

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

El consumo de tabaco es el principal problema de salud pública actualmente en los países desarrollados. Hasta ahora se ha asociado a más de veinticinco enfermedades, representando uno de los factores de riesgo más importantes para la salud de la población española, siendo la principal causa de mortalidad prematura y evitable. Mas de 70.000 estudios y numerosos informes han puesto en evidencia los efectos nocivos que el tabaco tiene para la salud y establecen la asociación entre su consumo y la elevada morbimortalidad para la población.

Este plan de cuidados presenta los principales problemas que aparecen en las personas incluidas en el Proceso Asistencial Integrado Atención al Tabaquismo como Problema de Salud. Al tratarse de un plan de cuidados estandarizado, habrá que personalizarlo para su correcta eficacia.

Es una herramienta que intenta disminuir la variabilidad de las actuaciones de los y las profesionales para lograr un grado de homogeneidad razonable, mejorando la práctica asistencial y su calidad.

Es bastante extenso debido a que se han incluido las actuaciones de acuerdo al estadio de fumador o fumadora en que las personas pueden encontrarse: precontemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. El abordaje se hace tanto a quien no quiere dejar de fumar, a través del consejo básico, a quien quiere dejar de fumar, y a las personas que habiendo dejado de fumar han recaído.

Incluye:

- Valoración de enfermería según el modelo de Necesidades Básicas de Virginia Henderson, y según patrones funcionales de Marjory Gordon.

- Exposición de los principales problemas de enfermería, recogidos en etiquetas diagnosticas siguiendo la taxonomia II de la NANDA

- Desarrollo de los resultados, indicadores, intervenciones y actividades enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados.

Se ha elaborado con la colaboración de enfermeras expertas en cuidados y calidad asistencial.

Equipo de trabajo:

Sonia Castillo López
Francisco Fernández Camino
Miguel Ángel Pérez Álvarez
M^a Teresa Puebla Argandoña

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 1.1.- Valoración específica de enfermería según Necesidades Básicas de Salud de Virginia Henderson

ÍTEMS	CUESTIONARIOS
Necesidad 01. Respiración	
1 Dificultad para respirar	Test de Fagerstrom: dependencia de la nicotina
2 Tos inefectiva/no productiva	
3 Fumador/a	Test de motivación para dejar de fumar-Richmond-
4 Desea dejar de fumar	
5 Edemas	
6 Deterioro de la circulación de MMII	Cuestionario Cage camuflado-detección consumo de alcohol
7 Medicación respiratoria	
10 Frecuencia respiratoria	
11 Frecuencia cardiaca	
12 Tensión arterial	Riesgo nutricional. cuestionario "Conozca su salud nutricional"
13 Ruidos respiratorios	
Necesidad 02. Alimentación/hidratación	
14 Alimentación/nutrición	
17 Problemas de la mucosa oral	Escala de disnea -MRC Modificada
18 Sigue algún tipo de dieta	
19 Total de consumo de líquidos diarios	
20 Enumere lo que come en un día	Cuestionario de Oviedo del sueño
21 Apetito	
22 Nauseas	
23 Vómitos	Escala de Goldberg
24 Expresa insatisfacción con su peso	
145 Peso	Cuestionario appar familiar
146 Talla	
147 IMC	Cuestionario DUKE-UNC
Necesidad 03. Eliminación	
26 Número y frecuencia de deposiciones	
30 Cambios en hábitos intestinales	
34 Gases	
Necesidad 04. Movilización	
44 Falta o reducción de energía para tolerar la actividad	
42 Pérdidas de fuerza	
Necesidad 05. Reposo/sueño	
46 Cambios en el patrón de sueño	
47 Ayuda para dormir	
48 Estímulos ambientales nocivos	
Necesidad 07. Temperatura	
54 Sensibilidad al frío: aumentada /disminuida	
55 Sensibilidad al calor: aumentada/ disminuida	
Necesidad 08. Higiene /piel	
56 Estado de piel y mucosas	
Necesidad 09. Seguridad	
66 Tabaco	
67 Otras sustancias	
68 No sigue el plan terapéutico	
74 Alteraciones sensorceptivas	
Necesidad 10. Comunicación	
76 Comunicarse con los demás	
78 Su cuidador/a no proporciona apoyo, consuelo y ayuda	
82 Problemas familiares	
83 Manifiesta carencia afectiva	
Necesidad 11. Religión /creencias	
95 Ha tenido en los dos últimos años cambios vitales	
96 Su situación actual ha alterado sus...	
97 No se adapta usted a esos cambios	
98 Describa su estado de salud	
99 No da importancia a su salud	
100 No acepta su estado de salud	



ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 1.1.- Valoración específica de enfermería según Necesidades Básicas de Salud de Virginia Henderson

ÍTEMS	CUESTIONARIOS
102 Tiene sensación de malestar o amenaza de origen inespecífico y sentimiento de aprensión	
105 Temor expreso	
106 Problemas emocionales	
Necesidad 12. Trabajar /realizarse	
107 No conoce los recursos disponibles de la comunidad	
109 Tiene dificultad para realizar sus pasatiempos habituales	
Necesidad 13. Actividades lúdicas	
110 Situación laboral	
112 Problemas en el trabajo	
113 Influye el trabajo en su estado de salud	
114 Sensación habitual de estrés	
Necesidad 14. Aprender	
118 Tiene falta de información sobre su salud	
119 Desea mas información sobre...	

Tabla 1.2.- Valoración enfermera según Patrones Funcionales de Salud de M. Gordon

ÍTEMS	CUESTIONARIOS
Patrón 01. Percepción-Manejo de salud	
98 Describa su estado de salud	Test de Fagerstrom: dependencia de la nicotina
99 No da importancia a su salud	
100 No acepta su estado de salud	Test de motivación para dejar de fumar-Richmond-
101 No participa en aspectos relacionados con su enfermedad	
2 Tos inefectiva /no productiva	
3 Fumador/a	Cuestionario Cage camuflado-detección consumo de alcohol
4 Desea dejar de fumar	
65 Alcohol	
67 Otras sustancias	Riesgo nutricional. Cuestionario "Conozca su salud nutricional"
68 No sigue el plan terapéutico	
Patrón 02. Nutricional- Metabólico	
14 Alimentación/nutrición	Escala de disnea —MRC Modificada
17 Problemas de la mucosa oral	
18 Sigue algún tipo de dieta	
19 Total de consumo de líquidos diarios	Cuestionario de Oviedo del sueño
20 Enumere lo que come en un día	
21 Apetito	
22 Nauseas	Escala de Goldberg
23 Vómitos	
24 Expresa insatisfacción con su peso	Cuestionario apgar familiar
150 Higiene general	
56 Estado de piel y mucosas	
145 Peso	Cuestionario DUKE-UNC
146 Talla	
147 IMC	
Patrón 03. Eliminación	
26 Número y frecuencia de deposiciones	
30 Cambios en hábitos intestinales	
31 Ayuda para la defecación	
33 Dolor al defecar	
34 Gases	

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 1.2.- Valoración enfermera según Patrones Funcionales de Salud de M. Gordon

ÍTEMS	CUESTIONARIOS
<p>Patrón 04. Actividad-Ejercicio</p> <ul style="list-style-type: none"> 1 Dificultad para respirar 7 Medicación respiratoria 9 Depresión de reflejos de náuseas y tos 10 Frecuencia respiratoria 13 Ruidos respiratorios 5 Edemas 6 Deterioro de la circulación de MMII 11 Frecuencia cardíaca 12 Tensión arterial 41 Actividad física habitual 42 Pérdida de fuerza 43 Inestabilidad en la marcha 44 Falta o reducción de energía para tolerar la actividad 	
<p>Patrón 05. Sueño-Descanso</p> <ul style="list-style-type: none"> 46 Cambios en el patrón de sueño 48 Estímulos ambientales nocivos 47 Ayuda para dormir 	
<p>Patrón 06. Cognitivo-Perceptual</p> <ul style="list-style-type: none"> 62 Dolor 74 Alteraciones sensorio-perceptivas 54 Sensibilidad al frío: aumentada/disminuida 55 Sensibilidad al calor: aumentada/disminuida 	
<p>Patrón 07. Auto percepción-Autoconcepto</p> <ul style="list-style-type: none"> 102 Tiene sensación de malestar o amenaza de origen inespecífico y sentimiento de aprensión 103 Expresa desagrado con su imagen corporal 104 Autoapreciación negativa 105 Temor expreso 106 Problemas emocionales 111 No se siente útil 	
<p>Patrón 08. Rol-Relaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> 82 Problemas familiares 83 Manifiesta carencia afectiva 107 No conoce los recursos disponibles de la comunidad 109 Tiene dificultad para realizar sus pasatiempos habituales 75 Dificultad en la comunicación 76 Comunicarse con los demás 78 Su cuidador/a no proporciona apoyo, consuelo, ayuda 79 Tiene alguna persona a su cargo 80 Tiene dificultad o incapacidad para realizar tareas del cuidador/a 73 El hogar no presenta condiciones de seguridad 110 Situación laboral 112 Problemas en el trabajo 113 Influye el trabajo en su estado de salud 	
<p>Patrón 09. Sexualidad-Reproducción</p> <ul style="list-style-type: none"> 91 Relaciones sexuales no satisfactorias 	
<p>Patrón 10. Adaptación-Tolerancia al estrés</p> <ul style="list-style-type: none"> 95 Ha tenido en los dos últimos años cambios vitales 114 Sensación habitual de estrés 118 Tiene falta de información sobre su salud 119 Desea más información sobre... 	
<p>Patrón 11. Valores-Creencias</p> <ul style="list-style-type: none"> 96 Su situación actual ha alterado sus.... 97 No se adapta usted a esos cambios 	



ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 2. Resumen del plan de cuidados enfermeros

DIAGNÓSTICOS

- 00099 Mantenimiento inefectivo de la salud: tabaquismo
- 00069 Afrontamiento inefectivo
- 00126 Conocimientos deficientes: riesgo de fumar y plan para dejar de fumar
- 00120 Baja autoestima situacional
- 00003 Riesgos de desequilibrio nutricional por exceso
- 00146 Ansiedad
- 00095 Deterioro del patrón de sueño
- 00045 Deterioro de la mucosa oral
- 00052 Deterioro de la interacción social
- 00079 Incumplimiento del tratamiento

RESULTADOS

- 1305 Adaptación psicosocial: cambio de vida
- 1603 Conducta de búsqueda de la salud
- 1908 Detección de riesgo
- 1902 Control del riesgo
- 1302 Superación de problemas
- 0906 Toma de decisiones
- 1906 Control del riesgo: consumo de tabaco
- 2000 Calidad de vida
- 1812 Conocimiento: control del consumo de sustancias
- 1805 Conocimiento: conductas sanitarias
- 1814 Conocimiento: procedimientos terapéuticos
- 1700 Creencias sobre la salud
- 1205 Autoestima
- 1612 Control de peso
- 1802 Conocimiento: dieta
- 1405 Control de los impulsos
- 0003 Descanso
- 0004 Sueño
- 1100 Salud bucal
- 1503 Implicación social

INTERVENCIONES

- 5250 Apoyo en la toma de decisiones
- 5440 Aumentar los sistemas de apoyo
- 6610 Identificación de riesgos
- 4490 Ayuda para dejar de fumar
- 5230 Aumentar el afrontamiento
- 5820 Disminución de la ansiedad
- 6160 Intervención en caso de crisis
- 4360 Modificación de la conducta
- 5210 Guías de anticipación
- 5540 Potenciación de la disposición de aprendizaje
- 5618 Enseñanza: procedimiento/tratamiento
- 8180 Consulta por teléfono
- 5240 Asesoramiento
- 5390 Potenciación de la conciencia de si mismo/a
- 4420 Acuerdo con la persona
- 5400 Potenciación de la autoestima
- 4470 Ayuda en la modificación de si mismo/a
- 1100 Manejo de la nutrición
- 1260 Manejo del peso
- 1850 Fomentar el sueño
- 1720 Fomentar la salud bucal

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
00099.-Mantenimiento inefectivo de la salud: tabaquismo r/c: -No percepción del riesgo de fumar debido a falta de información. -Dispersión de la relación causa-efecto. -No se considera fumador/a (fumadores o fumadoras que fuman poco). -Uso del tabaco como tranquilizante.	1305.-Adaptación psicosocial: cambio de vida 01. Establecimiento de objetivos realistas. 11. Expresiones de sentimientos socializados. 1603.-Conducta de búsqueda de la salud 02. Finaliza las tareas relacionadas con la salud. 06. Describe estrategias para eliminar la conducta insana. 1908.-Detección del riesgo 01. Reconoce los signos y síntomas que indican riesgos. 02. Identifica los posibles riesgos para la salud. 1902.-Control del riesgo 01. Reconoce el riesgo. 04. Desarrolla estrategias de control del riesgo efectivas. 08. Modifica el estilo de vida para reducir el riesgo.	5250.-Apoyo en la toma de decisiones -Informarle sobre la existencia de puntos de vista alternativos y las soluciones. -Ayudarle a identificar las ventajas y desventajas de cada alternativa. -Establecer comunicación con la persona al principio de su ingreso. -Facilitarle la toma de decisiones en colaboración. -Remitir a grupos de apoyo, si procede. -Respetar el derecho a recibir o no información. 5440.-Aumentar los sistemas de apoyo -Determinar el grado de apoyo familiar. -Determinar los sistemas de apoyo actualmente en uso. -Animarle a participar en las actividades sociales y comunitarias. -Remitir a programas comunitarios de fomento/prevenición/tratamiento/rehabilitación, si procede. -Proporcionar los servicios con una actividad de aprecio y de apoyo. -Implicar a la familia/seres queridos en los cuidados y la planificación. 6610.-Identificación de riesgos -Utilizar los medios para el establecimiento de metas mutuas, si procede. -Instaurar una valoración rutinaria de riesgos mediante instrumentos fiables y válidos. -Determinar el estado educativo. 4490.-Ayuda para dejar de fumar -Registrar el estado actual y el historial de la actividad de fumar. -Aconsejarle de forma clara y consistente dejar de fumar. -Ayudarle a identificar las razones para dejar de fumar y las barreras. -Ayudar a elegir el mejor método para dejar de fumar, cuando la persona esté decidida a dejarlo. -Servir como modelo de persona no fumadora. -Favorecer las políticas que establecen y refuerzan un entorno sin humo.

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
00069.-Afrontamiento inefectivo r/c: -Falta de conductas orientadas a la resolución de problemas. -Abuso de agentes químicos. -Empleo de formas de afrontamiento que impiden una conducta adaptativa.	1302.-Superación de problemas 01. Identifica patrones de superación eficaces. 03. Verbaliza sensación de control. 05. Busca información sobre la enfermedad y su tratamiento. 09. Utiliza el apoyo social disponible. 18. Refiere aumento de bienestar psicológico. 0906.-Toma de decisiones 01. Identifica alternativas. 08. Compara alternativas. 09. Escoge entre varias alternativas. 03. Identifica las consecuencias posibles de cada alternativa. 1906.-Control del riesgo: consumo de tabaco 01. Reconoce el riesgo del consumo de tabaco. 02. Reconoce las consecuencias personales asociadas con el consumo de tabaco. 05. Desarrolla estrategias efectivas para eliminar el consumo de tabaco. 11. Cumple las recomendaciones para controlar el consumo de tabaco. 16. Elimina el consumo de tabaco. 2000.-Calidad de vida 09. Satisfacción con la capacidad de superación. 10. Satisfacción con el concepto de si mismo/a. 11. Satisfacción con el estado de ánimo general.	5250.-Apoyo en la toma de decisiones -Ayudarle a identificar las ventajas y desventajas de cada alternativa. -Facilitarle la articulación de los objetivos de los cuidados. -Facilitar la toma de decisiones en colaboración. -Proporcionarle la información solicitada. -Servir de enlace entre la persona y profesionales de la salud. -Remitir a grupos de apoyo, si procede. 5230.-Aumentar el afrontamiento -Valorar el impacto de la situación vital de la persona en los papeles y relaciones. -Valorar la comprensión de la persona del proceso de enfermedad. -Disponer un ambiente de aceptación. -Evaluar su capacidad para tomar decisiones. -Favorecer las relaciones con personas que tengan intereses y objetivos comunes. -Explorar los éxitos anteriores de la persona. -Ayudarle a resolver los problemas de una manera constructiva. -Animarle a evaluar su propio comportamiento. 5820.-Disminución de la ansiedad -Utilizar un enfoque sereno que dé seguridad. -Tratar de comprender la perspectiva de la persona sobre una situación estresante. -Escuchar con atención. -Reforzar el comportamiento, si procede. -Animar la manifestación de sentimientos, percepciones y miedos. -Establecer actividades recreativas encaminadas a la reducción de tensiones. -Instruirle sobre el uso de técnicas de relajación. 6160.-Intervención en caso de crisis -Disponer un ambiente de apoyo. -Ayudar en la identificación de factores desencadenantes y dinámica de la crisis. -Ayudar en el desarrollo de nuevas habilidades para solucionar problemas, si fuera necesario. -Ayudar en la identificación de actuaciones alternativas para resolver la crisis. -Planificar con la persona la forma en que pueden utilizarse las habilidades de adaptación para tratar la crisis en el futuro.

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
00126.-Conocimientos deficientes: - Riesgo de fumar r/c: -Verbalización del problema. -Falta de interés en el aprendizaje. - Plan para dejar de fumar r/c: -Poca familiaridad con los recursos para obtener la información.	1812.-Conocimiento: control del consumo de sustancias 12. Descripción de las posibilidades de recaída y control de las recaídas en el abuso de sustancias psicoactivas. 13. Descripción de acciones para prevenir y controlar las recaídas en el abuso de sustancias psicoactivas. 14. Descripción de los signos de dependencia durante la suspensión de sustancias psicoactivas. 1805.-Conocimiento: conductas sanitarias 06. Descripción de los efectos sobre la salud del consumo de tabaco. 02. Descripción de los beneficios de la actividad y el ejercicio. 1814.-Conocimiento: procedimientos terapéuticos 01. Descripción del procedimiento terapéutico. 03. Explicación de los pasos del procedimiento. 08. Ejecución del procedimiento terapéutico.	4360.-Modificación de la conducta -Predeterminar la motivación al cambio de la persona. -Ayudarle a identificar sus fortalezas y reforzarlas. -Animarle a participar en el registro de conductas. -Elegir refuerzos que tengan sentido para la persona. -Desglosar la conducta que ha de cambiarse en unidades de conducta más pequeñas mensurables (dejar de fumar: numero de cigarrillos fumados). -Utilizar periodos de tiempo específicos, al medir las unidades de conducta (numero de cigarrillos fumados al día). 5210.-Guías de anticipación -Ayudarle a identificar la posible aparición de crisis en desarrollo y los efectos que tal crisis podría tener en su vida personal y familiar. -Determinar los métodos de solución de problemas habituales de la persona. -Ayudarle a decidir la forma de solucionar el problema. -Utilizar ejemplos de casos que potencien la habilidad de la persona para solucionar problemas, si procede. -Ayudarle a adaptarse anticipadamente a los cambios de papeles. -Programar llamadas telefónicas de seguimiento para evaluar el éxito o las necesidades de refuerzo. -Proporcionarle un numero de teléfono en caso de necesitar ayuda, si fuera necesario. 5540.-Potenciación de la disposición de aprendizaje -Disponer un ambiente no amenazador. -Vigilar su estado emocional. -Ayudarle a enfrentarse a emociones intensas (ansiedad, pena e ira), si procede. -Darle tiempo para que realice preguntas y discuta sus preocupaciones. -Establecer un ambiente de aprendizaje lo mas cercano posible al contacto de la persona. -Ayudarle a desarrollar confianza en su capacidad, si procede. 5618.-Enseñanza: procedimiento/tratamiento -Describir las actividades del procedimiento/ tratamiento. -Explicar el propósito del procedimiento/tratamiento. -Enseñarle como cooperar/participar durante el procedimiento/tratamiento, si procede.



ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
00083.-Conflicto de decisiones: dejar de fumar r/c: -Expresiones de incertidumbre. -Retraso en la toma de decisiones. -Cuestionamiento de los valores y creencias personales mientras se intenta tomar la decisión.	0906.-Toma de decisiones 01. Identifica alternativas. 08. Compara alternativas. 09. Escoge entre varias alternativas. 03. Identifica las consecuencias posibles de cada alternativa. 1302.-Superación de problemas 08. Se adapta a los cambios en desarrollo. 13. Evita situaciones excesivamente estresantes. 15. Busca ayuda profesional de forma apropiada. 1700.-Creencias sobre la salud 01. Importancia percibida de la actuación. 03. Beneficios percibidos de la acción. 07. Mejora en el estilo de vida percibida por la acción. 08. Capacidad percibida para ejecutar la acción.	8180.-Consulta por teléfono -Identificar las inquietudes sobre el estado de salud. -Dar información acerca de las terapias y las medicaciones prescritas, si procede. -Responder a las preguntas. 5240.-Asesoramiento -Establecer una relación terapéutica basada en la confianza y el respeto. -Demostrar simpatía, calidez y autenticidad -Establecer metas. -Favorecer la expresión de sentimientos. -Ayudarle a que identifique sus puntos fuertes y reforzarlos. -Desaconsejar la toma de decisiones cuando la persona se encuentre bajo un estrés severo. 5390.-Potenciación de la conciencia de si mismo/a -Ayudarle a darse cuenta de que cada ser es único. -Facilitarle la identificación de sus formas de respuesta habitual a diversas situaciones. -Ayudarle a identificar las situaciones que precipiten su ansiedad. -Ayudarle a identificar la fuente de motivación. -Ayudarle a identificar los atributos positivos de si mismo/a. 4420.-Acuerdo con la persona -Animarle a que determine sus virtudes y habilidades. -Ayudarle a identificar las prácticas sobre la salud que desea cambiar. -Ayudarle a dividir las metas complejas en pasos pequeños. -Explorar con la persona las mejores formas de conseguir los objetivos. -Ayudarle a establecer las necesidades de tiempo y de frecuencia para la realización de las conductas/acciones.



ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
00120.-Baja autoestima situacional r/c: -Informe verbal de que la situación actual desafía su valía personal perdida. -Evaluación de sí mismo/a como incapaz de afrontar la situación o los acontecimientos.	1205.-Autoestima 07. Comunicación abierta. 18. Descripción de estar orgulloso. 11. Nivel de confianza. 19. Sentimientos sobre su propia persona. 0906.-Toma de decisiones 01. Identifica alternativas. 08. Compara alternativas. 09. Escoge entre varias alternativas. 03. Identifica las consecuencias posibles de cada alternativa. 1302.-Superación de problemas 08. Se adapta a los cambios en desarrollo. 13. Evita situaciones excesivamente estresantes. 15. Busca ayuda profesional de forma apropiada.	5230.-Aumentar el afrontamiento -Valorar el impacto de la situación vital de la persona en los papeles y relaciones. -Valorar su comprensión del proceso de enfermedad. -Disponer un ambiente de aceptación. -Evaluar su capacidad para tomar decisiones. -Favorecer las relaciones con personas que tengan intereses y objetivos comunes. -Explorar los éxitos anteriores de la persona. -Ayudarle a resolver los problemas de una manera constructiva. -Animarle a evaluar su propio comportamiento. 5400.-Potenciación de la autoestima -Observar las frases de la persona sobre su propia valía. -Animarle a identificar sus propias virtudes. -Abstenerse de burlarse. -Animarle a que acepte nuevos desafíos. 5440.-Aumentar los sistemas de apoyo -Determinar el grado de apoyo familiar. -Determinar los sistemas de apoyo actualmente en uso. -Animarle a participar en las actividades sociales y comunitarias. -Remitir a programas comunitarios de fomento/prevenición /tratamiento /rehabilitación, si procede. -Proporcionar los servicios con una actitud de aprecio y de apoyo. -Implicar a la familia/seres queridos en los cuidados y la planificación. -Explicar a las personas implicadas la manera en que pueden ayudar.
00084.-Conductas generadoras de salud: dejar de fumar r/c: -Búsqueda activa de formas de modificar los hábitos sanitarios personales. -Expresión u observación de deseos de un mayor control sobre las prácticas de salud.	1603.-Conducta de búsqueda de salud 02. Finaliza las tareas relacionadas con la salud. 04. Contacta con profesionales sanitarios/as cuando es necesario. 06. Describe estrategias para eliminar la conducta insana. 10. Describe estrategias para maximizar la salud. 11. Sigue las estrategias desarrolladas por sí mismo/a para maximizar la salud.	4490.-Ayuda para dejar de fumar -Registrar el estado actual y el historial de la actividad de fumar. -Ayudarle a identificar las razones para dejar de fumar y las barreras. -Ayudar a elegir el mejor método para dejar de fumar, cuando la persona esté decidida a dejarlo. -Ayudar a los/as fumadores/as motivados/as a fijar una fecha para dejar de fumar. -Remitir a programas de grupos o a terapias individuales, según resulte oportuno.

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
	1906.-Control del riesgo: consumo de tabaco	4470.-Ayuda en la modificación de si mismo/a -Valorar las razones de la persona para desear cambiar. -Ayudarle a desarrollar una lista de recompensas de valor extrínseco e intrínseco.
	05. Desarrolla estrategias efectivas para eliminar el consumo de tabaco.	
	06. Adapta las estrategias de control del consumo de tabaco según es necesario.	4360.-Modificación de la conducta -Predeterminar la motivación al cambio de la persona. -Ayudarle a identificar sus fortalezas y reforzarlas. -Animarle a participar en el registro de conductas. -Elegir refuerzos que tengan sentido para la persona. -Desglosar la conducta que ha de cambiarse en unidades de conducta más pequeñas mensurables (dejar de fumar: número de cigarrillos fumados).
	08. Sigue las estrategias seleccionadas de control del consumo de tabaco.	-Utilizar periodos de tiempo específicos al medir las unidades de conducta (número de cigarrillos fumados al día).
	11. Cumple las recomendaciones para controlar el consumo de tabaco.	
	13. Utiliza grupos de apoyo para eliminar el consumo de tabaco.	
	16. Elimina el consumo de tabaco.	5250.-Apoyo en toma de decisiones -Ayudarle a identificar las ventajas y desventajas de cada alternativa. -Facilitarle la articulación de los objetivos de los cuidados. -Facilitar la toma de decisiones en colaboración. -Proporcionar la información solicitada por la persona. -Servir de enlace entre la persona y profesionales de la salud. -Remitir a grupos de apoyo, si procede.
00003.-Riesgos de desequilibrio nutricional por exceso	1612.-Control de peso	1100.-Manejo de la nutrición -Determinar sus preferencias de comida. -Ofrecer tentempiés (bebidas y fruta fresca o zumos de fruta) cuando sea preciso. -Asegurarse que la dieta incluye alimentos ricos en fibra para evitar el estreñimiento.
r/c:	01. Supervisa el peso corporal.	
-Comer en respuesta a claves internas distintas al hambre, como la ansiedad.	15. Identifica los estados emocionales que afectan a la ingesta alimentaria.	
	16. Planifica estrategias para situaciones que afectan a la ingesta alimentaria.	1260.-Manejo del peso -Discutir con la persona las condiciones médicas que pueden afectar el peso. -Ayudar en el desarrollo de planes de comidas bien equilibradas, coherentes con el gasto energético.
	17. Controla la preocupación por la comida.	
	22. Mantiene el peso óptimo.	
	1802.-Conocimiento: dieta	
	01. Descripción de la dieta recomendada.	
	04. Explicación del fundamento de la dieta recomendada.	

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
<p>00146.-Ansiedad</p> <p>r/c:</p> <p>-Preocupación y miedo a consecuencias inesperadas.</p>	<p>1405.-Control de los impulsos</p> <p>01. Identifica conductas impulsivas perjudiciales.</p> <p>02. Identifica sentimientos que conducen a acciones impulsivas.</p> <p>05. Reconoce los riesgos ambientales.</p> <p>07. Verbaliza control de los impulsos.</p> <p>12. Mantiene el autocontrol sin supervisión.</p> <p>1305.-Adaptación psicosocial: cambio de vida</p> <p>01. Establecimiento de objetivos realistas.</p> <p>08. Identificación de múltiples estrategias de superación.</p> <p>02. Mantenimiento de la autoestima.</p>	<p>5820.-Disminución de la ansiedad</p> <p>-Utilizar un enfoque sereno que le dé seguridad.</p> <p>-Explicarle todos los procedimientos, incluyendo las posibles sensaciones que ha de experimentar durante el procedimiento.</p> <p>-Tratar de comprender su perspectiva sobre una situación estresante.</p> <p>-Escuchar con atención.</p> <p>-Controlar los estímulos, si procede, de sus necesidades.</p> <p>-Instruirle sobre el uso de técnicas de relajación.</p> <p>5230.-Aumentar el afrontamiento</p> <p>-Evaluar su capacidad para tomar decisiones.</p> <p>-Alentar la manifestación de sentimientos, percepciones y miedos.</p> <p>-Ayudarle a identificar objetivos adecuados a corto y largo plazo.</p> <p>-Ayudarle a identificar estrategias positivas para hacerse cargo de sus limitaciones, y a manejar su estilo de vida o su papel necesario en ella.</p>
<p>00095.-Deterioro del patrón de sueño</p> <p>r/c:</p> <p>-Insatisfacción con el sueño.</p> <p>-Despertarse tres o más veces por la noche.</p>	<p>0003.-Descanso</p> <p>01. Tiempo de descanso.</p> <p>02. Patrón de descanso.</p> <p>0004.-Sueño</p> <p>01. Horas de sueño.</p> <p>02. Patrón de sueño.</p>	<p>1850.-Fomentar el sueño</p> <p>-Determinar su esquema de sueño/vigilia.</p> <p>-Ayudarle a eliminar las situaciones estresantes antes de irse a la cama.</p> <p>-Fomentar el aumento de las horas de sueño, si fuera necesario.</p>
<p>00045.-Deterioro de la mucosa oral</p> <p>r/c:</p> <p>-Informes de mal sabor.</p> <p>-Vesículas o nódulos.</p> <p>-Reducción de la saliva.</p>	<p>1100.-Salud bucal</p> <p>01. Aseo personal de la boca.</p> <p>02. Aseo personal de los dientes.</p> <p>04. Aseo personal de la lengua.</p> <p>10. Humedad de la mucosa bucal y de la lengua.</p> <p>12. Integridad de la mucosa bucal.</p> <p>16. Olor del aliento.</p>	<p>1720.-Fomentar la salud bucal</p> <p>-Explicar la necesidad del cuidado bucal diario como rutina.</p> <p>-Inspeccionar la mucosa bucal regularmente.</p> <p>-Aconsejar no fumar ni mascar tabaco.</p> <p>-Aplicar lubricante para humedecer los labios y la mucosa oral, si es necesario.</p>

ATENCIÓN A LAS PERSONAS FUMADORAS

Tabla 3. Desarrollo de los resultados e intervenciones enfermeras para cada uno de los diagnósticos enfermeros seleccionados

DIAGNÓSTICOS	RESULTADOS E INDICADORES	INTERVENCIONES Y ACTIVIDADES
<p>00052.-Deterioro de la interacción social</p> <p>r/c:</p> <p>-Interacción disfuncional con compañeros/as, familia o amigos/as.</p>	<p>1503.-Implicación social</p> <p>01. Interacción social con amigos/as íntimos/as.</p> <p>03. Interacción con miembros de la familia.</p> <p>04. Interacción con miembros de grupos de trabajo.</p>	<p>5440.-Aumentar los sistemas de apoyo</p> <p>-Determinar el grado de apoyo familiar.</p> <p>-Determinar la conveniencia de las redes sociales existentes.</p> <p>-Fomentar las relaciones con personas que tengan los mismos intereses y metas.</p> <p>-Implicar a la familia/seres queridos en los cuidados y la planificación.</p> <p>-Explicar a los demás la manera en que pueden ayudar.</p>
<p>00079.-Incumplimiento del tratamiento</p> <p>r/c:</p> <p>-Falta de progresos.</p> <p>-No asistencia a las visitas concertadas.</p> <p>-Conducta indicativa de incumplimiento del tratamiento (por observación directa, por afirmaciones de la persona o de otras personas significativas).</p>	<p>1601.-Conducta de cumplimiento</p> <p>01. Confianza en el/la profesional de la salud sobre la información.</p> <p>03. Comunica seguir la pauta prescrita.</p> <p>05. Conserva la cita con profesionales de la salud</p>	<p>4420.-Acuerdo con la persona</p> <p>-Animarle a que determine sus virtudes y habilidades.</p> <p>-Determinar con la persona los objetivos de los cuidados.</p> <p>-Ayudarle a identificar sus metas.</p> <p>-Explorar con la persona las mejores formas de conseguir los objetivos.</p> <p>-Ayudarle a desarrollar un plan para cumplir con los objetivos.</p> <p>-Disponer un ambiente abierto, de aceptación para la creación del acuerdo.</p> <p>-Ayudarle a identificar hasta los más pequeños éxitos.</p>