

"Dejar de fumar en el lugar de trabajo: 1 año de éxito con breves seminarios"
08/11/2005

Hutter H, Moshammer H, Neuberger M.

Instituto de Salud Medioambiental, Centro de Salud Pública, Universidad Médica de Viena, Kinderspitalgasse 15, 1095, Wien, Austria,

Un estudio realizado en distintas empresas de cinco provincias austriacas ha revelado que una terapia intensiva apoyada por una atención sanitaria ocupacional y una dinámica de grupo puede conseguir que un 40–55% de los asistentes deje de fumar durante un año, incluso sin medicación.

Objetivos: en el estudio, se evaluaron seminarios realizados en centros de trabajo para encontrar métodos para dejar de fumar que requieran menos tiempo.

Métodos: 308 fumadores que asistieron a un seminario participaron en un estudio sanitario repetido, que incluía el cuestionario breve SF–36. Transcurridos 3 meses, 268 (87%) de ellos se presentaron a nuevas entrevistas y, un año después, lo hicieron 223 (72%). Los resultados mostraban que el porcentaje de personas que llevaba 1 año sin fumar oscilaba entre el 40% y el 55%. En el 96% de los casos, bastó con una terapia intensiva de 6 horas sin ayuda farmacéutica posterior para mantener la abstinencia durante 12 meses. Ni siquiera los largos historiales como fumador ni los muchos intentos fallidos para dejar de fumar constituyeron un motivo para pronosticar un fracaso. En todos los participantes, mejoró la calidad de vida subjetiva reflejada en el cuestionario breve SF–36. En las personas que dejaron de fumar, la percepción de su salud general mejoró aún más.

Fuente:

"Archivos Internacionales de Salud Ocupacional y Medioambiental".

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/>

Une initiative de l'Union Européenne

