

CUARTA:

A sabiendas de que el tabaquismo es una enfermedad crónica adictiva de gran trascendencia, **el sistema sanitario debe realizar esfuerzos y movilizar recursos para ayudar a los pacientes a dejar de fumar** y éstos deben incluir tanto el tratamiento farmacológico, como el apoyo al cambio conductual, sin olvidar que el abordaje al tabaquismo ha de ser multidisciplinar. Además hay que tener en cuenta que el consumo de tabaco, puede llevar asociado cierta comorbilidad psiquiátrica, aunque todavía se desconozca exactamente cuál es realmente la principal causa desencadenante.

QUINTA:

Existen tratamientos farmacológicos eficaces para dejar de fumar. En el caso del tratamiento basado en terapia sustitutiva de nicotina (TSN), la evidencia muestra que es efectiva, en cualquiera de sus formas de presentación, siendo recomendable una media de 8 semanas de tratamiento para mejorar su eficacia. Se ha demostrado que la terapia combinada es más efectiva que el uso de una única fórmula. En ningún caso, a día de hoy, se puede considerar que el e-cig sea un método de TSN o similar.

La vareniclina, es también un método efectivo y seguro para dejar de fumar. Diversos estudios muestran que no existe un aumento significativo del riesgo de complicaciones neuropsiquiátricas por su uso. Aún así hay que recordar que siempre hay que valorar el riesgo/beneficio de manera individualizada y realizar un seguimiento adecuado de los pacientes, y ante cualquier sintomatología adaptar el tratamiento.

SEXTA:

En el aspecto de la adherencia al tratamiento, la experiencia enfermera muestra la importancia de **incrementar el autocuidado** de los pacientes, así como **su autoeficacia hasta llegar al empoderamiento que le facilite la toma de decisiones saludables.** Para ello la principal herramienta es la Educación para la Salud. En el caso de personas que no están motivadas a abandonar el tabaco es esencial la entrevista motivacional. Es importante hacer esfuerzos para mejorar la adherencia dado que sólo un tercio de los pacientes sigue adecuadamente el cumplimiento terapéutico en alguna de sus vertientes: seguimiento de hábitos saludables, tratamiento farmacológico o terapia conductual.

SEPTIMA:

La entrevista motivacional es la principal estrategia que tenemos disponible para motivar a las personas fumadoras a dejar de fumar. Esta técnica se centra en validar la perspectiva del usuario y en facilitar la toma de decisiones por su parte. Entre otras cosas, para su desarrollo es necesario abandonar el rol paternalista y de experto y pasar a un rol de ayuda y de asesoramiento.

OCTAVA:

La industria del tabaco claramente ha utilizado y utiliza tácticas poco éticas para poner freno al control del tabaco. Entre ellas podemos destacar acciones de lobby agresivo sobre cargos políticos de enclaves de decisión como Bruselas y parlamentos estatales y regionales. Así mismo son artimañas propias de esta industria el hecho de desmentir y poner en duda la evidencia científica, el uso de mensajes engañosos en sus discursos promocionales, la captación de nuevos usuarios entre la población juvenil o del colectivo femenino, la promoción del contrabando, la

paralización de litigios mediante “acuerdos extrajudiciales”, la realización de campañas de marketing agresivas que rayan la ilegalidad, el impulso del uso de nicotina a través de nuevos dispositivos electrónicos, así como la utilización de la falsa responsabilidad social corporativa apoyando causas benéficas y programas sociales, con los que “lavar” su imagen.

NOVENA:

El análisis del impacto de la ley de tabaco nos ha mostrado buenos resultados en la reducción de la exposición al humo ambiental del tabaco, en el cumplimiento de la misma ley, y en la reducción de la patología relacionada con el consumo de tabaco.

Aún así es necesario avanzar en los entornos libres de humo en espacios al aire libre y en mejorar la oferta de ayuda para dejar de fumar, de forma homogénea en todas las Comunidades Autónomas, así como avanzar decididamente en la regulación de los cigarrillos electrónicos.

DECIMA:

La mejor forma para generar respuestas a los nuevos desafíos que en el campo del tabaquismo estamos viviendo, **es la unión entre profesionales sanitarios, científicos y la sociedad civil.** Ello permite crear las sinergias suficientes para que se planifiquen acciones coordinadas que aboguen por una sociedad más libre de tabaco y llevarlas a cabo de manera rápida y efectiva.

El CNPT agradece la colaboración desinteresada de los ponentes, la cesión gratuita de la sede por parte de Cofares, el patrocinio de las empresas que han permitido la realización de la jornada, y a todos los asistentes a la jornada que han contribuido a su éxito. Seguimos avanzando en prevención y control del tabaquismo en España.