



## La Universidad de Oviedo consolida resultados y casi triplica las personas tratadas en el programa de deshabituación tabáquica y depresión

- El Grupo de Investigación en Conductas Adictivas de la Universidad de Oviedo logra que más del 70% deje de fumar por medio de protocolos de ocho sesiones y sin recurrir a ningún fármaco

**Oviedo/Uviéu, 12 de diciembre de 2017.** El Grupo de Investigación en Conductas Adictivas de la Universidad de Oviedo ha tratado ya la deshabituación tabáquica y la depresión de manera integrada en 146 personas, manteniendo la cifra de éxito de más del 70% de abstinencia, tras haber casi triplicado el número de pacientes respecto a la fecha del último registro, en 2016. El proyecto, que se desarrolla en la Unidad de Conductas Adictivas de la Facultad de Psicología, en Oviedo/Uviéu, y en el centro de salud de Puerta de la Villa de Gijón/Xixón, supone el primer intento en España de desarrollar y evaluar un protocolo para el tratamiento integrado de ambos problemas. Tradicionalmente, y desde hace décadas, en el ámbito del tabaquismo y la salud mental se trabaja con un modelo de tratamiento secuencial: tratamiento de una condición, generalmente la depresión, para después abandonar el tabaquismo.

Este estudio de la Universidad de Oviedo permite concluir que la aproximación de tratamiento se debe ofrecer de forma integrada. Al hacerlo, la depresión remite en la mayor parte de los casos y, en caso de no hacerlo, la sintomatología depresiva se reduce de forma significativa. El proceso se desarrolla a través de tres protocolos, que incluyen las estrategias psicológicas que se han mostrado eficaces para dejar de fumar y manejar la sintomatología propia del síndrome de abstinencia (síntomas de ansiedad, depresivos, irritabilidad, etcétera). En los tres se trabaja con un método de reducción gradual individualizado para cada paciente.

En este proyecto de investigación, denominado “Tratamiento del tabaquismo en fumadores con depresión”, participan Roberto Secades Villa (investigador principal), Fernando Alonso Pérez (investigador), Alba González de La Roz (becaria FPI), Ángel García Pérez (becario FPU) y Sara Weidberg (investigadora postdoctoral).



Los tratamientos son grupales, con cuatro personas por grupo, pero cada paciente sigue una pauta individual en base al nivel mostrado en la entrevista inicial, con técnicas diferentes para el manejo de la depresión centradas en la recuperación funcional de los y las pacientes. “Lo que se persigue es que recuperen el gusto y disfrute que típicamente se ve deteriorado en la depresión. Por eso se trabaja para implicarles en actividades incompatibles con fumar, que van a repercutir positivamente en la vida de las personas que acuden a nosotros para dejar de fumar”, afirma el profesor Roberto Secades. Todas estas técnicas se integran en una misma estrategia de tratamiento dirigida al abandono del tabaco y la depresión.

Hasta la fecha, 146 personas han acudido al Grupo solicitando tratamiento para dejar de fumar. La edad media de estas personas es de unos 53 años, fumadoras y fumadores de algo más de una cajetilla de tabaco de forma diaria (22 cigarrillos), que consumen una altísima cantidad de nicotina (0,8 mg). La mayor parte son mujeres (74%), con diagnóstico de depresión o sintomatología depresiva grave y de ansiedad. No obstante, este perfil de gravedad no significa que las personas con una sintomatología depresiva leve no puedan participar.

El nivel de mejora es muy significativo, en términos de ansiedad y recuperación funcional. La tasa de recaídas se reduce a los tres primeros meses, un dato que el profesor Secades ha destacado “debido al riesgo que este periodo entraña para volver a iniciarse en el hábito del tabaquismo”.

### **Datos de contacto para quienes deseen participar en el programa**

#### **Correos electrónicos:**

grupoca@uniovi.es

secades@uniovi.es

#### **Teléfono:**

Unidad de Conductas Adictivas (UCCA) 985 10 41 89