



## *Empowering Health Learning for Elderly (EHLE)*

### FORMAR A LOS PROFESIONALES – ACTIVIDAD PRÁCTICA

#### MÓDULO: CONSUMO DE TABACO ENTRE LOS MAYORES

##### **Actividad de Grupo Multidisciplinar:**

- Grupos de unas 10 personas
- Tres secciones de 10 minutos (10+10+10 minutos)
- 1 líder por grupo (farmacéutico, médico, enfermera u otro experto)

**PARTE UNO** - En cada grupo se escogen dos personas para que representen un diálogo entre el médico y el paciente/fumador. Al final de la entrevista, el resto del grupo comenta las etapas, la progresión y la conclusión que han visto, guiados por el líder del grupo (10 minutos).

##### **Ejemplo de entrevista motivacional para dejar de fumar**

*Doctor: Antes de que se vaya, ¿podría charlar con usted un par de minutos sobre su hábito de fumar? Porque sé por el historial que es usted fumador.*

*Paciente: No hay problema, siempre que no empiece a sermonearme.*

*Doctor: Está bien.*

*Paciente: Hay un par de personas que me dan la lata con el hecho de que fumo y, sabe, probablemente debería fumar menos, pero, ya sabe, es algo que me hace pasar un mal rato.*

*Doctor: Prometo que no le sermonearé. Y no creo que mi trabajo consista en arengar a mis pacientes.*

*Paciente: De acuerdo*

*Doctor: Muy bien, lo que me gustaría es intentar entender exactamente qué piensa usted sobre ese tema. ¿Le parece bien?*

*Paciente: Sí, claro.*

*Doctor: Quiero hacerle 2 preguntas. Para cada una de ellas, deme un número, ¿de acuerdo?*

*Paciente: De acuerdo.*



## Empowering Health Learning for Elderly (EHLE)

*Doctor: La primera, ¿qué importancia tiene usted ahora mismo dejar de fumar? Si 0 es ninguna en absoluto, y 10 significa mucha importancia, ¿qué número se daría a usted mismo?*

*Paciente: Probablemente, en una escala de cero a 10, yo diría que aproximadamente 6.*

*Doctor: Bien. Y la segunda pregunta, qué grado de confianza tiene usted en que, si dejara de fumar hoy, tendría éxito? Si 0 es ninguna confianza y 10 es mucha confianza, ¿qué número se daría a usted mismo?*

*Paciente: Tres.*

*Doctor: Vale. Así que no está convencido de que pudiera durar.*

*Paciente: Me parece que es algo que me costaría mucho dejar. Me costaría mucho dejar mi hábito de fumar ahora mismo, creo.*

*Doctor: Y usted mismo le ha dado una importancia de 6.*

*Paciente: Mm hm.*

*Doctor: Hay una parte de usted que piensa que sería bueno hacerlo. (Hace una pausa) ¿Por que se dio a sí mismo una puntuación de 6 y no de 0?*

*Paciente: Bueno, desde luego creo que fumar tiene algo de importancia para la salud de uno, ya sabe; constantemente lo oímos en anuncios de la televisión y lo dicen personas como usted.*

*Doctor: Pero ¿y para usted personalmente?*

*Paciente: Bueno, creo que es..., no creo que sea lo más importante para la salud de uno. Por eso no le he dado un 10. Pero creo que tiene algo de importancia. Pero, ahora mismo, realmente no me veo con confianza para poder dejarlo en este momento.*

*Doctor: Iba a preguntarle eso. ¿Qué tendría que ocurrir para que esa puntuación de la importancia pasara de 6 a, digamos, 9, antes de decir, ¡oh, sí! ¡Realmente quiero hacer esto!?*

*Paciente: Creo que tendría que estar convencido de que me sentiría mucho mejor, y de que voy a estar más sano, y tendría que tener confianza en que realmente podría dejarlo, usted me entiende, de que realmente podría hacer algunos progresos, ya sabe, eso podría ayudar. Pero, sabe usted, necesito estar un poco más convencido porque, mire, mi abuelo tiene 92 años y fuma un paquete de cigarrillos cada día y, ya ve, ¡tiene 92 años!*

*Doctor: Mm-hm.*



## *Empowering Health Learning for Elderly (EHLE)*

*Paciente: Y fuma desde hace años, así que no creo que sea lo más importante, pero...*

*Doctor: Así que podría pasar mucho tiempo antes de que se decidiera por fin a dejarlo.*

*Paciente: ¿Sabe usted? Me ahorraría algo de dinero si lo dejara.*

*Doctor: Mm-hm.*

*Paciente: Eso estaría bien. Pero es algo para lo que no tengo el..., sencillamente no me veo haciéndolo.*

*Doctor: Es algo que probablemente hará durante el resto de su vida.*

*Paciente: Bueno, sé que me gustaría dejarlo en el futuro. Pero es tan difícil, ya sabe, todo el mundo fuma. Yo lo he intentado antes, sabe usted, y es algo que sencillamente me resulta difícil.*

*Doctor: Y ¿qué le parece mi función como médico, cuando viene usted a la consulta: ¿le parece que le he dado un sermón?*

*Paciente: Bueno, no ha sido un sermón realmente, no, no me ha sermoneado usted. Creo que me ha usted hecho reflexionar un poco, supongo...*

**PARTE DOS** - Después abordarán los próximos pasos posibles, como por ejemplo planificar una visita de seguimiento, y cómo se pueden planificar estos nuevos pasos conjuntamente con el paciente (10 minutos).

**PARTE TRES** - A continuación se reparte el folleto [“Aprender a Respirar Bien con los Años”](#) – donde se explican diversas técnicas para apoyar a los pacientes en sus esfuerzos por dejar de fumar– y los participantes hablan sobre los contenidos (10 minutos).