

TABAQUISMO E INTERNET

CID SÁNCHEZ, ANA BELÉN; LAGUNA SALGUERO, MARÍA DEL CARMEN; RUIZ MORALES, ALMUDENA; VILCHEZ PIMENTEL, ESTHER;

INTRODUCCIÓN:

En nuestro país aún sigue siendo muy elevada la prevalencia de tabaquismo. No todos los pacientes tienen un acceso fácil a los tratamientos existentes para dejar de fumar. Hay programas de tratamiento a distancia, debido al avance de las nuevas tecnologías. Por tanto Internet se muestra como un instrumento de utilidad en el apoyo a los procesos de tratamiento psicológico.

OBJETIVO.

Revisar las publicaciones sobre la eficacia de los nuevos tratamientos a distancia del tabaquismo tanto a través de internet como telefónicamente.

MATERIAL Y MÉTODO

Se ha realizado una revisión bibliográfica de diversas publicaciones contenidas en las bases de datos de Medline, Science Direct, pubmed, MEDES y Scielo. La búsqueda se limitó a los últimos diez años. Las palabras claves utilizadas en la búsqueda fueron “tabaquismo”, “internet” y “tratamientos”.

RESULTADOS

Existen numerosas intervenciones psicológicas a distancia que están mostrando ser eficaces tanto a través de entrevista telefónica como de internet.

El teléfono es una opción de tratamiento que se ha mostrado eficaz en un número amplio de trabajos. A mayor intensidad de la intervención telefónica se evidencia una mayor probabilidad de éxito.

Los materiales de autoayuda a través de internet han mostrado su eficacia. Hay páginas web que de forma personalizada e interactiva ofrecen tratamientos para dejar de fumar, dirigidas por profesionales especializados. Muy pocas páginas web han sido evaluadas científicamente así por tanto hay escasa evidencia de la eficacia de los programas online para dejar de fumar. La mayoría de intervenciones basadas en internet parecen reproducir los mismos planteamientos terapéuticos que los tratamientos presenciales.

CONCLUSIONES

El tratamiento del fumador debe ser dirigido a métodos que permitan mejorar la eficiencia. Con las nuevas tecnologías se reducen costes y se facilita el acceso al tratamiento. Los resultados en algunos casos han mostrado ser similares a los resultados convencionales.