

sociedad

Fumar hasta el final

Cada vez más hospitales aprovechan el ingreso de un paciente cardiovascular para incitar al abandono del tabaco ● También se trata en cuidados paliativos

MÓNICA L. FERRADO
Barcelona

Por sus arterias circula sangre gracias a cuatro bypass. Además, se ahoga al caminar porque sufre EPOC. Aun así, Roberto Díaz fuma cada día un paquete entero de tabaco. Poco, afirma, comparado con lo que fumaba antes del gran susto. "He llegado a fumar tres paquetes diarios. Estoy enganchado como un idiota. Sé que me perjudica, pero si me pregunta si quiero dejarlo le diré que me gusta fumar, que en mi interior no siento el deseo de abandonarlo", explica este fumador recalcitrante al que los médicos ya le han avisado de que se está dejando la vida en el tabaco. Mientras estaba ingresado en el hospital del Mar, en Barcelona, aprovecharon para que empezase un programa para dejarlo. "Oye, que no me acabo de creer que mata", dice.

Cada vez son más los hospitales en los que cuando ingresa un paciente cardiovascular, respiratorio, psiquiátrico o con cáncer al que se considera fumador recalcitrante, es decir, que fuma más de 30 cigarrillos al día, se aprovecha para iniciar de forma intensiva el tratamiento antitabaco. Fumar siempre es malo, pero en el caso de estos enfermos significa jugar a la ruleta rusa.

En el hospital de Bellvitge, por ejemplo, a los pacientes cardiovasculares o respiratorios graves les visita un médico y un psicólogo cada dos días durante el ingreso, explica Josep María Ramón, jefe de la Unidad de Tratamiento del tabaquismo de este hospital. Se utiliza la terapia psicológica y fármacos. Sirve para identificar rápidamente barreras y preparar las herramientas que al salir del hospital le van a servir para pasar la abstinencia y no recaer, explica Ramón. También toman sustitutos de la nicotina, bupropion o vareniclina. Uno u otro según si hay alguna contraindicación a causa de la enfermedad que padece.



Algunos pacientes que recaen no vuelven por los talleres de deshabituación. / TEJEDERAS

El abuelo que siempre fumó

En muchas conversaciones de sobremesa sobre el tabaco aparece la historia de un abuelo que fumó hasta pasados los 80 años. Incluso a veces tiene 90 o casi 100. Siempre puede haber excepciones realmente muy excepcionales, pero un fumador difícilmente alcanzará edades tan longevas. Por ejemplo, su riesgo de sufrir un cáncer de pulmón es diez veces mayor que el resto de la población y el de enfermedad cardio-

vascular se triplica. Y si el fumador anciano fue el abuelo de alguien, que no confíe en la herencia genética.

Si bien es cierto que existe una cierta predisposición genética que incrementa el riesgo de desarrollo del cáncer de pulmón, también está claro que las sustancias que lleva el tabaco son capaces de inducir cambios en el material genético de las células que las torne cancerígenas.

Ramón explica que, aunque parezca increíble, hay pacientes que no ponen de su parte: "Los hay bastante suicidas, te dicen que no quieren dejarlo o que como están tan mal ya no vale la pena hacer el esfuerzo que les supone", afirma el especialista. Su trabajo consiste en convencerlos de que si dejan de fumar, su calidad de vida mejorará.

Ana Riccobene, coordinadora del programa de deshabituación del tabaco del Instituto Catalán de Oncología (ICO), atiende a enfermos de cáncer que deben dejar de fumar. En todo cáncer influye el tabaco. Es la causa principal de los de pulmón, cabeza, cuello, boca, bufeta y los gástricos. "Hoy se consigue que remitan muchos tipos de cáncer, pero

hay que eliminar el tóxico que lo causa, porque si no se vuelve a recaer", explica Riccobene.

En el ICO organizan talleres a los que asisten los pacientes y los familiares. Se trata de informar y motivar. Además, deben acudir periódicamente a visitas. Cuando un paciente ya no vuelve, Riccobene ya sabe, como ocurre con la deshabituación de otras drogas, que ha vuelto a fumar. "No se atreven a venir, les da vergüenza". Hay excepciones, como uno de sus pacientes, Antonio, que padece un cáncer de pulmón. "Cuando volvió a fumar vino y me dijo: vengo a dar la cara".

Riccobene también atiende a los pacientes fumadores que ingresan en la unidad de cuidados paliativos. A muchos les quedan pocas semanas de vida y aún fuman. "Te dicen que con lo mal que ya están, no vale la pena". Aún así, ella trata de convencerles de que compensa dejarlo. "No es solo que te cures o no, es que el tiempo que te quede lo vas a vivir con más calidad de vida".

Recuerda casos de grandes enfermos que en sus últimos meses de vida lo dejaron. Es el caso de un anciano de 80 años que vivía atado a una bombona de oxígeno y se ahogaba incluso cuando se movía del sofá a la cama. Al dejarlo, le explicaba entusiasmado que, aunque sabía que iba a morir, respiraba mejor y había podido ir con su nieta al parque. También recuerda a otra paciente con un cáncer sin solución. Al ingresar decidió que quería dejar de fumar. "Me dijo: aunque sea lo último que haga, quiero matar al cigarrillo antes de que me mate a mí. Sé que haré feliz a mi pareja, que lleva tanto tiempo insistiéndome para que lo deje", recuerda Riccobene.

"Quiero matar al cigarrillo antes de que él me mate a mí", dijo una mujer

Algunos enfermos se ven tan mal que ya no les compensa dejar el hábito

Recalcitrantes son también los pacientes de psiquiatría, un colectivo muy fumador. Hasta la reforma de la ley del tabaco, en algunos hospitales en el único espacio donde aún estaba permitido fumar era en los ingresos de psiquiatría. Ahora también está prohibido, y cuando se ingresa a un paciente psiquiátrico fumador para estabilizar su situación, se aprovecha la estancia para iniciar la deshabituación. "El 90% de los pacientes esquizofrénicos fuman y mucho. Cuando fuman se están automedicando. El tabaco actúa sobre la dopamina", explica Ramón. No solo se intensifica la terapia cognitiva para modificar sus hábitos, además se ajusta la medicación para dejar de fumar en relación con los fármacos que ya toman. En estos casos, cuando se trata su tabaquismo de forma ambulatoria, las posibilidades de éxito son escasas. Sin embargo, en los que empiezan el tratamiento aplicando una atención más intensiva, los éxitos son del 30%, explica Ramón.

Suscríbete 1 año a **EL PAÍS** por 399 € y llévate **GRATIS ESTA MICROCADENA PANASONIC** con reproductor para iPod-iPhone

S



EL PAÍS
del suscriptor

www.elpaisdelsuscriptor.com



llama al
902 11 91 11
y descubre todas las ventajas
de ser suscriptor:



barcelona
world race

Conecta cada día con las noticias de EL PAÍS y con tu música favorita. Ahora, al suscribirte un año a EL PAÍS, de lunes a domingo, te llevas de regalo una Microcadena Panasonic con reproductor iPod-iPhone.