



VIII TROBADA DEL PROGRAMA ATENCIÓ PRIMÀRIA SENSE FUM Catalunya sense fum...i Girona més!

Girona, 23 de novembre de 2017



www.papsf.cat

AFFECTACIÓ DEL TABAC EN L'APARELL CIRCULATORI

Marisa Hornero Barba, Manuel Reyes Lorente Escolar, Edelmira Serentill Cebria
EAPP Mas D'Enric

Objectiu

Reflectir els factors de risc de les malalties de l'aparell circulatori que són la primera causa de mort en la societat occidental, les seves complicacions, signes i símptomes clarament afavorides pel consum de tabac.

Ampliar coneixements dels professionals d'infermeria, permetent així una millora en el maneig de la prevenció de les malalties cardiovasculars, que afecten al cor, i les cerebrovasculars, que afecten al cervell, amb la finalitat de millorar la qualitat de vida d'aquestes persones.

Metodologia

Es realitza una revisió bibliogràfica, utilitzant com a fonts principals d'informació la guia clínica del Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya i documents de web especialitzades.

Resultats

Prop de la meitat dels quadres cardiovasculars acaben amb la defunció del pacient. La mortalitat atribuïble al tabaquisme en el sexe masculí és major que entre les dones menors de 65 anys sent un dels principals factors de risc. Els accidents cerebrovasculars entre els fumadors és quatre vegades més alt que en no fumadors.

Conclusions

S'expliquen al pacient les estratègies a seguir per aconseguir l'objectiu. Les quals inclouran un component motivacional i una modificació dels hàbits de vida, recomanant augmentar l'activitat física i realitzar dieta normocalòrica per evitar l'augment de pes. Acudir a consulta un cop per setmana, havent disminuït el seu consum de tabac al dia. Una setmana després de la data acordada per deixar de fumar, es manté lliure de fum i sense guany de pes.

Deixar de fumar redueix el risc de patir malalties cardiovasculars en un 50% a l'any i les cerebrovasculars (AVC) en un 50% després dels 5 anys.

D'entre cinc i deu anys sense fumar els riscos són equiparables als d'un no fumador