

# Tabaco, Estrés y Pandemia

ID: 32

Sota Rodrigo, C.; Morato Arnaiz, A.; Mercado Val, E.; Escolar Llamazares, C.; Martínez Martín, M.A. y Saiz Manzanares, M.C.

Asociación Española Contra el Cáncer\*. Universidad de Burgos\*

## Introducción

En marzo de 2020 se declara la pandemia por SARS-CoV-2 (COVID-19) provocando un gran miedo social que ha contribuido tanto a disminuir el bienestar de las personas (Qi et al.,2020; Pedrozo-Pupo et al.,2020 y Fofana, et al. 2020) como a aumentar otros problemas de salud, como la ansiedad, el estrés y la depresión (She et al. 2021; Li et al., 2020 y Salari et al., 2020). Parece coexistir una compleja relación entre el tabaquismo y la pandemia. Para algunos fumadores el riesgo de COVID-19 fue una fuerte motivación para el abandono, pero a su vez el estrés durante la pandemia fue un desencadenante para fumar como mecanismo de afrontamiento (Cordon et al. al., 2021 y Nilsson et al.,2020).

## Objetivo

Analizar el estrés percibido durante el tratamiento de deshabituación tabáquica en pacientes de la Asociación Española Contra el Cáncer en Burgos durante el año 2021.



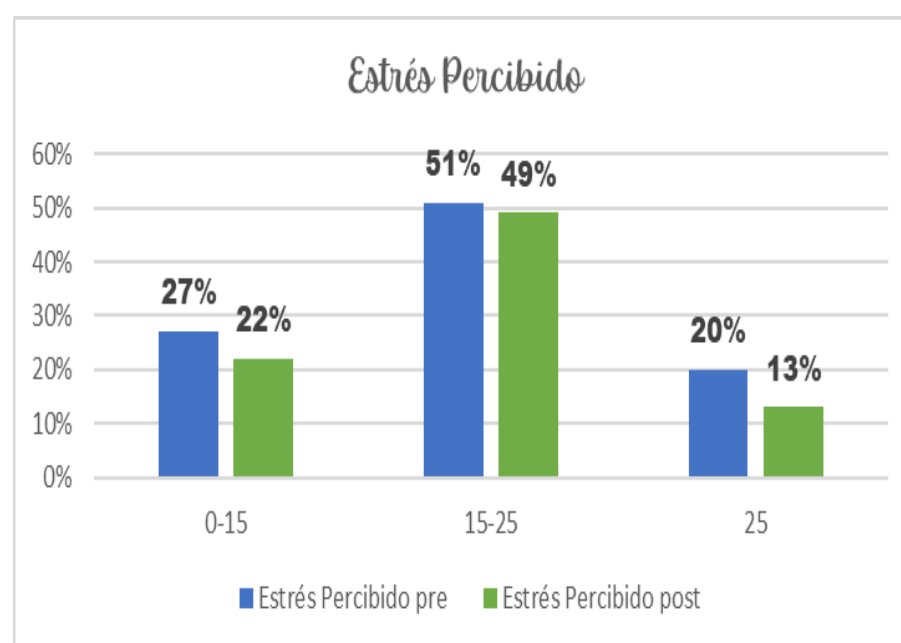
## Instrumentos

Cuestionario de evaluación inicial y escala de Estrés Percibido (PSS 14) antes del inicio de la intervención (terapia combinada multicomponentes) y en el primer seguimiento (2/3 meses)

## Resultados

Se seleccionaron 45 pacientes, 47% varones, y el 53% mujeres con una edad media de 48 años, una edad media de inicio a los 17 años, y de 31 años fumando y un consumo medio de 19 cigarros día.

El 93% permanecían abstinentes al finalizar el programa y el 91% en el primer seguimiento (2-3 meses de abstinencia). Los niveles de estrés percibido disminuyeron para todas las puntuaciones sobre todo en las más altas (+ de 25), del 13% al 20%.



## Conclusiones

El tabaquismo puede aparecer como una mala estrategia de afrontamiento ante una situación potencialmente amenazante.

Dejar de fumar podría suponer una oportunidad de aprendizaje de nuevos mecanismos de supervivencia ante situaciones estresantes.

