

Escalas de adicción nicotínica/motivación personal

Se consideran fumadores, según la OMS, las personas que han fumado al menos un cigarrillo al día en el último mes. Aquellas personas que llevan más de seis meses sin fumar son exfumadores. En estos pacientes debe realizarse una historia clínica detallada, que incluya el número de cigarrillos consumidos, edad de inicio, tipo de tabaco, intentos de abandono, exploración física incluyendo el peso, presión arterial, pulsos periféricos, bioquímica (glucosa, perfil lipídico), pruebas de coagulación, actitud frente al tabaco, valoración de la dependencia mediante el Test de Fagerström (Tabla 1), y patologías asociadas.

Para el diagnóstico es fundamental valorar la motivación del paciente fumador, mediante el test de Richmond (Tabla 2). La medición de monóxido de carbono (CO) en aire espirado (cooximetría) es un método sencillo e incruento que valora la exposición al humo del tabaco. Sirve para contemplar la abstinencia, como medida de refuerzo positivo durante la deshabituación, y como marcador del riesgo vascular del tabaquismo. Por ello, su determinación es muy conveniente en todas las consultas en las que se aborde el tabaquismo. Las cifras de CO para diferenciar entre fumadores y no fumadores se encuentran entre 5 y 10 partes por millón (ppm). Debe tenerse en cuenta que la cantidad de CO en el aire espirado no sólo está en relación con el número de cigarrillos sino también con el patrón de consumo (número y profundidad de las inhalaciones) y tiempo transcurrido desde el último consumo.

Tabla 1. Test de Fagerström modificado

Preguntas	Opciones	Puntos
Después de levantarse ¿Cuánto tiempo tarda en fumar su primer cigarrillo?	< 5 minutos < 30 minutos < 60 minutos > 60 minutos	3 2 1 0
¿Le cuesta no fumar en los lugares donde está prohibido?	Si No	1 0
¿A qué cigarrillo le costaría más renunciar?	Al primero Otros	1 0
¿Cuántos cigarrillos fuma al día?	>30 21 a 30 11 a 20 <11	3 2 1 0
¿Fuma más en las primeras horas, tras levantarse que durante el resto del día?	Si No	1 0
¿Fuma aunque esté tan enfermo que le obligue a guardar cama la mayor parte del día?	Si No	1 0

Valoración: < 5 baja dependencia; 5 a 7 dependencia moderada; ≥8 dependencia elevada

Adaptada de Área de Salud de Toledo. Atención Primaria. Programa de Prevención de Enfermedades Cardiovasculares. Toledo 2001.

Tabla 2. Test de Richmond

Preguntas	Opciones	Puntuación
¿Le gustaría dejar de fumar si pudiera hacerlo fácilmente?	Si No	1 0
¿Cuánto interés tiene usted en dejarlo?	Muy seriamente Bastante Algo Nada en absoluto	3 2 1 0
¿Intentará dejar de fumar en las próximas dos semanas?	Definitivamente si Si Quizás Definitivamente no	3 2 1 0
¿Qué posibilidad existe para que deje de fumar en los próximos seis meses?	Definitivamente si Si Quizás Definitivamente no	3 2 1 0

Valoración de la motivación: ≤ 4 baja; 5-6: media; ≥ 7 alta

Adaptada de:

- Barrueco M, Hernández MA, Torrecilla M. Manual de prevención y tratamiento del tabaquismo. Madrid: Ergon, 2003.

- Gaona ML y López JM. Usuario fumador. En: Guía de Actuación en Atención Primaria (2ª ed.) semFYC. Barcelona: EDIDE 2002; p. 275-279.

Bibliografía:

Heatherton TF, Kozlowsky LT, Frecker RC, Baker T, Whisler W, Fagerström KO. The Fagerström test for nicotine dependence: a revision of the Fagerström tolerance questionnaire. Br J Addict 1991; 86: 1119-27.

Barrueco M, Hernández MA, Torrecilla M. Manual de prevención y tratamiento del tabaquismo. Madrid: Ergon, 2003.

Autores: Francisco Javier Alonso Moreno (Médico de Familia. Doctor en Medicina. Vocal de Investigación de SEMERGEN) y

José Manuel Comas Samper (Médico de Familia. Presidente de SEMERGEN en Castilla-La Mancha. Miembro del Grupo de Diabetes de SEMERGEN)

