DEJAR DE FUMAR TAMBIÉN ES CUIDARSE: ESTRATEGIAS DE DESHABITUACIÓN TABÁQUICA Y PREVENCIÓN CARDIOVASCULAR EN PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL GRAVE

Marta Pelaz Sánchez, Gonzalo Martín Martín, Javier Sastre Yañez, María del Carmen Flor Gomez, Lydia Urda Moral

Hospital Universitario Marqués de Valdecilla

I JORNADA CÁNTABRA DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL / AEESME

INTRODUCCIÓN

- El tabaquismo es **mucho más frecuente en el TMG** y es el principal factor de riesgo modificable de su desigualdad en salud [1]
- Dejar de fumar es la **estrategia preventiva más coste-efectiva** en prevención cardiovascular [2]
- La **enfermería de salud mental** ocupa una posición clave, aunque los ensayos de intervenciones enfermeras en TMG son escasos [3]

×3 más probabilidad de fumar en la esquizofrenia que en la población general [1]

74 ensayos y 11 023 participantes en el metaanálisis en red sobre tratamiento [4]

OBJETIVOS

1. Describir la evidencia sobre la deshabituación tabáquica realizada o apoyada por enfermería en personas con TMG
2. Identificar las actuaciones de enfermería de salud mental en la valoración, la intervención y el seguimiento
3. Proponer un modelo de actuación enfermera integrado en la prevención cardiovascular

METODOLOGÍA

Revisión narrativa estructurada de la literatura publicada entre **2015 y 2026**

Búsqueda dirigida en fuentes indexadas en **PubMed/MEDLINE** y **Cochrane Library**

Prioridad: revisiones sistemáticas, metaanálisis, guías y **ensayos con intervención enfermera** en adultos con TMG

DESARROLLO: ACTUACIÓN SEGÚN EL PROCESO ENFERMERO

1. VALORACIÓN

- Registrar **en cada contacto** el consumo, la dependencia y la motivación
- Integrar el tabaco en la valoración del **riesgo cardiovascular** [2]

Qué valorar

Consumo de tabaco

Grado de dependencia

Motivación para dejar de fumar

ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL

NANDA 00188

Tendencia a adoptar conductas de riesgo para la salud

2. INTERVENCIÓN

- **SCIMITAR+** (n = 526): apoyo conductual individual por profesionales de salud mental formados, generalmente enfermeras, junto a farmacoterapia: ↑ **abstinencia a los 6 meses**, no significativa a los 12 [1]
- **Programa grupal enfermero** de 8 sesiones (n = 68): ↓ dependencia y ↑ autoeficacia, sin mantener la diferencia a los 3 meses [3]

ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL

NIC 4490 Ayuda para dejar de fumar

Entrevista motivacional y refuerzo de la autoeficacia

3. SEGUIMIENTO Y COORDINACIÓN

- El efecto decae con el tiempo: **seguimiento prolongado** y prevención de recaídas
- Vareniclina, bupropión y terapia sustitutiva de nicotina ↑ **abstinencia** en TMG (certeza moderada-alta) [4]
- Dejar de fumar **no empeora el ánimo** y se asocia a menos ansiedad y depresión [5]

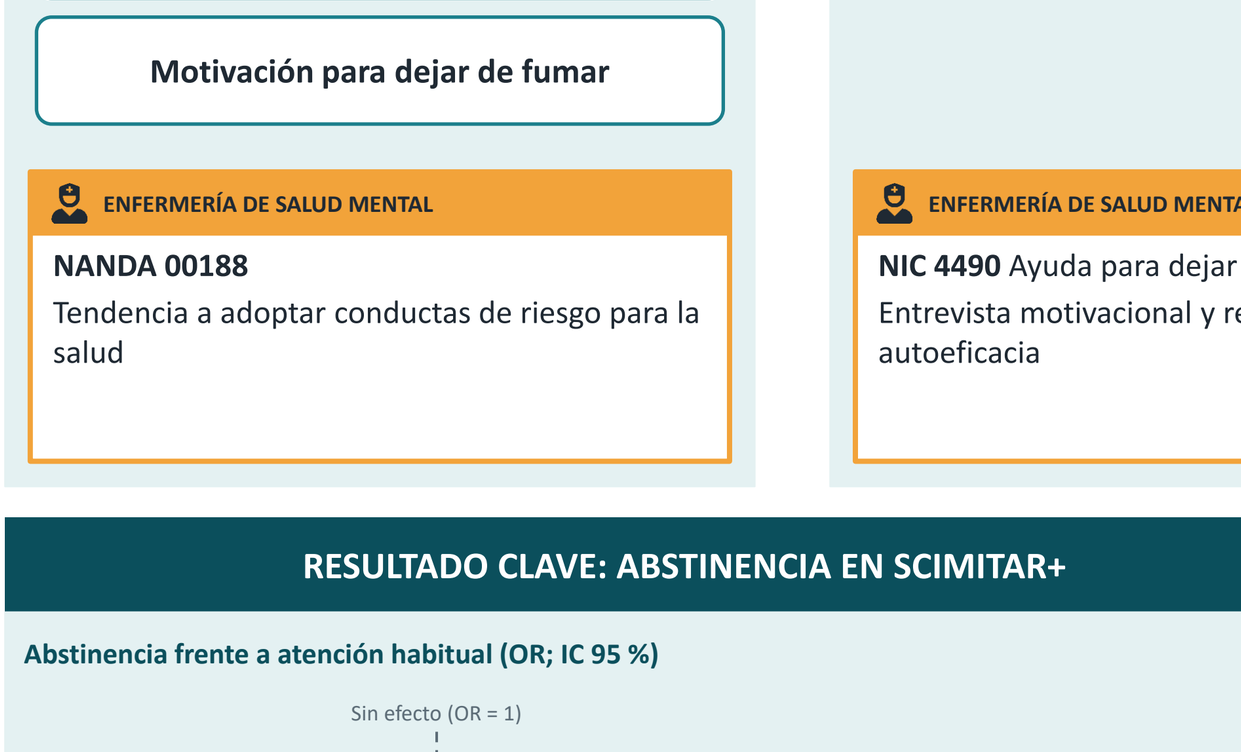
ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL

Favorecer la adherencia y vigilar efectos adversos y estado mental

Coordinar con **psiquiatría** (ajuste de psicofármacos)

RESULTADO CLAVE: ABSTINENCIA EN SCIMITAR+

Abstinencia frente a atención habitual (OR; IC 95 %)



CONCLUSIONES

- La enfermería de salud mental dispone de intervenciones con **respaldo científico**: cribado, apoyo conductual individual o grupal y seguimiento prolongado
- El efecto **decae a los 12 meses**: el seguimiento es parte del tratamiento
- La **psicoenfermera** debe incorporar la deshabituación tabáquica a su práctica habitual como parte de la prevención cardiovascular

BIBLIOGRAFÍA

1. Gilbody S, Peckham E, Bailey D, Arundel C, Heron P, Crosland S, et al. Smoking cessation for people with severe mental illness (SCIMITAR+): a pragmatic randomised controlled trial. Lancet Psychiatry. 2019;6(5):379-90.
2. Visseren FLJ, Mach F, Smulders YM, Carballo D, Koskinas KC, Bäck M, et al. 2021 ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice. Eur Heart J. 2021;42(34):3227-337.
3. Öztürk Z, Tozoğlu EÖ, Metin A, Uludağ E, Sayim E. Effectiveness of smoking cessation training in patients at a community mental health center. World J Psychiatry. 2026;16(7):118770.
4. Bekkering GE, Detraux J, López-López JA, De Hert M, Evins AE, Vanhove AC, et al. Smoking cessation for people with severe mental illness: systematic review and network meta-analysis. BMJ Med. 2026;5(1):e002190.
5. Taylor GMJ, Lindson N, Farley A, Leinberger-Jabari A, Sawyer K, te Water Naudé R, et al. Smoking cessation for improving mental health. Cochrane Database Syst Rev. 2021;3:CD013522.