

TABAQUISMO Y PSICOLOGÍA. AVANCES Y RETOS EN LA IMPLANTACIÓN DE LOS PROFESIONALES COLEGIADOS EN ESPAÑA

Algunas Conclusiones del Grupo de Trabajo de Control del Tabaquismo

Aída de Vicente

El control del tabaquismo es un tema de máxima prioridad en las agendas de salud mundial, ya que el consumo de tabaco es la causa aislada más importante de morbilidad y mortalidad prevenible en los países industrializados, entre ellos, España. Los profesionales de la Psicología participan de manera creciente en programas de prevención y asistencia a fumadores. Sin embargo, todavía existen algunos obstáculos en nuestro país que están frenando la incorporación de psicólogos en este ámbito, a pesar de que la intervención psicológica ha demostrado ampliamente su eficacia y eficiencia en el manejo del consumo del tabaco.

El Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos (COP) está tratando de impulsar la participación de los psicólogos en el campo del tabaquismo en España a través de la consolidación de una línea de investigación robusta que permita desarrollar estrategias basadas en la evidencia. Como paso previo al desarrollo de cualquier actuación en esta línea, el Grupo de Trabajo del Control del Tabaquismo del COP, se planteó la necesidad de evaluar la prevalencia, actitudes y prácticas del grupo de psicólogos en relación al tabaquismo, ya que, al contrario de lo que sucede con otros profesionales (médicos, enfermeros, educadores, etc.), no se disponen de estudios relacionados con estos aspectos en nuestro país. Con esta finalidad, han dado a conocer los resultados de su investigación, titulada “Tabaquismo y Psicología: avances y

retos en la implantación de los profesionales colegiados en España”.

Algunos de los objetivos que se han intentado alcanzar a través de este estudio han sido, de un lado, evaluar el consumo, actitudes y prácticas en relación al tabaquismo por parte de los psicólogos en España, y de otro, valorar su capacidad de registrar indicadores de relevancia para el tratamiento del tabaquismo o identificar los principales obstáculos percibidos por los profesionales del sector que podrían estar frenando una actuación sistemática en este campo, entre otros.

Para la realización del estudio, se partió inicialmente de las Bases de Datos del COP del colectivo de psicólogos colegiados del estado español que ejercen su profesión en la actualidad (N= 44.768). Posteriormente, mediante muestreo aleatorio estratificado por Colegios Profesionales, se obtuvo una muestra final de 2.379 colegiados (21% hombres y 79% mujeres) a los que se contactó, bien vía telefónica o por e-mail, solicitando su participación para completar una encuesta sobre tabaquismo, que se realizó *ad hoc* para esta investigación, y que fue administrada mediante dos técnicas: la entrevista telefónica Computer Aided

Telephone Interview (CATI) y la entrevista vía web Computer Aided Web Interview (WATI).

Los principales resultados de esta investigación han servido de base para la elaboración de unas primeras recomendaciones por parte del Grupo de Trabajo de Control de Tabaquismo del COP.

RESULTADOS

1. Consumo de tabaco por parte de los profesionales de la Psicología

De acuerdo con los resultados de este estudio, la prevalencia del consumo de tabaco entre los profesionales de la Psicología fue ligeramente inferior a la de la población general (un 27,3% frente al 29,4%), así como la frecuencia de consumo diario de tabaco. Dentro del grupo de fumadores, el 42,3% indica que le gustaría abandonar el consumo, siendo superior el porcentaje de colegiados que desearía dejarlo (45,3%) frente al de colegiados que manifiestan dicho deseo (31,5%).

Si observamos la evolución del consumo de tabaco a lo largo de los diferentes grupos de edad, los datos indican que en los últimos años un gran número de colegiados ha dejado de fumar, aunque todavía sería esperable un porcentaje de abandono ligeramente superior dado que se trata de una profesión eminentemente sanitaria, tal y como se reconocen la mayoría de los encuestados de acuerdo a su situación laboral.

También es de destacar que el 59,3% de quienes fuman admite haber realizado, al menos, un intento serio de abando-

nar el tabaco, no observándose diferencias por género ni por grupos de edad.

2. Conciencia de los riesgos del consumo para la propia salud

La percepción de riesgo derivado del consumo de tabaco es baja, puesto que la mayoría de los psicólogos que fuman considera que no tienen problema alguno de salud debido al consumo de tabaco (72,6%). No obstante, parece que los grupos más jóvenes comienzan a tener una mayor conciencia del riesgo que supone el tabaco para su salud frente a los grupos de mayor edad (el 27,9% del grupo hasta 30 años, frente al 16,1% del grupo de más de 50 años).

3. Método elegido para dejar de fumar

Respecto al método elegido para dejar de fumar, la mayor parte (88,9%) refiere haberlo intentado sin buscar ayuda.

4. Previsiones legales de espacios libres de humo de tabaco

Un 21,7% de los psicólogos encuestados señala que en su lugar de trabajo existen lugares habilitados para fumar. No obstante, esta permisividad es mayor cuando se trabaja en ámbitos o en puestos de trabajo ajenos a la Psicología.

5. Actuación de los profesionales de la Psicología en relación al tabaco y

percepción de la capacitación para realizar tratamiento

Sobre la actuación de los profesionales de la Psicología, el 21,1% de los psicólogos registran de manera sistemática el consumo de tabaco de sus pacientes u otras personas atendidas en el marco de su trabajo y el 25,1% proporciona consejo sistemático a sus clientes sobre la importancia de abandonar el consumo de tabaco.

Los psicólogos que realizan tratamiento del tabaquismo en sus consultas (un 15,3% del total) centran su intervención en tratamiento psicológico (76,7%), materiales de autoayuda (36%) y en tratamiento combinado psicológico y farmacológico (29%).

Por otro lado, tan sólo el 21,1% de los psicólogos encuestados que trabajan en la asistencia afirman haber recibido formación específica en tabaquismo, y en su gran mayoría esta formación ha tenido lugar en estudios de postgrado (63,7%).

6. Expectativas de mejora que se espera lleguen de los Colegios Oficiales de Psicólogos

El 78,4% de quienes trabajan en labores asistenciales considera que las acciones por parte de los Colegios Oficiales de Psicólogos que más les ayudarían a reducir el consumo de tabaco entre las personas que atienden son, por este orden: oferta de programas para dejar de fumar (49,1%); oferta de formación (29,3%); e información sobre el tabaquismo a través de revistas, web, etc. del COP (16,3%).

RECOMENDACIONES

A la luz de los resultados del estudio, el Grupo de Trabajo de Control del Tabaquismo del COP ha planteado las siguientes recomendaciones de actuación:

1. Sensibilizar a todos los psicólogos colegiados que todavía fuman sobre la necesidad de dejar de fumar: Es prioritario sensibilizar a todo el colectivo de la magnitud del problema, y de nuestro papel profesional ejemplar en evitarlo y poner en práctica medidas a corto, medio y a largo plazo que permitan disminuir la prevalencia del consumo de tabaco entre todas las personas colegiadas. Éste debe ser un tema estratégico prioritario del COP.

2. Ofrecer y facilitar la participación en una estrategia eficiente de formación especializada de calidad: Se ha constatado que la información y la formación que disponen los colegiados sobre el tabaco, su prevención y su tratamiento es insuficiente, por lo que se plantea necesario realizar un curso de formación de formadores en la sede del COP en Madrid.

3. Facilitar tratamiento a los psicólogos que fuman y que desean dejar de fumar: Muchos colegiados quieren dejar de fumar pero no saben cómo hacerlo, no se ven suficientemente motivados o no dan el paso porque no tienen a mano un tratamiento que puedan poner en práctica. Estos datos son semejantes a lo que ocurre en la población general y que se ven también reflejados en nuestro colectivo.

Entre los psicólogos que fuman se percibe una dificultad adicional: la contradicción que conlleva fumar y tener que llevar a cabo tratamiento del tabaquismo. Por este motivo, el COP apuesta por facilitar el acceso a los colegiados a tratamientos efectivos, tanto en sus respectivas Comunidades Autónomas (por ejemplo, ofreciendo tratamientos desde cada Colegio), como mediante otros procedimientos que se puedan arbitrar

(como tratamiento a través de Internet, telefónico, etc.).

4. Incluir de un modo más claro el tratamiento psicológico en el Sistema Nacional de Salud (SNS) y en todo el sistema público y de atención sanitaria a la población española: Dada la eficacia que tiene el tratamiento psicológico para el control del tabaquismo (tal y como muestran numerosos estudios, revisiones y meta-análisis) y debido al papel fundamental que ha jugado y juega la Psicología como ciencia en su aportación ininterrumpida durante más de 50 años al conocimiento de la adicción al tabaco, el Grupo de Trabajo de Control de Tabaquismo del COP, considera necesario impulsar el protagonismo del tratamiento psicológico dentro del SNS.

Por todo ello, se solicita que el COP de España siga insistiendo, quizás con más ahínco, ante las autoridades sanitarias a nivel nacional y en las distintas comunidades autónomas, de la relevancia y eficacia de nuestro papel como psicólogos, de la necesidad de que se vayan implantando los psicólogos y el tratamiento psicológico de los fumadores, ayudando a reducir el abultado coste sanitario que producen

las enfermedades derivadas del consumo de tabaco. Se plantea como posibilidad la puesta en marcha de un teléfono para dejar de fumar abierto a toda la población española.

5. Incrementar la formación sobre el tabaco, su evaluación, su prevención y su tratamiento en la universidad: Debido a la carencia formativa en relación al tabaquismo, sobre todo en los estudios de grado, se sugiere que se haga llegar a las distintas facultades españolas de Ciencias de la Salud este estudio y se les haga partícipes de la necesidad de que incluyan contenidos específicos sobre tabaco. Con ello se facilitará mejorar la formación y el impacto de la atención prestada por los futuros profesionales de la Psicología y que éstos mejoren sus estilos de vida en relación a la salud.

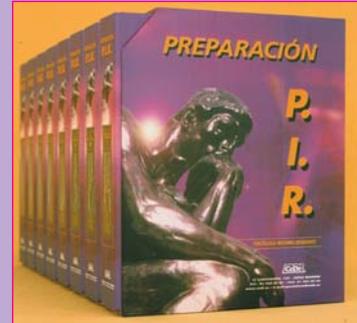
6. Repetir esta encuesta periódicamente: Para conocer la evolución del conocimiento, actitudes y prevalencia del consumo de tabaco entre los colegiados se hace necesario repetir la presente encuesta con cierta periodicidad, como puede ser cada dos años. De este modo, se podrán evaluar y valorar los resultados de las acciones puestas en práctica desde el COP.

CONSEJO GENERAL DE COLEGIOS OFICIALES DE PSICÓLOGOS
INFOCOP
REVISTA DE PSICOLOGÍA

¡Todos los números publicados en la web!

<http://www.cop.es/infocop>

PUBLICIDAD



LA MEJOR, MÁS COMPLETA Y CONTRASTADA
PREPARACIÓN A DISTANCIA Y PRESENCIAL

MATERIALES

- ✓ CARPETAS PIR CONTENIDOS DE CEDE
- ✓ CARPETAS TEST COMENTADOS
- ✓ CARPETA CON TODOS LOS EXÁMENES PIR DESDE 1993. Últimos comentados.
- ✓ GUIA PIR DE PREPARACIÓN

CURSOS PRESENCIALES

POSIBILIDAD ELEGIR ENTRE DISTINTOS TIPOS DE CURSOS, SEGÚN EL:

- ✓ INICIO: Enero, Marzo, Abril, Junio
- ✓ DURACIÓN de 7, 6, 5, y 4 Meses
- ✓ GRUPOS de martes y jueves ó sábados

PUEDES DISPONER DE LAS CARPETAS ANTES DEL INICIO DE LOS CURSOS

VER CALENDARIO EN INTERNET

CURSOS A DISTANCIA

Dirigido a los que por su situación laboral o geográfica no puedan asistir a los cursos presenciales y desean preparar el P.I.R. con todas las garantías.

- ✓ **MATERIALES:** Carpetas PIR de CEDE y GUIA PIR.
- ✓ **TUTORÍAS:** Para orientar, consultar y solucionar las dudas surgidas a lo largo de la preparación.
- ✓ Realización de **EXÁMENES** por Áreas.
- ✓ Realización de **SIMULACROS** de Examen PIR. Los mismos que los presenciales.

LOS MEJORES RESULTADOS
MAS DEL 65% DE LAS PLAZAS LAS
CONSIGUEN NUESTROS ALUMNOS

INFÓRMATE EN
<http://pir.cede.es>
La Web del psicólogo



C/ CARTAGENA, 129 - 28002 MADRID
TEL.: 91 564 42 94 - www.cede.es
e-mail: oposiciones@cede.es