



Diario de Navarra.

19/12/00

Un programa logra que los enfermos diabéticos dejen el hábito de fumar

DDN. PAMPLONA.

La Clínica Universitaria y el Servicio Navarro de Salud han diseñado un programa que permite multiplicar por siete el abandono del hábito del tabaco en enfermos de diabetes, algo muy recomendable puesto que estos pacientes tienen un alto riesgo de sufrir complicaciones cardiovasculares.

Los resultados de la campaña han sido publicados por la revista "Diabetes care", órgano oficial de la Asociación Norteamericana de Diabetes.

El tabaco produce una triple adicción, física, psicológica y social, *"muy difícil de vencer sin ayuda o con el simple consejo de abandono dado por los profesionales de la salud"*, señalan los promotores del programa. Por ello, defienden la necesidad de *"programas basados en educación para la salud, cuyo principal objetivo es capacitar a los fumadores para abandonar el hábito del tabaco"*.

Los participantes del estudio procedían en su mayoría del Hospital de Navarra, la Clínica Universitaria y de centros de salud de Pamplona y su comarca, que se sometieron a este nuevo programa dividido en tres fases.

Primero se celebró una entrevista individual con la enfermera en la que se explicaban las razones para dejar de fumar, se subrayaban las ventajas del abandono del tabaco en lugar de los riesgos del hábito y se hacía hincapié en los aspectos positivos para el caso concreto de los pacientes diabéticos.

La segunda fase consistió en una terapia de sustitución de la nicotina sólo para aquellos pacientes que fumaban más de 20 cigarrillos al día o para quienes ya habían intentado alguna vez dejar de fumar. Por último, se realizó un programa de seguimiento durante seis meses para evitar la recaída.