

TABAQUISMO EN ADULTOS MAYORES

Lic. Silvana Baró¹

El tabaco constituye la principal causa de muerte prevenible y en nuestro país se estima que el tabaco causa más de 40.000 muertes².

Desde enero de 2004 la Línea 0800 del Programa Nacional de Control del Tabaco del Ministerio de Salud, brinda información y apoyo a las personas que quieren dejar de fumar, como así también a sus familiares que quieren ayudar y no saben cómo hacerlo. El asesoramiento telefónico puede complementar el tratamiento médico, ser útil para comenzar el proceso de dejar de fumar y puede ayudar a prevenir recaídas durante el período inicial de abstinencia.

Es una estrategia de amplio alcance ya que llega a todo el país y en forma gratuita, esto hace que gran número de personas puedan acceder al servicio. Otra ventaja que proporciona la Línea 0800 se refiere a la gran cantidad de individuos que la prefieren porque no pueden asistir a programas de apoyo grupal o individual por horarios, distancia o por el costo que los mismos implican.

La modalidad de los llamados es "reactiva", es decir, se reciben los llamados de fumadores, amigos o familiares y se ofrece información y apoyo. Aunque, cabe mencionar, una prueba piloto que se realizó en el año 2007 de contacto

¹ Psicóloga UBA, posgrado en Dispositivos Clínicos en Mediana Edad y Vejez UBA. Consultora de la línea 0800 tabaco del Ministerio de Salud de la Nación. Miembro de AGA (Asociación Gerontológica Argentina).

² Conte Grand M y cols. Estimación del costo económico en Argentina de la mortalidad atribuible al tabaco en Adultos. Programa Vigía+ 2002.

“proactivo”, en donde el consultor llama a la persona que quiere dejar de fumar, luego del primer llamado realizado por ella, para brindar apoyo o para evitar recaídas.

El asesoramiento telefónico es una modalidad de intervención breve, en donde se evalúa en cada llamado la etapa de cambio donde se encuentra el fumador y grado de adicción; además, se reflexiona sobre las motivaciones para dejar de fumar (pros y contras), se brindan consejos que ayuden a cambiar algunas conductas por otras más saludables y, sobre todo, se ofrece contención y ayuda para prevenir recaídas en los momentos de abstinencia.

Debido a la intensa campaña antitabáquica realizada por el Programa Nacional de Control del Tabaco del Ministerio de Salud desde octubre de 2006, en la cual, se mencionó la Línea 0800 como una opción concreta para dejar de fumar, cuyo resumen cuantitativo de llamadas se presenta a continuación:

Tabla A: Distribución por mes durante el año 2006.

| Mes | Cantidad | Porcentaje |
|--------------|-----------------|-------------------|
| Ene-06 | 933 | 3,1 |
| Feb-06 | 801 | 2,7 |
| Mar-06 | 1221 | 4,1 |
| Abr-06 | 3765 | 12,6 |
| May-06 | 1479 | 5,0 |
| Jun-06 | 1147 | 3,8 |
| Jul-06 | 811 | 2,7 |
| Ago-06 | 722 | 2,4 |
| Sep-06 | 726 | 2,4 |
| Oct-06 | 7158 | 24,0 |
| Nov-06 | 7732 | 25,9 |
| Dic-06 | 3323 | 11,1 |
| Total | 29818 | 100,0 |

Fuente: Informe estadístico sobre Tabaquismo Línea 0-800-222-1002

Programa Nacional de Control del Tabaco. Ministerio Salud de la Nación.

De las llamadas recibidas 2.153 correspondieron a personas de 60 años y más en el año, pero la mayor cantidad se registró en octubre y noviembre donde se concentraron casi el 50% de los mismos; cabe agregar que de ese total 1309 fueron mujeres y 844 a varones. Es decir, las mujeres de 60 años y más representaron el 58,5% y los varones el 38,4%, donde se evidencia y ratifica una alta participación y preocupación por dejar de fumar.

| Tabla B: Distribución por Edad y Sexo durante el año 2006 | | | | | | | | | | |
|---|--------------|--------|--------------|--------|-------------|--------|-------------|--------|-----------|--------|
| Edad | Ambos sexos | % | Mujeres | % | Varones | % | No contesta | % | Desconoc. | % |
| Menor 10 años | 2 | | 0 | | 2 | | 0 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 0,00 | | 100,00 | | 0,00 | | 0,00 |
| p/columnna | | 0,01 | | 0,00 | | 0,02 | | 0,00 | | 0,00 |
| 10 a 14 años | 129 | | 70 | | 59 | | 0 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 54,26 | | 45,74 | | 0,00 | | 0,00 |
| p/columnna | | 0,43 | | 0,35 | | 0,67 | | 0,00 | | 0,00 |
| 15 a 19 años | 950 | | 597 | | 317 | | 36 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 62,84 | | 33,37 | | 3,79 | | 0,00 |
| p/columnna | | 3,19 | | 2,96 | | 3,60 | | 4,30 | | 0,00 |
| 20 a 24 años | 1669 | | 998 | | 634 | | 37 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 59,80 | | 37,99 | | 2,22 | | 0,00 |
| p/columnna | | 5,60 | | 4,95 | | 7,21 | | 4,42 | | 0,00 |
| 25 a 29 años | 1751 | | 879 | | 826 | | 46 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 50,20 | | 47,17 | | 2,63 | | 0,00 |
| p/columnna | | 5,87 | | 4,36 | | 9,39 | | 5,49 | | 0,00 |
| 30 a 34 años | 2171 | | 1199 | | 925 | | 47 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 55,23 | | 42,61 | | 2,16 | | 0,00 |
| p/columnna | | 7,28 | | 5,94 | | 10,51 | | 5,61 | | 0,00 |
| 35 a 39 años | 2549 | | 1416 | | 1077 | | 56 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 55,55 | | 42,25 | | 2,20 | | 0,00 |
| p/columnna | | 8,55 | | 7,02 | | 12,24 | | 6,68 | | 0,00 |
| 40 a 44 años | 4870 | | 3927 | | 894 | | 49 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 80,64 | | 18,36 | | 1,01 | | 0,00 |
| p/columnna | | 16,33 | | 19,46 | | 10,16 | | 5,85 | | 0,00 |
| 45 a 49 años | 7328 | | 6190 | | 1044 | | 93 | | 1 | |
| p/fila | | 100,00 | | 84,47 | | 14,25 | | 1,27 | | 0,01 |
| p/columnna | | 24,58 | | 30,67 | | 11,86 | | 11,10 | | 100,00 |
| 50 a 54 años | 2808 | | 1864 | | 870 | | 74 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 66,38 | | 30,98 | | 2,64 | | 0,00 |
| p/columnna | | 9,42 | | 9,24 | | 9,89 | | 8,83 | | 0,00 |
| 55 a 59 años | 2391 | | 1338 | | 1001 | | 52 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 55,96 | | 41,87 | | 2,17 | | 0,00 |
| p/columnna | | 8,02 | | 6,63 | | 11,38 | | 6,21 | | 0,00 |
| 60 y más años | 2200 | | 1309 | | 844 | | 47 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 59,50 | | 38,36 | | 2,14 | | 0,00 |
| p/columnna | | 7,38 | | 6,49 | | 9,59 | | 5,61 | | 0,00 |
| Edad no determinada | 1000 | | 393 | | 306 | | 301 | | 0 | |
| p/fila | | 100,00 | | 39,30 | | 30,60 | | 30,10 | | 0,00 |
| p/columnna | | 3,35 | | 1,95 | | 3,48 | | 35,92 | | 0,00 |
| Total | 29818 | | 20180 | | 8799 | | 838 | | 1 | |
| p/fila | | 100,00 | | 67,68 | | 29,51 | | 2,81 | | 0,00 |
| p/columnna | | 100,00 | | 100,00 | | 100,00 | | 100,00 | | 100,00 |

Fuente: Informe estadístico sobre Tabaquismo Línea 0-800-222-1002

Programa Nacional de Control del Tabaco. Ministerio Salud de la Nación.

El envejecimiento de la población es una gran conquista de la sociedad contemporánea, pero también esto implica grandes desafíos: El gasto sanitario aumenta con la edad, pero si se enfatizan más las acciones orientadas a un envejecimiento saludable y se potencien políticas apropiadas para tal fin podría importar una mayor eficiencia y eficacia en la asignación de recursos en salud pública. Pocas veces es demasiado tarde para cambiar comportamientos de riesgo y promover la salud; y en este sentido la OMS expresa lo siguiente: **el riesgo de muerte prematura disminuye en un 50% si se deja de fumar entre los 60 y 75 años de edad.**

Se espera hacia el futuro que las reducciones más significativas de la mortalidad tendrán lugar en las edades avanzadas (como consecuencia de los avances médicos en el control y tratamiento de las enfermedades que afectan la salud de los adultos mayores), hecho que contribuirá a incrementar el envejecimiento demográfico. Por ende, el aumento continuo de la esperanza de vida, se expresa en ganancia de años de vida en las edades avanzadas, que ha llevado a reflexionar más acerca de la calidad de vida de la población anciana³.

El proceso de envejecimiento, en ocasiones, puede presentarse acompañado de algunos problemas psicológicos y sociales para el individuo y la sociedad. Las personas de edad suelen experimentar un creciente aislamiento con respecto a la familia y en sus relaciones personales y sociales, y a menudo sufren los efectos psicológicos de la jubilación abrupta a una edad fija. (ver anexo, cuadro nº 2.)

³ INDEC. Serie análisis demográfico. Estructura demográfica y envejecimiento poblacional en la Argentina 14. Buenos Aires 1998.

En la mayoría de los llamados recibidos durante la campaña antes mencionada, se podía observar que, si bien había una dependencia física generando conductas adictivas, los factores psicológicos tenían un gran peso a la hora de prepararse para dejar de fumar, y esto se debe a que en el momento de reflexionar con el consultante sobre las razones por las cuales no podía dejar de fumar, casi siempre aparecía el tema de la **soledad**: “llego a mi casa y estoy sola/o”, “es el compañero de toda la vida”.

La soledad es “la ausencia de otros significativos⁴”, no solo implica una carencia de relaciones en lo referente a la cantidad, sino a la calidad de las mismas. Por lo cual nos llevaría a pensar que el lugar de ese “otro significativo” podría estar ocupado por el *cigarrillo*, por lo tanto, se haría más difícil dejarlo. Si bien, como se explica más arriba, hay situaciones en donde encontramos adultos mayores que viven solos, la poca capacidad de generar redes sociales es lo que tiende a agudizar estos casos.

Desde la línea 0800 se impulsa todo aquello que sea inserción en un grupo para dejar de fumar sobre todo en estos casos, pues resulta fundamental en este grupo etario, enriquecer las relaciones intersubjetivas, además de brindar los consejos antitabáquicos correspondientes (consultar al médico en los casos de adicción, cambiar una serie de conductas por otras más saludables); y sobre todo, le proponemos que siga llamando porque es una manera de no sentirse solo en el proceso de dejar de fumar.

⁴ Muchinik, E, Seidmann, S. Aislamiento y soledad. Ed. Eudeba

Cabe agregar, que siempre las personas mayores agradecen y piden disculpas por el tiempo que se les brinda en cada llamado, como si fuese poco común o inusual que sean escuchados y atendidos con atención; pareciera ser una característica de nuestra sociedad la rapidez en las respuestas y a la vez el poco compromiso por el padecimiento ajeno.

En consecuencia, es importante disponer del apoyo de la línea 0800 que ofrece información y contención, en este caso, especialmente a adultos mayores que requieren y necesitan ser escuchados, como así también estimulados a relacionarse con otros, en ambientes libres de humo, formando nuevas redes sociales, en una sociedad cada vez más conciente en la necesidad de mejorar la calidad de vida de las personas.

Para la doctora Ursula Lehr, "**no sólo es importante añadir años de vida, sino añadir vida a esos años**". Una política de envejecimiento no puede estar únicamente determinada por la cuestión ¿Qué podemos hacer con los mayores?, ya que debería responderse con ¿Qué pueden aportar los mayores a la sociedad⁵?"

⁵ Colegio Oficial de Médicos de Badajoz -España-, 29/10/2j007.

ANEXO:

Cuadro 1. Total del país. Población total e indicadores demográficos básicos por sexo según provincia. /

| Provincia | Población total | Porcentaje de población de 65 años y más (1) | | | Índice de envejecimiento (2) | | | Porcentaje de población de 80 años y más (3) | | |
|-----------------------------|-----------------|--|---------|---------|------------------------------|---------|---------|--|---------|---------|
| | | Total | Varones | Mujeres | Total | Varones | Mujeres | Total | Varones | Mujeres |
| Total país | 36.260.130 | 9,9 | 8,3 | 11,5 | 35,0 | 28,0 | 42,2 | 2,1 | 1,4 | 2,7 |
| Ciudad de Buenos Aires | 2.776.138 | 17,2 | 13,5 | 20,3 | 102,0 | 71,6 | 133,3 | 4,5 | 2,8 | 6,0 |
| Buenos Aires | 13.827.203 | 10,6 | 8,8 | 12,2 | 39,7 | 31,6 | 48,1 | 2,1 | 1,4 | 2,8 |
| Catamarca | 334.568 | 7,2 | 6,2 | 8,2 | 21,3 | 18,0 | 24,6 | 1,5 | 1,2 | 1,9 |
| Córdoba | 3.066.801 | 10,6 | 8,8 | 12,3 | 39,8 | 31,8 | 48,1 | 2,2 | 1,4 | 2,9 |
| Corrientes | 930.991 | 6,9 | 6,0 | 7,8 | 19,9 | 16,8 | 23,1 | 1,4 | 1,1 | 1,7 |
| Chaco | 984.446 | 6,1 | 5,5 | 6,8 | 17,0 | 14,9 | 19,2 | 1,1 | 0,9 | 1,3 |
| Chubut | 413.237 | 6,6 | 5,9 | 7,3 | 21,4 | 18,8 | 24,1 | 1,2 | 0,9 | 1,6 |
| Entre Ríos | 1.158.147 | 9,5 | 7,7 | 11,2 | 31,9 | 25,0 | 39,1 | 2,1 | 1,4 | 2,8 |
| Formosa | 486.559 | 5,6 | 5,3 | 5,8 | 14,8 | 14,0 | 15,6 | 1,0 | 0,9 | 1,1 |
| Jujuy | 611.888 | 5,9 | 5,5 | 6,4 | 17,2 | 15,5 | 18,9 | 1,0 | 0,8 | 1,2 |
| La Pampa | 299.294 | 9,9 | 8,7 | 11,1 | 35,1 | 30,2 | 40,3 | 2,2 | 1,5 | 2,8 |
| La Rioja | 289.983 | 6,5 | 5,8 | 7,2 | 19,5 | 17,2 | 21,9 | 1,3 | 1,0 | 1,6 |
| Mendoza | 1.579.651 | 9,4 | 8,2 | 10,5 | 32,4 | 27,0 | 37,9 | 1,8 | 1,3 | 2,3 |
| Misiones | 965.522 | 5,4 | 5,1 | 5,7 | 14,3 | 13,3 | 15,3 | 0,9 | 0,8 | 1,1 |
| Neuquén | 474.155 | 5,2 | 4,7 | 5,8 | 16,4 | 14,2 | 18,6 | 1,0 | 0,7 | 1,2 |
| Río Negro | 552.822 | 7,2 | 6,5 | 7,8 | 23,1 | 20,4 | 25,9 | 1,4 | 1,0 | 1,7 |
| Salta | 1.079.051 | 6,0 | 5,6 | 6,5 | 16,8 | 15,1 | 18,5 | 1,1 | 0,9 | 1,3 |
| San Juan | 620.023 | 7,9 | 7,0 | 8,8 | 25,5 | 21,7 | 29,5 | 1,4 | 1,0 | 1,7 |
| San Luis | 367.933 | 7,7 | 6,8 | 8,7 | 24,7 | 21,2 | 28,3 | 1,5 | 1,1 | 2,0 |
| Santa Cruz | 196.958 | 5,1 | 4,8 | 5,5 | 16,0 | 15,2 | 16,8 | 0,8 | 0,6 | 1,0 |
| Santa Fe | 3.000.701 | 11,6 | 9,5 | 13,5 | 43,8 | 34,3 | 53,6 | 2,5 | 1,6 | 3,4 |
| Santiago del Estero | 804.457 | 7,1 | 6,2 | 7,9 | 19,8 | 17,3 | 22,4 | 1,5 | 1,2 | 1,8 |
| Tierra del Fuego, Antártida | 101.079 | 2,9 | 2,6 | 3,2 | 8,7 | 7,9 | 9,5 | 0,3 | 0,3 | 0,4 |
| Tucumán | 1.338.523 | 7,5 | 6,5 | 8,4 | 23,4 | 19,8 | 27,2 | 1,4 | 1,0 | 1,7 |

(1) Población de 65 años y más sobre el total de la población por cien

(2) Población de 65 años y más sobre la población de 0 a 14 años por cien.

(3) Población de 80 años y más sobre el total de la población por cien.

Fuente: INDEC. Censo Nacional de Población, Hogares y Viviendas 2001

Cuadro 2 Total del país. Hogares por tipo de hogar y tamaño medio según estratos de hogares con adultos mayores y sexo del jefe. Año 2001

| Estratos de hogares con adultos mayores (1) | Total hogares | Tipo de hogar | | | | | | Tamaño medio del hogar |
|--|----------------|----------------|---------------------------------|------------------------------------|--------------------|-----------------------|-------------|------------------------|
| | | Unipersonal | Nuclear completo de pareja sola | Nuclear completo de pareja e hijos | Nuclear incompleto | Extendido o compuesto | No familiar | |
| Total | 10.075.814 | 1.512.788 | 1.232.173 | 4.107.017 | 1.027.461 | 2.113.599 | 82.776 | 3,6 |
| Hogares con adultos mayores (HAM) | 2.681.386 | 682.781 | 570.558 | 256.398 | 206.352 | 942.707 | 22.590 | 2,9 |
| H.Unipersonales con AM | 682.781 | 682.781 | - | - | - | - | - | 1,0 |
| AM de 65 a 74 años | 346.371 | 346.371 | - | - | - | - | - | 1,0 |
| AM de 75 años y más | 336.410 | 336.410 | - | - | - | - | - | 1,0 |
| H. Multipersonales con todos AM | 468.618 | - | 399.751 | 172 | 3.504 | 58.935 | 6.256 | 2,1 |
| todos AM de 65 a 74 años | 198.325 | - | 184.550 | - | - | 12.215 | 1.560 | 2,0 |
| todos AM de 75 años y más | 119.636 | - | 101.106 | 7 | 125 | 16.735 | 1.663 | 2,0 |
| todos AM de 65 a 74 y de 75 años y más | 150.657 | - | 114.095 | 165 | 3.379 | 29.985 | 3.033 | 2,1 |
| H. Multipersonales con Jefe/a AM y al menos un AM | 1.026.807 | - | 137.523 | 237.205 | 202.848 | 436.341 | 12.890 | 3,5 |
| Jefe/a y AM de 65 a 74 años | 686.461 | - | 124.192 | 177.721 | 117.046 | 261.570 | 5.932 | 3,5 |
| Jefe/a y AM de 75 años y más | 252.151 | - | 13.331 | 30.142 | 84.945 | 117.071 | 6.662 | 3,2 |
| Jefe/a y AM de 65 a 74 y de 75 años y más | 88.195 | - | - | 29.342 | 857 | 57.700 | 296 | 4,2 |
| H. Multipersonales con Jefe/a no AM y al menos un AM | 503.180 | - | 33.284 | 19.021 | - | 447.431 | 3.444 | 4,5 |
| Jefe/a no AM y AM de 65 a 74 años | 230.607 | - | 29.849 | 17.578 | - | 181.184 | 1.996 | 4,4 |
| Jefe/a no AM y AM de 75 años y más | 259.245 | - | 3.435 | 1.418 | - | 253.076 | 1.316 | 4,5 |
| Jefe/a no AM y AM de 65 a 74 años y 75 años y más | 13.328 | - | - | 25 | - | 13.171 | 132 | 5,7 |
| H. Sin adultos mayores | 7.394.428 | 830.007 | 661.615 | 3.850.619 | 821.109 | 1.170.892 | 60.186 | 3,8 |

INDEC. Censo 2001. Grupos poblacionales. Adultos Mayores: Hogares y población.

BIBLIOGRAFÍA:

- Conte Grand M y "Estimación del costo económico en Argentina de la mortalidad atribuible al tabaco en Adultos". Programa Vigí+a 2002.
- INDEC. Serie Análisis demográfico. Estructura demográfica y envejecimiento poblacional en la Argentina. Bs. As. 1998.
- INDEC. Serie Censo 2001. Grupos poblacionales Adultos Mayores. Bs. As. 2005
- Informe estadístico línea 0800 tabaquismo. Ministerio de Salud de la Nación.
- Lehr, Ursula. Conferencia Colegio Oficial de médicos de Badajoz/ España. 29/10/2007.
- Muchinik, E.; Seidmann, S. " Aislamiento y soledad" Ed. Eudeba
- Stead L F, Lancaster, T: Asesoramiento telefónico para dejar de fumar (Cochrane Review) In: " The Cochrane Library, Issue 1, 2006. Oxford: Udpate Software.