

Diseñando un Programa para Dejar de Fumar en las Comunidades de los Centros de Salud (Sesión 2 de 4)

National Center for Health in Public Housing



National Center for Health in Public Housing



National Center for Health in Public (Centro Nacional para la Salud en Viviendas Públicas)

- Este seminario web cuenta con el apoyo de la Administración de Recursos y Servicios de Salud (HRSA) del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos (HHS) como parte de una adjudicación por un total de \$668,800 con un 0% financiado con fuentes no gubernamentales. El contenido es el del autor o autores y no representa necesariamente los puntos de vista oficiales de la HRSA, el HHS o el gobierno de los EE. UU., ni un respaldo. Para obtener más información, visite HRSA.gov.
- La misión del Centro Nacional para la Salud en Viviendas Públicas (NCHPH, por sus siglas en inglés) es fortalecer la capacidad de los centros de salud de Atención Primaria de Viviendas Públicas (PHPC, por sus siglas en inglés) financiados por el gobierno federal y otros concesionarios de centros de salud mediante la capacitación y una variedad de asistencia técnica.



Ponentes y moderadores



Jose Leon, MD
Director Médico



Fide Pineda Sandoval, CHES
Gerente de Capacitación y
Asistencia Técnica



Chantel Murray, MA
Gerente de
Comunicaciones

Recordatorio

- Todos los participantes serán silenciados al entrar
- Participar en el chat
- Levante la mano si desea reactivar el sonido
- La reunión está siendo grabada
- Las diapositivas y el enlace de grabación se enviarán por correo electrónico

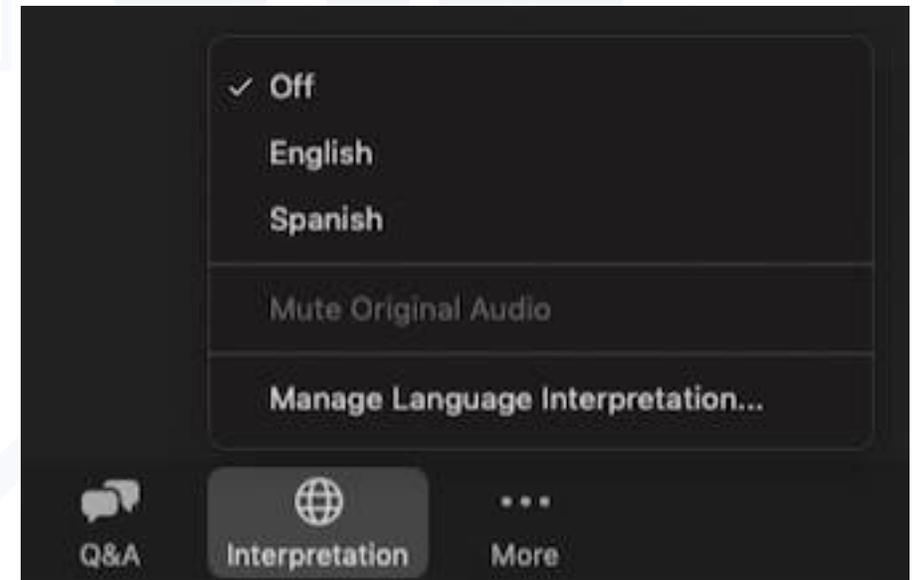


Video Conference via

zoom

Instrucciones para Interpretación en Zoom

1. Seleccione el botón "Interpretación" en la parte inferior de la pantalla. Se muestra como un icono de globo.
2. Al seleccionar el botón "Interpretación", haga clic en "Español o Spanish" y luego haga clic en la opción "Silenciar audio original o Mute original audio" al final de esa lista. Esto le permitirá escuchar al intérprete de Español mientras otras voces están silenciadas.
3. Preguntas o comentarios también pueden ser sometidas en el chat en Español.





Una revisión MUY breve de la Entrevista Motivacional

Verdadero o Falso

- Los residuos tóxicos por fumar o vapear se eliminan fácilmente de los ambientes cerrados
- Los nuevos productos con tabaco y nicotina ayudan a dejar de fumar
- El tabaco es la droga que mas se consume en el mundo



Entrevista Motivacional

".....un estilo clínico hábil para obtener de los pacientes su propia buena razón para hacer un cambio de comportamiento..."

En otras palabras....

Guiar el paciente para decirle que ellos ¿Quieres cambiar? en lugar de que les digas que tienen que cambiar.



Evitar

- Forzando el cambio
- Intimidante
- Persistente
- Culpa

Beneficios de este enfoque

- Usando entrevista motivacional:
 - a. Evita conversaciones frustrantes con pacientes "inconformes"
 - b. Le permite alejarse del papel del padre que regaña al niño travieso por hacer algo mal
 - c. Establece un verdadero sentido de colaboración entre usted y el paciente.

¿Cómo animo al Cambio?



Para empezar:

- Aceptar la ambivalencia
- Ver el cambio como un proceso de aprendizaje
- Entiende que la recaída es natural
- Provocar un discurso de cambio

Charla sobre el objetivo del cambio

- Colaborar con el paciente para: Comprender y
 - a. explorar sus propias motivaciones para el cambio.
 - b. Ayúdales a ver el "cambio" como más tentador que el statu quo
 - c. ¡Aumenta su creencia de que pueden cambiar!

¿Por qué hablar de cambio?

Cambio
es más probable que ocurra
cuando la idea viene del individuo
¡No de ti!

Creando Cambio A través de la entrevista motivacional



Cómo provocar un discurso de cambio

- Pedir permiso
- Usa preguntas abiertas
- Escucha reflexivamente
- Resumir los comentarios
- Fluir con Resistencia/Ambivalencia

Pedir permiso

- a) ¿Te importa que hoy hablemos de tu gusto al cigarrillo?
- b) ¿Puedo decirle lo que me preocupa de su gusto de fumar?
- c) "¿Está bien hablar de la posibilidad de dejar de fumar?"

Déjenos saber

- ¿Como se pueden eliminar del ambiente los desechos tóxicos del tabaco y la nicotina?
- ¿En que situaciones las niñas, niños, y jóvenes están expuestos al humo, al vapor, y la nicotina?

Preguntas abiertas:

Preguntas que no invitan
Respuestas cortas o de una sola
palabra

Preguntas abiertas (cont.)

- La mayoría de las preguntas abiertas comienzan con:
- ¿QUÉ? ¿CÓMO?
- ¿Qué hay de malo en Por qué?

Si se muestra reacio:

“¿Qué tendría que pasarte para que lo consideres.....?”

Medida de la Importancia

Importancia

¿Qué tan importante dirías que es para ti dejar de fumar? En una escala de 0 a 10, donde 0 no es en absoluto importante y 10 es extremadamente importante, ¿dónde dirías que estás?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nada importante

Extremadamente importante

Medida de confianza

Confianza

Si decidiste parar ahora, ¿qué tan seguro estás de que podrías hacerlo? En la misma escala de 0 a 10, donde 0 es nada seguro y 10 es extremadamente seguro, ¿dónde dirías que estás?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Nada

seguro de sí mismo

Extremadamente seguro de sí mismo

Cómo aumentar la confianza

—¿De qué logro te sientes más orgulloso? "Si puedes hacer eso,"

Escucha reflexivamente

- Usar las propias palabras del paciente
- "Te escucho decir que la idea de dejar de fumar da mucho miedo"
- "Tengo la sensación de que no crees que puedas dejar de beber porque tienes demasiado estrés en tu vida".

Resume tus comentarios

- “Hemos acordado.....”
- “Así que aquí están los pasos que dijiste que harías...”
- “Permítanme resumir lo que acabamos de discutir.....”

Navegue con Resistencia/Ambivalencia

- ¿Puedes ayudarme a entender.....
- "Lo que específicamente le preocupa..."
- "Está bien, te escucho decir que, por un lado, quieres renunciar, pero por otro lado tienes miedo de hacerlo".

Ambivalencia

- Una parte natural del proceso de cambio
- Tanto lo viejo como lo nuevo tienen valor
- Quedarse atascado allí es el problema
- Resolver la ambivalencia puede ser clave
- "El Balance Decisional"

Pros y Cons

FUMAR

PRO	CON

NO FUMAR

PRO	CON

Su objetivo

- Establezca una razón fuerte, clara e interna para cambiar:
- Salud
- ¿Cómo afecta el consumo de cigarrillos a la salud?
- No hables de la MUERTE

Dinero

Familia

Social

Otro

Recordatorios finales

- No puedes hacer que nadie cambie
- Cuanto más empujes, más se resistirán
- Más bien, ayude al paciente a querer cambiar:
- Aumentar el descontento con el comportamiento actual
- Disminuir el miedo a lo nuevo
- Al final, el paciente:
- Debe presentar las razones del cambio.
- Elige cuándo y cómo cambiar

Entrevista Motivacional



Referencias

- Motivational Interviewing: Preparing People for Change
William R. Miller and Stephen Rollnick, The Guilford Press
2002
- Motivational Interviewing in HealthCare William R.
Miller/Stephen Rollnick Guilford Press 2008

Sesión de preguntas y respuestas



Complete nuestra encuesta de evaluación posterior



Visite nuestro sitio web en NCHPH.org

- ¡Acceda a nuestras últimas publicaciones, seminarios web, colaboraciones de aprendizaje y más!



The screenshot shows the NCHPH website header with the logo and tagline: "The National Center for Health in Public Housing, Enhancing Health Care Delivery for Residents of Public Housing". Navigation links include HOME, FOCUS AREAS, RESEARCH & DATA, TRAINING & EVENTS, RESOURCE LIBRARY, ABOUT, and CONTACT US. The main content area features a blue banner for the "2024 Public Housing Demographic Fact Sheet" with a text box stating: "The National Center for Health in Public Housing (NCHPH) has released an updated fact sheet featuring the latest statistics on public housing residents. It includes data on general demographics, families with children, seniors, individuals with disabilities, income levels, and health status. To view/download the publication, click on the link below." A button below the text says "Click Here to View/Download Publication". At the bottom of the page, a blue footer contains the text "Welcome to The National Center for Health in Public Housing" and a "READ MORE" button.

Próximas capacitaciones

Sesión 3 04/03/2025 a la 1:00 pm EST

Sesión 4 04/10/2025 a la 1:00 pm EST

Utilice el mismo enlace de Zoom para unirse



Contact Us

Robert Burns

Program Director
Bobburns@namgt.com

Jose Leon, M.D.

Manager of Clinical Quality
jose.leon@namgt.com

Kevin Lombardi, M.D., M.P.H.

Manager of Policy, Research, and Health
Promotion
Kevin.lombardi@namgt.com

Fide Pineda Sandoval, C.H.E.S.

Training and Technical Assistance Manager
Fide@namgt.com

Chantel Murray, M.A.

Manager of Communications
Cmoore@namgt.com

Please contact our team for Training and
Technical Support
703-812-8822

Olajumoke Oladipo, MPH

Health Communications and Research Analyst
Olajumoke@namgt.com



National Center for Health in Public Housing

Thank you!

