Revisión

and the standard factor

Diferencias individuales como predictores del éxito en la reducción del tabaquismo. Una revisión

AGUSTIN BAYOT ANTONIO CAPAFONS Universitat de València

RESUMEN

El trabajo que aquí se presenta analiza las variables más importantes que pueden pronosticar el éxito terapéutico en la eliminación del tabaquismo. Tradicionalmente, las únicas variables que se han considerado relevantes han sido la autoeficacia y la dependencia nicotínica. Sin embargo, estudios recientes han puesto de manifiesto la existencia de una serie de variables que pueden facilitar el abandono del tabaco (tales como autocontrol, baja sensibilidad nicotínica, autoeficacia y motivación de cambio) o pueden dificultar su eliminación (neuroticismo, estrés, aumento de peso y el síndrome de abstinencia).

Asimismo, también se cuestionan las propiedades ansiolíticas de la nicotina y se apoyan los efectos antidepresivos de dicho agente farmacológico.

Finalmente, se argumenta que tanto el aumento de peso como el ansia pueden actuar por mecanismos distintos al resto de síntomas que conforman el síndrome de abstinencia.

Palabras clave: Tratamiento del tabaquismo. Diferencias individuales. Síndrome de abstinencia. Predicción.

SUMMARY

This study analyses the most important variables which may lead to therapeutic success in smoking cessation. Only self-efficacy and nicotine dependance have traditionally been regarded as important facts. Nevertheless, recent studies have shown the occurrence of some variables such as self-control, low nicotine sensitivity and motivation for change which may facilitate smoking cessation, and others variables which may render difficult in the smoking quitting, such as neuroticism, stress, weight gain and withdrawal syndrome. Moreover, ansyolytic nicotine properties are questioned and its antidepressive effects are supported.

It is finally argued that both, weight gain and craving, may act as mechanisms which differ from the remaining symptoms of the withdrawal syndrome.

Key Words: Smoking treatment. Individual differences. Withdrawal syndrome. Prediction.

CORRESPONDENCIA A:

Dr. Agustín Bayot C/. Bilbao, 10 - 6.° 46009 VALENCIA

RÉSUMÉ

Le travail dont on traite ici analise les variables les plus importantes qui peuvent pronostiquer la réussite thérapeutique dans l'élimination du tabaquisme. Traditionnellement, on a considéré uniquement comme des variables remarquables, l'auto-efficacité, et la dépendance nicotinique. Pourtant, des études récents on déterminé l'existance d'une série de variables qui peuvent faciliter l'abandon du tabac (telles que l'auto-contrôle, la baisse sensibilité nicotinique, l'auto-efficacité et la motivation de changement) ou qui peuvent rendre difficile son élimination (la névrose, le stress, l'augmentation du poids et le syndrome de sevrage).

D'ailleurs, on questionne aussi les propietés anxiolytiques de la nicotine et on appuie les effets antidépresseurs de cet agent pharmacologique.

Pour finir, on argumente que, soit l'augmentation du poids, soit l'anxiété, elles peuvent agir par des mécanismes divers au reste des symptômes qui constituent le syndrome de sevrage.

Mots Clé: Therapie du tabaquisme. Differences individuelles. Syndrome de sevrage. Prédiction.

INTRODUCCION

A partir de la revisión realizada por Leventhal y Cleary (1980), el comportamiento adictivo al tabaco se considera como un proceso formado por una serie de etapas. Dichas etapas son: iniciación, mantenimiento y abandono. Centrándose únicamente en la fase de abandono, en relación a los estudios llevados a cabo para determinar las variables que puedan predecir el éxito terapéutico en el tabaquismo, los resultados obtenidos son francamente desalentadores (Bayot, Capafons y Amigó, 1993). Sin embargo, aunque tradicionalmente las variables predictoras más importantes únihan sido la auto-eficacia (Bandura,, 1977a) y la dependencia nicotínica (Fagerstrom, 1978; Bayot, Capafons y Amigó, 1993), estudios recientes determinan la existencia de una serie de variables que facilitan o dificultan la eliminación del tabaquismo.

VARIABLES QUE FACILITAN EL ABANDONO

La aplicación de estrategias de afrontamiento es un factor determinante en la eliminación del hábito de fumar (Shiffman y Willsp 1985). Ya que, entre los fumadores que aplican una estrategia de afrontamiento, el 70% no recae; frente al 18% que no aplican dichas estrategias (Shiffman, 1985). Sin Embargo tal y como indican Wills y Shiffman (1985), existen una serie de cues-

tiones que determinan la elección de una respuesta de este tipo. Estas son: 1) grado de severidad del estresor; 2) percepción de poder cambiar el estímulo estresor; 3) la dificultad y la percepción del esfuerzo del afrontamiento a realizar y 4) personalidad y diferencias individuales. Además, la aplicación de dichas estrategias también está determinado por una serie de factores. Dichos factores pueden ser haber participado en anteriores tratamientos (en este caso, se utilizan más estrategias de tipo compartamental) y, a medida que transcurre el tiempo, desde la aplicación del tratamiento, disminuye la frecuencia en la cual se aplican las estrategias (Shiffman, 1985).

Por otra parte, los fumadores que han recibido un tratamiento formal (frente a los que abandonan su hábito por sí mismos), combinan tanto las estrategias cognitivas como las comportamentales. Sin embargo, los fumadores que no asisten a un tratamiento formal es más probable que utilicen únicamente estrategias de afrontamiento de tipo cognitivo (Shiffman, 1985). Por otra parte, Shiffman (1985) ha elaborado un perfil de riesgo de los factores que pueden inhibir la utilización de las estrategias de tipo comportamental. Sin embargo, las estrategias cognitivas no se ven afectadas por dichos factores de riesgo. Aspecto éste a tener en cuenta en la aplicación de los tratamientos para eliminar el hábito de fumar.