



Más de la mitad de los fumadores con síntomas depresivos logran dejar el tabaco tras seguir una terapia específica

- El porcentaje de abstinencia supera el 71% al acabar el tratamiento, se sitúa en el 61% un mes después y alcanza casi el 53% a los dos meses
- La Unidad Clínica de Conductas Adictivas de la Universidad de Oviedo desarrolla un programa para ayudar a las personas con depresión a dejar de fumar

Oviedo, 19 de septiembre. Más de la mitad de los pacientes fumadores con depresión o síntomas de depresión consiguen dejar el tabaco tras seguir una terapia psicológica específica. Así lo avalan los resultados obtenidos hasta ahora por la Unidad Clínica de Conductas Adictivas dependiente de la Facultad de Psicología de la Universidad de Oviedo.

Los primeros datos, tras tratar a 59 pacientes con sintomatología depresiva grave, revelan que la tasa de abstinencia del tabaco se eleva hasta el 71,2% al acabar la terapia, si sitúa en el 61,2% un mes después y supera el 52,9% a los dos meses. Los psicólogos de la Unidad Clínica de Conductas Adictivas subrayan que estas tasas son significativamente superiores a las reportadas en el contexto internacional con muestras similares.

Esta unidad desarrolla un proyecto de investigación para dar soluciones a uno de los trastornos de salud mental de mayor prevalencia en España: la concurrencia del consumo de tabaco y la depresión.

En nuestro país, la depresión afecta a entre el 5% y el 12% de la población adulta, es decir, a entre dos y cuatro millones de personas. Este trastorno psicológico se caracteriza principalmente por la presencia continua de un estado de ánimo depresivo o humor triste y la pérdida de interés o placer por actividades de la vida diaria que anteriormente resultaban gratificantes.

La evidencia científica, clínica y asistencial constata cada vez con más frecuencia la presencia de depresión entre las personas que demandan tratamientos para dejar de fumar. Se estima de hecho que las personas con síntomas depresivos tienen el doble de probabilidades de ser fumadoras que aquellas que no los padecen y que aproximadamente el 30% de los fumadores sufre síntomas depresivos en el momento en el que dejan el tabaco.

El perfil de los pacientes que demandan tratamiento para dejar de fumar y que presentan depresión se caracteriza por un consumo más alto de cigarrillos que la población general, una mayor dependencia de la nicotina y más síntomas de abstinencia durante el proceso de cesación tabáquica. La experiencia de la Unidad Clínica de Conductas Adictivas recoge que, hasta el momento, es mayor el porcentaje de mujeres que de



hombres entre los participantes de su programa. Este hecho no es sorprendente por cuanto la relación entre tabaquismo y depresión es más frecuente en las mujeres.

Los psicólogos de la Universidad de Oviedo apuntan que, a pesar de la creencia popular de que el paciente depresivo o con diagnóstico psiquiátrico no puede perseguir la abstinencia total como objetivo terapéutico, existen evidencias que indican lo contrario. La abstinencia del tabaco mejora de hecho el estado de ánimo de las personas depresivas.

Datos de contacto para quienes deseen participar en el programa

Correos electrónicos:

rupoca@uniovi.es

secades@uniovi.es

Teléfonos:

Unidad de Conductas Adictivas (UCCA) 985 10 41 89

Despacho de Roberto Secades Villa 985 10 41 39