

SALUT HÀBITS

Dones amb molts fums

El 56 per cent dels nous pacients que van acudir el 2018 a la Unitat de Tabaquisme eren fumadores d'entre quaranta i cinquanta anys || Experts alerten de l'augment del consum entre els més joves

M. CABELLO

LLEIDA | Deixar de fumar ja no entén de gènere. I és que, per primera vegada des que la Unitat de Tabaquisme del Santa Maria es va fundar fa més de deu anys, el 2018 hi van acudir més dones que homes amb la intenció d'abandonar el tabac. "Fa anys la majoria de pacients que venien a la nostra consulta eren homes d'uns seixanta anys que tenien greus problemes de salut, sobretot cardíacs i pulmonars", assegura el responsable de la unitat, Francesc Abella, que destaca que el perfil dels pacients ha canviat significativament i "ara tenim més dones d'entre quaranta i cinquanta anys que van començar a fumar quan en tenien setze i volen canviar d'hàbits". L'any passat van acudir a la consulta d'Abella una mitjana de cinc nous pacients a la setmana, que fumava al voltant d'un paquet al dia.

"Les últimes estadístiques del Pla Nacional sobre Drogues revelen que està baixant el consum de tabac entre la població adulta a partir dels cinquanta anys, però hi ha un repunt en les noies joves de divuit a vint anys, que veuen el fet de fumar com una experiència social", explica en aquest sentit Abella.

Per tal d'intentar frenar aquesta tendència, subratlla la importància de les campanyes de prevenció contra el consumisme, així com augmentar el preu del tabac i optar per paquets genèrics. La clau en el procés de desintoxicació són les teràpies personalitzades.



OSCAR MIRÓN

El cap de la Unitat de Tabaquisme de l'hospital Santa Maria, Francesc Abella.

LES CLAUS

Perfil del pacient

■ El 56 per cent dels 300 nous pacients que van acudir a la Unitat de Tabaquisme del Santa Maria eren dones d'entre 40 i 50 anys que fumaven una mitjana de 21 cigarros al dia. Només un 32 per cent de les noves pacients havia intentat deixar de fumar abans pel seu propi compte, encara que un 45 per cent ja havia recorregut a ajuda professional.

Perfil del pacient

■ La Unitat de Tabaquisme de l'hospital lleidatà ofereix tractaments personalitzats per a tots els pacients, així com grups de suport a través de la xarxa social WhatsApp o teràpies presencials cada últim dimarts de mes.

EN PRIMERA PERSONA



«Deixar de fumar és dur però val la pena»

Carme Freixes

EXFUMADORA. 49 ANYS. TÀRREGA

■ La Carme porta més de dos anys sense fumar i, encara que apunta que "no és una tasca gens fàcil", assegura que "la meua salut i qualitat de vida han millorat molt". "Vaig començar a fumar als 13 anys per

impressionar els amics i amb els anys es va convertir en una addicció. Als 23 anys ja fumava gairebé un paquet al dia i, abans de començar la teràpia a la Unitat de Tabaquisme del Santa Maria, consumia dos paquets", explica aquesta veïna de Tàrrega. "Sempre serem fumadors perquè d'un moment a l'altre podem recaure. La temptació sempre hi és, però per ai-

xò són fonamentals les sessions de teràpia grupals, en què ens ajudem els uns als altres", apunta. Abans d'aconseguir definitivament deixar de fumar, diu que ho va "intentar dos vegades, però no vaig durar ni una setmana perquè no tenia les eines que em van ensenyar al Santa Maria". "Vaig decidir deixar de fumar perquè no volia sentir aquesta addicció."