

Aliados contra el tabaco

El **tabaquismo** continúa siendo una de las principales causas de morbilidad evitable en España. Frente a esta realidad, la colaboración entre Atención Primaria (AP) y Farmacia Comunitaria (FC) se presenta como una estrategia integral, eficaz y cercana al paciente. En este artículo recogemos las claves del abordaje conjunto frente al tabaquismo, poniendo en valor la intervención breve, el tratamiento combinado y la continuidad asistencial.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) clasifica el tabaquismo como una enfermedad adictiva crónica. No se trata simplemente de un “hábito”, sino de una dependencia a la nicotina, reconocida tanto en la Clasificación Internacional de Enfermedades 11.^a edición (CIE-11) como en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales 5.^a edición (DSM-5). A pesar de los avances en prevención, en 2022 un 33,1 % de la población española de entre 15 y 64 años fumaba a diario, iniciándose el consumo a una edad media de 18 años. Además, en los últimos años han proliferado nuevos dispositivos como cigarrillos electrónicos, productos de tabaco por calentamiento y bolsitas de nicotina, cuyo riesgo para la salud no es menor, a pesar de las creencias establecidas.

El impacto del tabaco es demoledor: 56 000 muertes anuales en España, muchas de ellas por cáncer, enfermedades cardiovasculares y respiratorias. El coste económico por fumador puede superar los 100 000 €, sumando asistencia médica, medicamentos y pérdidas laborales.

La estrategia de intervención breve —conocida como las “5 Aes”— se ha mostrado altamente efectiva, sobre todo

cuando se ejecuta de forma colaborativa entre médicos y farmacéuticos:

- **Averiguar:** detectar de forma proactiva la condición de fumador.
- **Aconsejar:** ofrecer un consejo firme, claro y personalizado.
- **Apreciar** la disposición al cambio.
- **Ayudar** al paciente a prepararse para dejar de fumar.
- **Acordar** un seguimiento planificado.

Tanto en el centro de salud como en la FC se multiplican las oportunidades para detectar a personas fumadoras susceptibles de iniciar un proceso de cesación. Estos entornos, por su accesibilidad y cercanía, permiten realizar intervenciones en momentos clave de la vida del paciente. Una conversación espontánea durante una consulta médica o al solicitar un medicamento en el mostrador de la farmacia puede ser el detonante de un cambio profundo. Por ejemplo, una consulta por tos persistente, hipertensión o ansiedad puede abrir la puerta a hablar sobre el tabaco como factor agravante, generando conciencia en el paciente. Del mismo modo, una indicación farmacéutica —como la búsqueda de alivio para síntomas respiratorios, insomnio o estrés— es una oportunidad para preguntar de manera protocolizada sobre el consumo de tabaco y ofrecer consejo breve o derivación. Además, las campañas de promoción de la salud que se desarrollan tanto desde AP como desde la FC, junto con programas escolares o actividades comunitarias, permiten una captación proactiva. La clave está en aprovechar estos contactos, muchas veces cotidianos y aparentemente menores, para identificar a los fumadores, sensibilizarlos

e iniciar un acompañamiento hacia el abandono del tabaco.

El tratamiento más eficaz es la combinación de un enfoque cognitivo-conductual con terapia farmacológica. En el plano psicológico, se busca que el paciente reconozca sus patrones de consumo, anticipa situaciones de riesgo y cuente con recursos para gestionar el síndrome de abstinencia.

La entrevista motivacional juega aquí un papel clave, especialmente en aquellos pacientes que se muestran reacios ante la idea de dejar de fumar. Esta herramienta comunicativa, basada en el respeto, la empatía y la colaboración, permite al profesional sanitario explorar las dudas, miedos y resistencias del paciente sin imponer juicios ni soluciones unilaterales. Su objetivo no es convencer, sino ayudar al fumador a descubrir sus propias razones para el cambio, generando un compromiso interno más sólido y duradero. A través de técnicas específicas —como la escucha activa, la reformulación positiva o el uso de preguntas abiertas— se fomenta la reflexión y se potencia la autoeficacia del paciente. Esto es especialmente útil en fumadores que han intentado dejarlo previamente sin éxito, o en aquellos que reconocen los riesgos del tabaquismo, pero aún no encuentran la motivación suficiente para actuar. La entrevista motivacional convierte la consulta en un espacio seguro, donde el cambio no se impone desde fuera, sino que se cultiva desde dentro.

En cuanto al tratamiento farmacológico, destacan cuatro opciones de primera línea:

1. **Terapia Sustitutiva con Nicotina (TSN):** disponible en parches, chicles, comprimidos y spray bucal.

2. Buproprión**3. Vareniclina****4. Citisiniclina**

La TSN no requiere prescripción médica, lo que permite al farmacéutico comunitario indicarla en muchos casos. Los otros tres tratamientos precisan receta, pero pueden ser preparados desde la FC para su correcta dispensación e información al paciente.

La clave del éxito reside en la coordinación entre niveles asistenciales. La aten-

ción continua, el seguimiento personalizado y la derivación según criterios clínicos (edad, comorbilidades, recaídas) aseguran una intervención eficaz y segura. El profesional farmacéutico no solo dispensa, sino que realiza un acompañamiento terapéutico, detecta problemas relacionados con la medicación y refuerza la adherencia.

Los Servicios Profesionales Farmacéuticos Asistenciales (SPFA) permiten estructurar este abordaje desde la farmacia, incluyendo historia tabáquica, test de Fagerström, pautas de tratamiento y visitas de seguimiento.

Así pues, como conclusión, podemos afirmar que la lucha contra el tabaquismo exige una respuesta integrada. AP y FC comparten una posición privilegiada: espacios accesibles, cercanos y capacitados para ofrecer una intervención estructurada y personalizada. Apostar por su coordinación no solo mejora las tasas de abandono, sino que refuerza el sistema sanitario en su conjunto.

El tabaquismo es prevenible y tratable. Y aunque el camino hacia la cesación no es fácil, con el apoyo adecuado, es perfectamente alcanzable.

**Calendario previsto del Plan Nacional de Formación Continuada.
Consejo General de Colegios Farmacéuticos**

| Curso | Plazos de inscripción | Duración | Más información |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------|
| Implanta. Introducción a los SPFA y Dispensación (5ª edición) | Hasta 27/08/2025 | 01/09/2025-03/11/2025 | |
| Implanta. Medida de parámetros clínicos (2ª edición) | Hasta 27/08/2025 | 01/09/2025-03/11/2025 | |
| Medicamentos de uso animal y animales de producción (2ª edición) | Hasta 10/09/2025 | 15/09/2025-16/02/2026 | |
| Implanta. Indicación Farmacéutica (5ª edición) | Hasta 17/09/2025 | 22/09/2025-24/11/2025 | |
| Medicamentos biológicos y biosimilares en la farmacia (2ª edición) | Hasta 17/09/2025 | 22/09/2025-24/11/2025 | |
| Implanta. Adherencia Terapéutica (5ª edición) | Hasta 24/09/2025 | 01/10/2025-01/12/2025 | |
| Obesidad: más que una cifra | Hasta 24/09/2025 | 29/09/2025-27/10/2025 | |
| Formas sólidas de administración oral: cápsulas, comprimidos, papelillos y granulados | Hasta 01/10/2025 | 06/10/2025-10/11/2025 | |

| Curso | Plazos de inscripción | Duración | Más información |
|--|-----------------------|-----------------------|---|
| Formas semisólidas de administración tópica: emulsiones acuosas y pastas (2ª edición) | Hasta 01/10/2025 | 06/10/2025-10/11/2025 |  |
| Farmacología y farmacoterapia de las patologías infecciosas y parasitarias | Hasta 08/10/2025 | 13/10/2025-13/04/2026 |  |
| El farmacéutico como perito judicial (4ª edición) | Hasta 08/10/2025 | 13/10/2025-15/12/2025 |  |
| Formación a tutores de prácticas tuteladas | Hasta 08/10/2025 | 15/10/2025-30/01/2026 |  |
| Introducción a la dermofarmacia | Hasta 15/10/2025 | 20/10/2025-22/12/2025 |  |
| Implanta. Reacondicionamiento de medicamentos utilizando SPD (2ª edición) | Hasta 22/10/2025 | 27/10/2025-29/12/2025 |  |
| MEDyFAR - Abordaje de la cesación tabáquica | Hasta 08/03/2026 | 24/03/2025-23/03/2026 |  |

| | Teléfonos | Horario |
|---|----------------------------------|---|
| Línea Directa del PNFC⁽¹⁾ tutoriafc@redfarma.org | | L-J: 9:00-18:00 h. V: 8:00-15:00 h. |
| Información e inscripciones (Centro de atención colegial) cac@redfarma.org | 91 431 26 89 | L-J: 9:00-18:00 h. V: 8:00-15:00 h.. |
| Secretaría Técnica Administrativa⁽²⁾ secretariatecnicacgcof@redfarma.org | 91 432 41 00 Fax 91 432 81 00 | L-V: 9:30-14:00 h. L-J: 16:00-17:30 h. |

1 Consultas sobre contenidos técnico-científicos.

2 Consultas sobre corrección de exámenes y certificados.

Direcciones de interés

| | |
|---|---|
| Cuestionarios / Sugerencias | Consejo General de Farmacéuticos C/ Villanueva 11, 7º - 28001 MADRID |
| Sección de formación continuada en Farmacéuticos | http://www.farmaceuticos.com/farmaceuticos/formacion/ |
| Plataforma de formación online | https://formacion.nodofarma.es |