

Análisis de los resultados de un programa de tratamiento para dejar de fumar a los seis años de seguimiento.

Froján, M.X.* y Olivares, R.**

* *Doctora en Psicología de la Salud. Profesora asociada del departamento de Psicología Biológica y de la Salud. Universidad Autónoma de Madrid (España).*

** *Psicóloga. Servicio de Psicología Aplicada. Universidad Autónoma de Madrid (España).*

Resumen

En este estudio se analizan los resultados de la evaluación de un grupo de participantes en un programa para dejar de fumar desarrollado en el Servicio de Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Madrid (España), a los seis años de finalizado el mismo. Se trata de una muestra de 21 personas, de las cuales 5 son abstinentes en el momento de la evaluación y otras 16 continúan fumando. Se utilizó un cuestionario para evaluar una serie de variables, agrupadas en las siguientes categorías: datos biográficos, hábito de fumar, hábitos de salud y situación de recaída. Se realiza un análisis descriptivo y de frecuencias de tales variables y se estudian las asociaciones significativas utilizando la prueba chi-cuadrado respecto a dos de ellas: estatus actual de fumador y tiempo de abstinencia. Respecto a la primera de éstas, aparecen asociaciones significativas en las variables peso y control del deseo de fumar. En cuanto a la variable tiempo de abstinencia, aparecen asociaciones significativas respecto a peso, modificaciones en los hábitos de salud, cumplimiento de objetivos a corto plazo, causa de la recaída, situación de recaída, sentimientos al fumar el cigarrillo y apoyo social.

Palabras Clave

Tratamiento del hábito de fumar; proceso de recaída; abstinencia.

— **Correspondencia a:** _____

María Xesús Froján Parga. Dpto. Psicología Biológica y de la Salud. Universidad Autónoma de Madrid. Ciudad Universitaria de Cantoblanco. 28029 Madrid (España). Tel.: 91 397 3956. E-mail: mxesus.frojan@uam.es



Summary

In this work we analyze the results of a smoking cessation program with six years follow-up, carried out on the Applied Psychology Service of Autonomoma University in Madrid (Spain). The sample was composed of 21 subjects, 16 who had relapsed and 5 still abstinent. We used a questionnaire to assess variables grouped on four categories: biographic data, smoking habit, health habit and relapse situation. We did a descriptive and frequency analysis and we used chi-cuadrado test to study significative associations with Smoking status and Abstinence period variables. There are significative associations among smoking status with weight and smoking urgency control. Abstinence period is associated with weight, changes on health habit, short term objectives, relapse cause, relapse situation, emotions with the first cigarette and social support.

Key Words

Treatment for smoking habit; relapse process; abstinence.

Résumé

Dans ce travail nous analysons les résultats de l'évaluation d'un groupe de participants à un programme, ayant eu une durée de six ans, pour abandonner le tabac, organisé dans le Service de Psychologie Appliquée de l'Université Autonome à Madrid (Espagne). Les sujets sont 21 au total, dont 5 sont abstinents lors de l'évaluation et 16 fument toujours. Nous avons utilisé un questionnaire pour évaluer les variables regroupées en quatre catégories: renseignements biographiques, habitude de fumer, règles de vie et de santé, et situation lors de la rechute. Nous avons fait une analyse descriptive et des fréquences de ces variables et nous avons étudié les associations significatives en utilisant le test chi-carré pour deux d'entre elles: situation actuelle du fumeur et temps d'abstinence. La première présente des associations significatives pour les variables de poids et contrôle du désir de fumer. Quant au temps d'abstinence, il y a des associations significatives relatives au poids, changements des règles de vie et de santé, accomplissement des objectifs à court terme, cause de la rechute, situation de la rechute, sentiments au moment de fumer la cigarette et assistance sociale.

Mots clé

Traitement pour abandonner le tabac; procès de la rechute; abstinence.

I. INTRODUCCIÓN

En los últimos quince años se ha reducido considerablemente el número de fumadores en los países del llamado primer mundo. Concretamente, en Estados Unidos y Gran

Bretaña el 40% de las personas que alguna vez han fumado regularmente lo han dejado y sólo entre una cuarta parte y una tercera parte de los adultos son fumadores (Jarvis, 1994). A pesar de esta tendencia en la sociedad, hemos avanzado muy poco en la clarifi-