

Comparación de dos maneras de ayudar a quienes tienen enfermedad pulmonar obstructiva crónica a dejar de fumar

Investigador principal

Dr. Edward Ellerbeck

Organización

University of Kansas Medical Center Research Institute

¿Cuál fue el tema de la investigación?

La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es una enfermedad que dificulta la respiración. Dejar de fumar puede ser muy complicado para las personas que tienen esta enfermedad y fuman.

El equipo de investigación comparó dos maneras de ayudar a las personas que tienen enfermedad pulmonar obstructiva crónica a dejar de fumar cigarrillos. La primera fue un tratamiento sustitutivo con nicotina a largo plazo, que permite reducir poco a poco el número de cigarrillos que se fuman mediante el uso de parches, chicles o pastillas de nicotina. La segunda fue el abandono corriente del tabaco, en la que hubo consejeros que ayudaron a las personas que fumaban a escoger una fecha para dejar de fumar y a prepararse para ello. Luego podían usar parches, pastillas y chicles de nicotina en la fecha elegida o después. El equipo quería saber si el tratamiento sustitutivo con nicotina a largo plazo era mejor que el abandono corriente del tabaco para ayudar a los pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica a dejar de fumar.

¿Cuáles fueron los resultados?

Después de un año, el equipo de investigación no encontró ninguna diferencia entre los dos grupos en el número de personas que habían dejado de fumar. Los investigadores tampoco encontraron diferencias entre los grupos en el número de cigarrillos que fumaban por día, el número de veces que los pacientes habían tratado de dejar de fumar ni en la cantidad de

sustancias químicas malas para la salud que aspiraban. No hubo diferencias en el funcionamiento de los pulmones ni en cuántas veces habían tenido que ir al hospital o a la sala de urgencias.

En este estudio, el equipo de investigación descubrió que los pacientes del grupo de abandono corriente del tabaco habían tardado menos tiempo en terminar el programa y habían tenido menos efectos secundarios que los pacientes que recibían el tratamiento sustitutivo con nicotina a largo plazo.

¿Quiénes tomaron parte en el estudio?

En el estudio participaron 398 pacientes adultos que tenían enfermedad pulmonar obstructiva crónica, hablaban inglés o español y fumaban cinco o más cigarrillos al día. Todos eran pacientes de dos centros médicos del Medio Oeste. El 60 % de los pacientes eran mujeres. Además, el 70 % eran de raza blanca; el 28 %, afroamericanos; y el 2 %, de otras razas. La edad promedio era de 56 años.

¿Qué hizo el equipo de investigación?

El equipo de investigación asignó los pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica al azar a uno de dos grupos. Uno de los grupos recibió tratamiento sustitutivo con nicotina para dejar de fumar y el otro, abandono corriente del tabaco. Los pacientes del grupo con tratamiento sustitutivo con nicotina recibieron una combinación de parches, chicles o pastillas de nicotina durante 12 meses, así como información sobre cómo usarlos, y una sesión

en persona con un consejero. Además, estos pacientes recibieron llamadas de consejeros capacitados para ver si estaban usando los parches, los chicles y las pastillas. Los consejeros les hicieron preguntas sobre los efectos secundarios y les ayudaron a decidir si recibían suficiente nicotina para satisfacer sus deseos de fumar. Los pacientes tuvieron seis sesiones de seguimiento con los consejeros.

Los pacientes del grupo de abandono corriente del tabaco tuvieron sesiones telefónicas con un consejero sobre estrategias de afrontamiento y control del estrés al dejar de fumar. Los consejeros ayudaron a los pacientes que dijeron estar listos para dejar de fumar a crear un plan. Si establecían una fecha para abandonar el tabaco, los pacientes recibían parches, chicles o pastillas de nicotina para usarlos en la fecha fijada y durante las diez semanas siguientes.

Luego de un año, el equipo de investigación comparó el número de pacientes que habían dejado de fumar en cada grupo.

Los investigadores pidieron la colaboración de organizaciones que ayudan a las personas a dejar de fumar, de exfumadores y fumadores con enfermedad

pulmonar obstructiva crónica, de médicos y de expertos en salud pública para conducir el estudio.

¿Qué limitaciones tuvo el estudio?

Algunos de los pacientes del grupo de abandono corriente del tabaco usaron los parches, chicles o pastillas de nicotina aun sin haber fijado una fecha para dejar de fumar. Este consumo de nicotina pudo haber dificultado que el equipo de investigación observara si había habido diferencias en el abandono del tabaco entre los dos grupos.

¿Cómo se pueden usar los resultados?

Tanto el tratamiento sustitutivo con nicotina como el abandono corriente del tabaco sirvieron para que algunos pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica dejaran de fumar. Es posible que el abandono corriente del tabaco sea la mejor opción para los pacientes con enfermedad pulmonar obstructiva crónica que están listos para dejar de fumar porque tuvo menos efectos secundarios y pudo realizarse en menos tiempo que el tratamiento sustitutivo con nicotina a largo plazo.

Si desea más información sobre este proyecto, visite pcori.org/Ellerbeck064.