

CURRÍCULUM UNIVERSAL DE TRATAMIENTO

PSIC. DIANA BERENICE BUSTAMANTE AGUILAR

Sesiones clínicas

Actividad de
extensión





Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



APLICACIÓN DE LA INTERVENCIÓN BREVE PARA FUMADORES¹

Esta intervención se aplicó dentro del programa de Prevención y Atención del Consumo de Sustancias del Centro de Apoyo y Orientación para Estudiantes de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM.

¹ Lira-Mandujano, Cruz-Morales y Ayala-Velázquez (2012).



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



INTERVENCIÓN BREVE PARA FUMADORES¹

Esta es una intervención cognitivo conductual que consta de:

- 1 sesión de admisión
- 1 sesión evaluación
- 4 sesiones de tratamiento
- Seguimientos

Componentes generales:

- Entrevista motivacional
- Modelo de prevención de recaídas
- Técnica en solución de problemas
- Técnicas de autocontrol

¹ Lira-Mandujano, J., Cruz-Morales, S., Ayala-Velázquez, H., (2012).



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Caso: Joven con consumo de tabaco

Datos generales de la persona atendida:

- Edad: 20
- Sexo: Masculino
- Escolaridad: Quinto semestre de licenciatura
- Ocupación: Estudiante
- Edad de inicio de consumo: 15 años
- Intentos anteriores para dejar de fumar: 1, estuvo un mes en abstinencia.

¹ Lira-Mandujano, J., Cruz-Morales, S., Ayala-Velázquez, H., (2012).



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Motivo de consulta

El usuario asistió al tratamiento para dejar de fumar que ofrece la facultad en donde estudia debido a que reportó haber observado que su consumo de tabaco había aumentado y como consecuencia su rendimiento al jugar fútbol no era el mismo de antes porque se cansaba más rápido, se cansaba al subir escaleras y también había observado que gastaba mucho dinero en cigarros.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Evaluación pre

Instrumentos aplicados:

- Test de Fargeström para la dependencia a la nicotina
- Inventario de Depresión de Beck (IDB)
- Inventario de Ansiedad de Beck (IAB)
- Línea Base Retrospectiva (LIBARE) de 1 mes
- Escala de Estados de Disposición al Cambio y Anhelos de Tratamiento (SOCRATES 8D), nos muestra el nivel de disposición al cambio a partir de 3 etapas: reconocimiento, ambivalencia y acción (Miller, 1999 adaptado por Cuevas, Luna, Vital y Lira, 2005)

Marcadores biológicos:

- Nivel de monóxido de carbono con ayuda del Smokerlyzer® de la marca bendfont.



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Evaluación pre

Instrumentos aplicados	Resultados
Test de Fargeström	3, dependencia baja
Inventario de Depresión de Beck	Leve
Inventario de Ansiedad de Beck	Moderada
Escala de Disposición al Cambio y Anhelos (SOCRATES 8D)	Reconocimiento- bajo Ambivalencia- medio Acción- bajo

Nota: Lleva 5 años consumiendo tabaco, solo una vez dejó de fumar por una apuesta que hizo con sus amigos y estuvo un mes en abstinencia.



Organización de los Estados Americanos

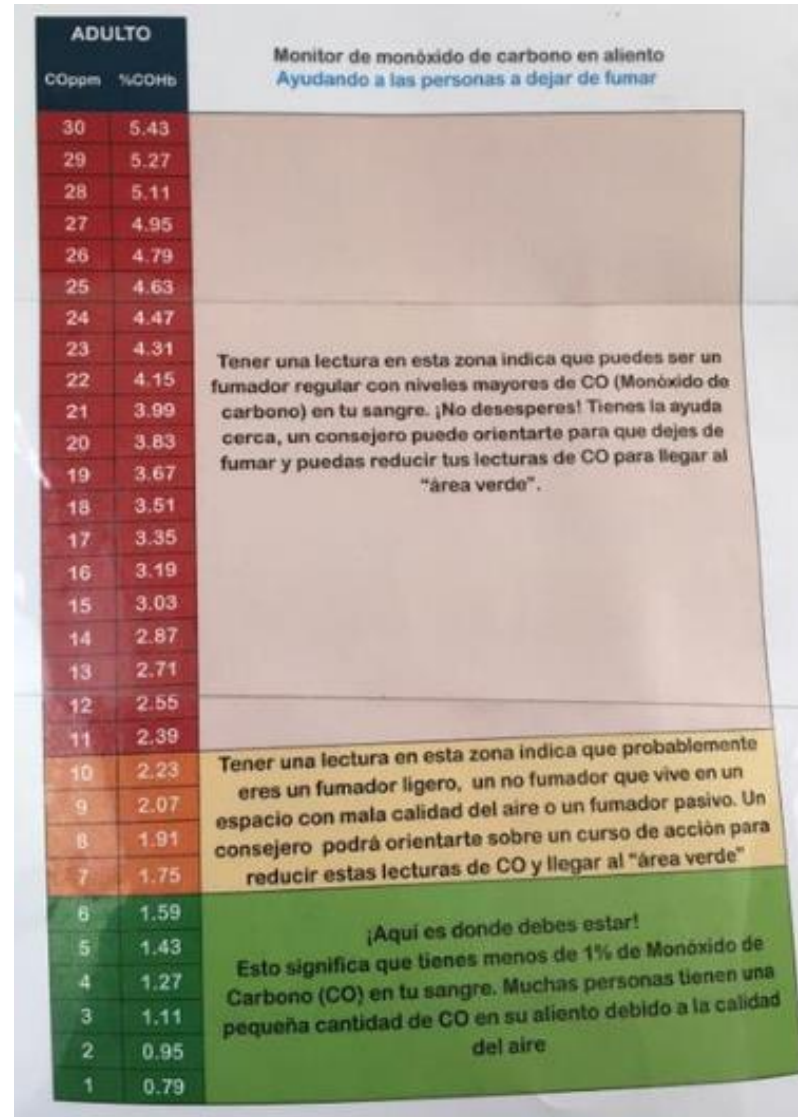


Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Evaluación pre

El monóxido de carbono es una sustancia química tóxica que se desprende tras la combustión de cigarro de tabaco.





Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Consumo de sustancias

Línea Base Retrospectiva de 1 mes

Patrón de consumo.

Consumo total de cigarros	197 (6.5 cajetillas)
Consumo diario promedio	7
Número máximo de cigarros consumidos	20, en una ocasión
Número de días en abstinencia	3

- ***Consecuencias asociadas:***

Cansancio al subir escaleras, dolor de cabeza, menor rendimiento al jugar fútbol e invertir dinero en comprar cigarros.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Intervención

- **Nivel de intervención:** Intervención Breve
- **Número de sesiones:** 6
- **Periodicidad de las sesiones:** semanales con duración de 1 hora
- **Componentes implementados:**
 - a) Entrevista motivacional
 - b) Modelo de prevención de recaídas
 - c) Técnica en solución de problemas
 - d) Técnicas de autocontrol



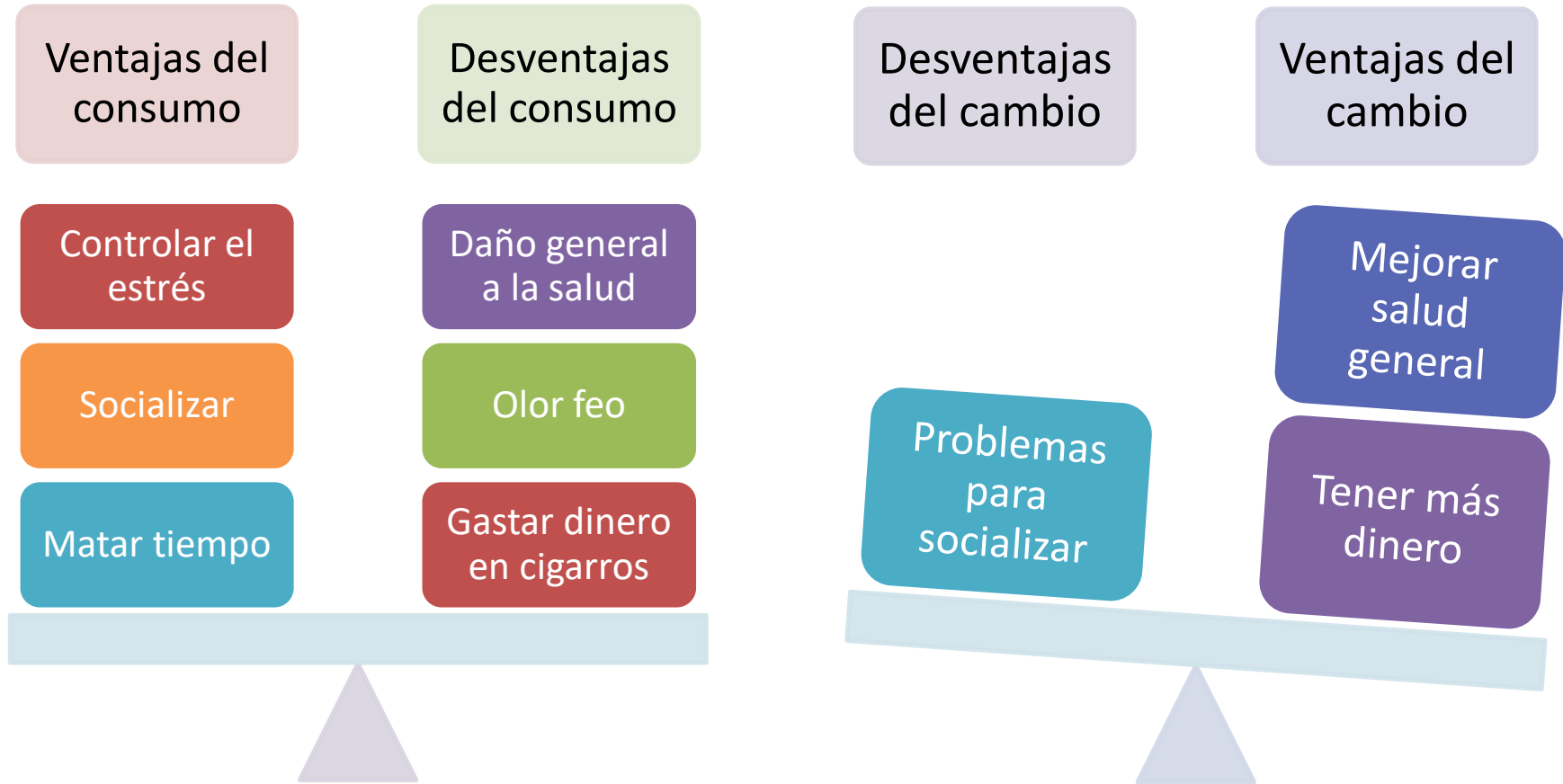
Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Balance decisional





Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Metas de intervención

- **Meta de consumo:** Abstinencia por REGINA (Reducción Gradual de Ingestión de Nicotina y Alquitrán).
- **Definición de la meta de consumo:** la meta del usuario fue disminuir en número de cigarros cada semana hasta llegar a la abstinencia, en este caso debido a que su patrón de consumo diario era de 7 el usuario debió ir disminuyendo 2 cigarros cada semana.
- **Metas de tratamiento:**
 - Mejorar condición física
 - Ahorrar dinero para comprar libros



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Estrategias para iniciar la reducción de tabaco

- Beber agua simple
- Llevar el dinero justo para el transporte y lo que gasta en la escuela
- Comprar cigarros sueltos
- Cargar con un libro
- Cargar únicamente los cigarros que va a consumir
- Especificar en qué momento va a fumar cada cigarro



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Análisis funcional de la conducta de consumo

Antecedentes	Conducta	Consecuencias
<p>Precipitadores externos</p> <p>Estar en una fiesta en un bar o en la casa de algún amigo. Estar con los amigos que fuma Consumo de alcohol</p>	<p>Fumar de 5 a 10 cigarros</p>	<p>Inmediatas</p> <p><i>Me siento más integrado</i> <i>Le gusta el sabor del alcohol combinado con el tabaco</i> <i>Las charlas son más interesantes</i></p>
<p>Precipitadores internos</p> <p>Piensa: el alcohol sabe mejor con un cigarro.</p>		<p>A mediano y largo plazo</p> <p>Mal sabor de boca</p> <p>Consume mayor cantidad de tabaco que la normal</p> <p>Olor feo</p> <p>Dolor de cabeza</p>



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Análisis funcional de la conducta de consumo

Antecedentes	Conducta	Consecuencias
<p>Precipitadores externos</p> <p>En la noche o madrugada haciendo un trabajo final que se entrega al otro día.</p>	<p>Fumar de 5 a 7 cigarros</p>	<p>Inmediatas</p> <p><i>Me relajo un momento</i> <i>Me concentro mejor</i></p>
<p>Precipitadores internos</p> <p>Siento presión de entregar el trabajo al siguiente día Piensa: debí organizarme durante el semestre para entregar el trabajo bien</p>		<p>A mediano y largo plazo</p> <p>Dolor de cabeza Me quita un poco de tiempo el estar fumando Mal sabor de boca</p>



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Planes de acción

PLAN 1	Cuando estoy bebiendo alcohol con amigos fumadores		
	<p>Pasos: Voy a estar en el área de no fumar, no salir a fumar y pedir botana, no todos fuman al mismo tiempo, platicaré con los que se queden.</p>	<p>Ventajas: Voy a tener la boca ocupada, no voy a ver gente fumar</p>	<p>Desventajas: Casi todos mis amigos fuman</p>
PLAN 2	Cuando estoy estresado		
	<p>Pasos: Pensar en calmarme, contarle a mi amigo por qué me siento estresado y respirar, tomar agua y organizar mejor mis tareas</p>	<p>Ventajas: Me sirve para desahogarme, no me duele la cabeza después</p>	<p>Desventajas: No creo que funcione ante grandes situaciones de estrés</p>



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Habilidades entrenadas

- **Habilidad**

- Técnica en solución de problemas
- Análisis funcional de la conducta
- Respiración diafragmática

- **Resultados**

- La técnica en solución de problemas le ayudó a tener alternativas de solución en situaciones académicas y con sus amigos en lugar de consumir tabaco para pensar mejor en cómo resolver esas situaciones.
- La técnica de respiración en la que se le entrenó le ayudó a relajarse ante situaciones de estrés y de enojo.
- El análisis funcional le permitió identificar cuáles eran los precipitadores de su consumo y poder generar planes de acción para atacarlos.



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Metas de intervención

- **Meta de consumo:** Abstinencia de tabaco
El usuario logró reducir su consumo de tabaco.

Meta establecida	Cumplimiento de la meta
5 cigarros	Si cumplió la meta
3 cigarros	Cumplió y aumentan días en abstinencia
1 cigarro	No cumplió la meta
abstinencia	No cumplió la meta

- **Metas de tratamiento:**
Mejorar condición física
Ahorrar dinero para comprar libros



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Evaluación post

Instrumentos aplicados	Resultados Inicial	Resultados Final
Test de Fargeström	3, dependencia baja	3
Inventario de Depresión de Beck	Leve	Leve
Inventario de Ansiedad de Beck	Moderada	Moderada
Escala de Disposición al Cambio y Anhelos (SOCRATES 8D)	Reconocimiento- bajo Ambivalencia- medio Acción- bajo	Reconocimiento- bajo Ambivalencia- medio Acción- bajo



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas

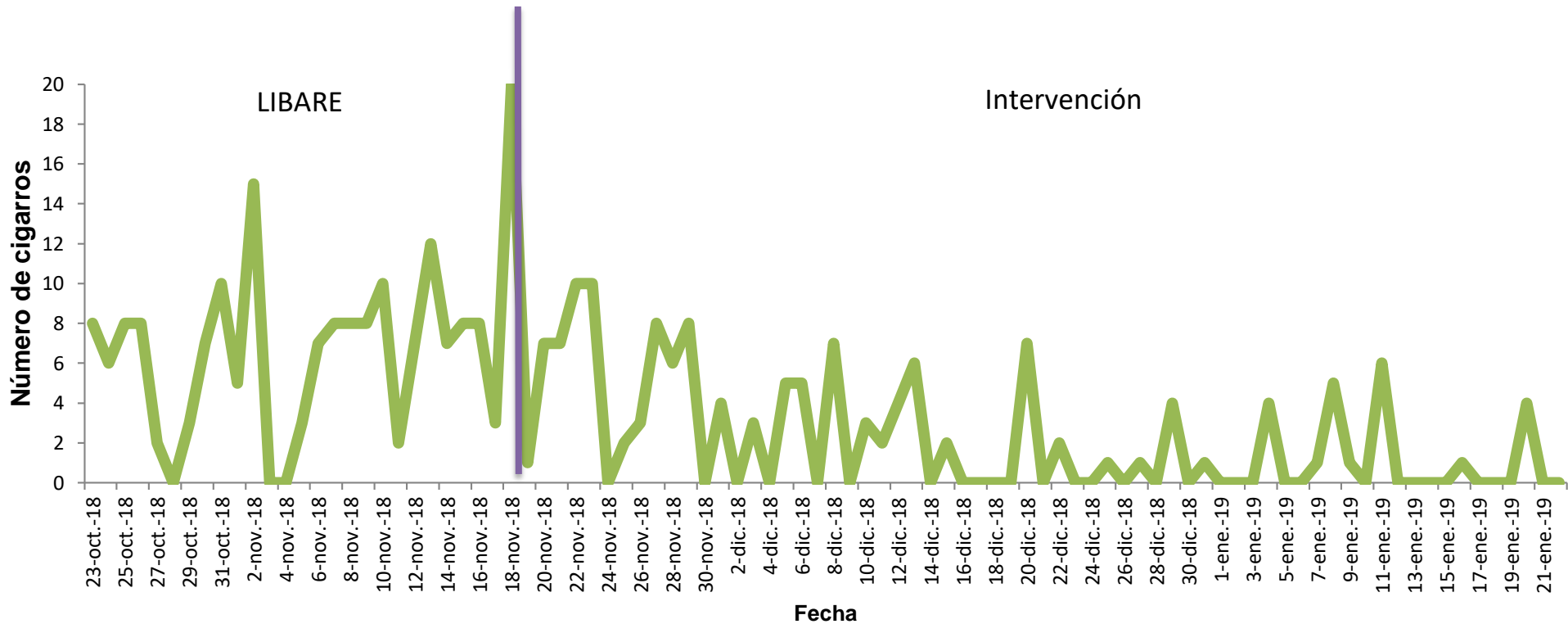


Figura 1. Consumo de cigarrillos antes y durante la intervención



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Seguimientos

Instrumentos aplicados	Seguimiento 1 1 mes	Seguimiento 2 3 meses	Seguimiento 3 6 meses
Test de Fargeström	2	1	1
Promedio de consumo diario de tabaco	4 cigarros	5 cigarros	2 cigarros
Inventario de Depresión de Beck	13	10	5
Inventario de Ansiedad de Beck	12	18	7
Escala de Disposición al Cambio y Anhelos (SOCRATES 8D)	Reconocimiento bajo Ambivalencia medio Acción bajo	Reconocimiento bajo Ambivalencia alto Acción bajo	Reconocimiento bajo Ambivalencia medio Acción medio



Organización de los Estados Americanos



Comisión Interamericana para el Control del Abuso de Drogas



Evaluación post

Resultados:

Niveles de monóxido de carbono

Sesión	COppm	%
Admisión	5	1.43
Evaluación	6	1.6
Sesión 1	10	2.23
Sesión 2	6	1.59
Sesión 3	4	1.27
Sesión 4	2	0.95
Sesión extra	7	1.75
Seguimiento 1	3	1.11
Seguimiento 2	5	1.43
Seguimiento 3	3	1.11



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Conclusiones

A pesar de que el usuario no llegó a la abstinencia, en los resultados se observa una disminución de su consumo al compararlo con la LIBARE, aumentaron los días en abstinencia, desarrolló nuevas habilidades y aprendió técnicas que le ayudaron a afrontar sus principales situaciones de consumo.

Durante los seguimientos se pudo observar una mejoría en las metas del usuario sin embargo, fue evidente que algunos síntomas como la ansiedad están asociados al consumo de tabaco lo cual dificulta en ocasiones que el usuario llegue a su meta de abstinencia, así como la presencia de situaciones inesperadas que hacen que los usuarios vuelvan a consumir.



Organización de los
Estados Americanos



Comisión Interamericana para el
Control del Abuso de Drogas



Referencias

Cuevas E, Luna G, Vital G y Lira J. (2005, septiembre). Validez Interna de la Escala de las Etapas de Disposición al Cambio y Anhelos de Tratamiento (SOCRATES 8D). Presentado en el XVII Congreso Mexicano de Análisis de la Conducta. San Luis Potosí, México.

Heartherton, et al. (1991). The Fagerström Test for Nicotine Dependence: A Revision of the Fagerström Tolerance Questionnaire. *British Journal of Addiction*, 86:1119-1127.

Jurado S, Villegas ME, Méndez L, Rodríguez F, Loperena V y Varela R. (1998). La Estandarización del Inventario de Depresión de Beck para los Residentes de la Ciudad de México. *Salud Mental*; 3: 26-31.

Lira-Mandujano, J., Cruz-Morales, S. y Ayala-Velázquez, H. (2012). *Manual del Terapeuta para la Aplicación de la Intervención Breve Motivacional para Fumadores*. México, DF., Editorial IPESA.

Robles, R., Varela, R., Jurado, S. y Páez, F. (2001). Versión mexicana del Inventario de Ansiedad de Beck: propiedades psicométricas. *Revista Mexicana de Psicología*, 18(2), 211-218.