

La necessitat d'abordar el tabac en l'àmbit de la salut mental

Setmana sense Fum – Salut Mental

El tabac és la primera causa de morbi-mortalitat evitable als països desenvolupats. El seu consum i la mortalitat prematura que ocasiona afecten especialment les persones que pateixen problemes de salut mental, fet que contribueix a augmentar les desigualtats en matèria de salut.

D'acord amb el que demostren diferents estudis poblacionals, les persones afectades per trastorns mentals tenen prevalences de tabaquisme molt elevades, que s'incrementen a mesura que augmenta la gravetat del trastorn, de manera que arriben al 80% en les persones amb trastorns mentals greus hospitalitzats.

Entre les persones que pateixen trastorns mentals, l'esperança de vida és fins a 20 anys menor que la població general, principalment a causa de malalties causades o agreujades pel tabac. Així, s'ha vist que el tabac està relacionat amb la mort de la meitat de les persones amb diagnòstic de trastorn mental.

Les persones amb malalties mentals que fumen, sovint ja estigmatitzades pel trastorn que pateixen, són doblement estigmatitzades amb actituds negatives i suposicions equivocades, com ara que no volen deixar de fumar o que són incapaces d'aconseguir-ho, tot i que la literatura científica ha mostrat àmpliament evidències contràries a aquestes creences. Fumar en aquesta població és vist com un consol o un mal hàbit, en lloc de ser considerat com una addicció que requereix tractament i suport basat en l'evidència. Les intervencions psicològiques i farmacològiques existents per deixar de fumar per a la població general també s'han mostrat efectives i segures per a aquesta població.

El tabac s'ha integrat històricament com un hàbit normal en la cultura dels centres de salut mental i, en general, ha estat un tema descuidat i considerat com un mal menor. Se sap que aquests pacients tenen menys probabilitats de rebre ajuda efectiva per deixar de fumar que els pacients sense trastorns mentals. La persistència de l'alta prevalença de tabaquisme en aquesta població pot reflectir una baixa efectivitat dels serveis sanitaris per atendre les necessitats d'aquest sector. Oferir ajuda per deixar de fumar a aquests pacients de manera sistemàtica i normalitzada és una de les accions que té més impacte en la seva salut i qualitat de vida.

La Xarxa Catalana d'Hospitals sense Fum, el seu grup de treball de *Tabac i Salut Mental* i les institucions signants d'aquest document **donem suport a la normalització de la intervenció sobre el consum de tabac en usuaris dels serveis de salut mental**, que ha d'incloure les següents línies d'actuació:

- La intervenció sobre el consum de tabac ha de ser part integral de la cartera de serveis dels hospitals i centres ambulatoris amb unitats de salut mental. Aquesta intervenció ha d'estar inclosa en el pla terapèutic de totes les persones ateses que fumin i ser un indicador de qualitat assistencial.
- Les institucions que presten serveis a l'atenció a la salut mental i addiccions han de posar a disposició de les persones que atenen protocols de tractament efectius i incentivar la formació dels seus professionals per a la intervenció en el consum de tabac.

- Cal disposar dels recursos necessaris per poder fer un abordatge integral del consum de tabac en aquesta població, com ara disposar de fàrmacs per deixar de fumar i personal amb formació per realitzar intervencions psicològiques per deixar de fumar.
- S'ha d'assegurar la protecció de les persones ateses i dels professionals envers l'exposició al fum ambiental del tabac en aquelles unitats de salut mental on encara es permet el consum de tabac i vetllar pel compliment de la normativa vigent, que prohibeix fumar en totes les unitats de salut mental de curta estada, fent especial èmfasi en els pacients menors d'edat.
- Cal vetllar per evitar la visibilitat de professionals fumant a les portes dels centres sanitaris, com a treballadors amb un rol exemplar, i així mateix, oferir-los ajuda per deixar de fumar.

