

LA ENTREVISTA MOTIVACIONAL Y ETAPAS DE CAMBIO. ABSTINENCIA TABÁQUICA. A PROPÓSITO DE UN CASO

Autores: *Noemí Martínez Albert (1), Juan Antonio Vidal Paya (2), Antonio José Gómez Navarro (3), María Eugenia Pastor López, Isabel Martínez Arribas.*

Centro de trabajo: *1, 2 Unidad de Conductas Adictivas (UCA) Elda (Alicante), 3 EIR Salud Mental Hospital General Universitario Virgen de la Salud, Elda (Alicante).*

IV JORNADA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL AEESME / COMUNIDAD VALENCIANA



INTRODUCCIÓN

La entrevista motivacional es un estilo de conversación colaborativo cuyo propósito es reforzar la motivación y el compromiso de la persona con el cambio. Es mucho más que hacer preguntas y exige una escucha de calidad.

La entrevista motivacional integra el modelo cognitivo-conductual, mediante la entrevista semi-estructurada y técnicas concretas como el Balance decisional; el modelo Humanista, empatía y aceptación incondicional; y el modelo Transteórico o de etapas de cambio de Prochaska y Diclemente: pre-contemplación, contemplación, preparación o determinación, acción, mantenimiento y recaída.

En nuestro caso clínico, se trata de una mujer de 63 años que solicita admisión en UCA de Elda por consumo activo de tabaco de 20 cigarrillos al día. Antecedentes médicos de interés: EPOC. Derivada por su MAP. Está casada, tiene dos hijos y está jubilada. Se encuentra en fase contemplativa dado que piensa seriamente en dejar de fumar y revisa las ventajas que tendría si dejara de fumar.

OBJETIVOS

Los objetivos propuestos son los siguientes:

1. Describir las etapas de cambio que se va produciendo en la paciente durante el seguimiento en la consulta de Enfermería.
2. Abandonar el consumo de tabaco en el caso que nos compete.

DESARROLLO

1ª consulta de enfermería (16/06/2022): fomentar evitación de estímulos y/o disparadores. Intervención motivacional dirigida a reajuste del estilo de vida potenciando hábitos de vida saludables. Disminución de número de cigarrillos. Derivación a otros profesionales.

2ª consulta de enfermería (01/07/2022): la disminución en el número de cigarrillos no ha sido llevado a cabo. Refiere sentir impotencia y pérdida de control sobre el consumo. Estrategias terapéuticas e inicio en las próximas semanas de tratamiento farmacológico.

3ª consulta de enfermería (19/07/2022): Se inicia tratamiento farmacológico según pauta médica. Fecha inicio de abstinencia: 29/07/2022. Compromiso de disminuir cantidad de consumo.

4ª consulta de enfermería (26/07/2022): disminución en el consumo de tabaco. Identificación y manejo del craving leve/intenso. Identificar factores desencadenantes del craving. Higiene bucal.

5ª consulta de enfermería (02/08/2022): abstinencia tabáquica desde el día 29/07/2022. Buena adherencia al tratamiento. Le está ayudando leer para disminuir las ganas de fumar. Refiere craving ocasional.

6ª consulta de enfermería (10/08/2022): Comenta que le está ayudando salir a pasear con su hija y la lectura. Refiere buena evolución y buen estado general.

7ª consulta de enfermería (21/09/2022): abstinencia tabáquica desde hace casi dos meses. No refiere episodios importantes de craving. Rechazo a ambientes con olor a tabaco.

METODOLOGÍA

Para el abordaje del caso se han tenido en cuenta las Fases del Cambio de Prochaska y Diclemente que se exponen a continuación:

Fases del cambio:

- Pre-contemplativa: la paciente necesita información y feedback para aumentar su conciencia del problema y la necesidad de cambiar por lo que la tarea principal de enfermería será aumentar la percepción de riesgos y los problemas de su conducta.
- Contemplación: hay intención, pero no hay decisión, por lo que la tarea de enfermería será facilitar que la balanza se decante a favor del cambio. Balance decisional.
- Preparación o determinación: hay intención y decisión. Elección de estrategias terapéuticas personalizadas, pauta de tratamiento farmacológico y comentar los efectos secundarios del cambio.
- Acción: fomentar el mantenimiento del proceso, apoyo en el manejo de las dificultades y reconocimiento.

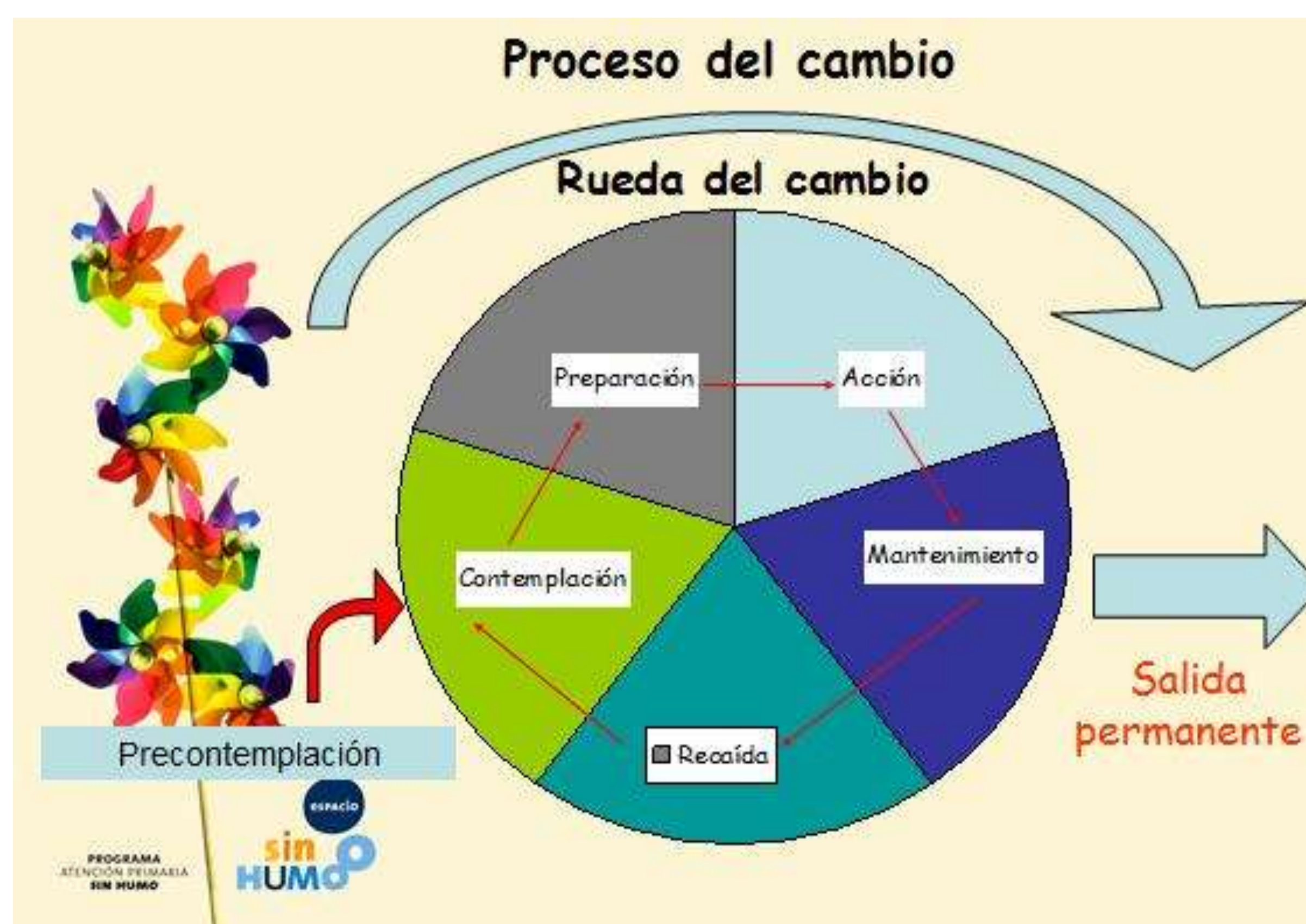
CONCLUSIONES

Es obligación del profesional no solo aconsejar sino también motivar, es decir, que nuestras recomendaciones aumenten la probabilidad de realizar el cambio.

La entrevista motivacional es un estilo de asistencia que debe estar centrada en el paciente, fomentar que vaya adquiriendo un compromiso de cambio, un compromiso en cuanto a su comportamiento.

BIBLIOGRAFÍA

1. R. Miller W, Rollnick S. La entrevista motivacional. Ayudar a las personas a cambiar. 3ª. Edición. Ediciones Paidós; 2015.
2. Prochaska, JO, y Diclemente, CC. Hacia un modelo integral de cambio. En el tratamiento de conductas adictivas. Boston, MA: Springer US; 1986.
3. Fernández MI, Pérez MC, Manzano MA. La entrevista motivacional y su uso en enfermería para promover el cambio. Hygia de enfermería: revista científica del colegio. 2018; 97: 38-41.



Fuente de imagen: Programa de actividades preventivas y de promoción de la salud. Sem FYC – PAPPs.