




XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Doctor: “ Bec lo normal”

camfic
societat catalana de
medicina familiar i
comunitària

Nuria Bastida, Gregori Pizarro
Rosa Freixedas, Ana Altaba
Sabadell 4 i 5 de novembre de 2010



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Evidència científica

- Les intervencions breus realitzades en Atenció Primària per reduir el consum d'alcohol són efectives
Victor López-Marina, Gregorio Pizarro, Rosa Alcolea et al
EVALUACIÓN DEL CRIBADO Y EFECTIVIDAD DE UNA INTERVENCIÓN BREVE EN BEBEDORES DE RIESGO ATENDIDOS EN CONSULTAS DE ATENCIÓN PRIMARIA
Aten Primaria. 2005;36 :261-8
- El test AUDIT és un qüestionari breu que s'ha mostrat útil en el cribatge dels TCA
Rubio G, Bermejo J, Caballero MC, Santodomingo J
VALIDACIÓN DE LA PRUEBA PARA LA IDENTIFICACIÓN DE TRASTORNOS POR USO DE ALCOHOL (AUDIT) EN ATENCIÓN PRIMARIA
Rev Clin Esp 1998; 198: 11-14



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

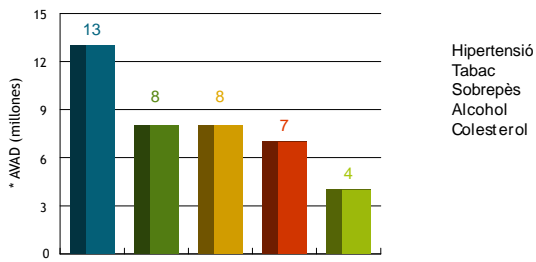
Evidència científica

- L'alcohol representa el segon factor de risc per a la salut, per darrere del consum de tabac

World Health Organization. Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks. 2009. Accessible a http://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/global_health_risks/en/index.html (descarregada 28 febrer 2010).
- En Atenció Primària el registre del consum d'alcohol i el diagnòstic dels Trastorns per consum d'alcohol (TCA) és baix

Josep Aubà, Carmen Marquilles, Eulalia Duran, Carmen Romero et al
ESTUDIO MULTICÉNTRICO SOBRE EL CONSUMO DE ALCOHOL EN ATENCIÓN PRIMARIA
Aten Primaria. 1997;19:80-3.

Exercici. Factor de risc a Europa



AVAD (Años de Vida Ajustados a Discapacidad).
Font:WHO,2009

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
INNOVEM PER MILLORAR

Epidemiologia

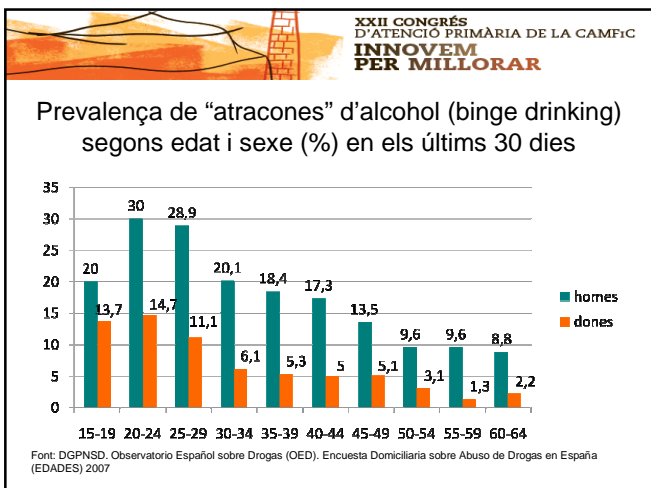
- Més del 72% de la població major de 15 anys, consumeix alcohol habitualment
- El 5,5% de la població adulta que pren alcohol és bevedor de risc, segons les dades de l'Enquesta Domiciliària "Alcohol y Drogas en España 2005-2006"
- Entre un 2% - 4% de la població te problemes de dependència

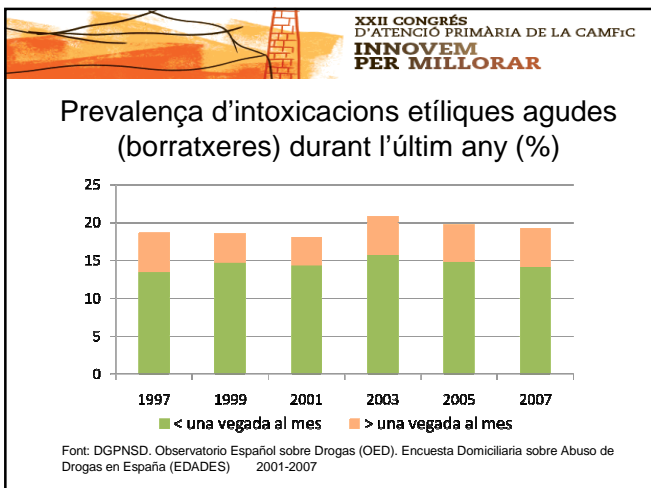
XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
INNOVEM PER MILLORAR

Evolució de la prevalença de consum d'alcohol en la població de 15 a 64 anys (%).

Year	alguna vegada (%)	darrer any (%)	darrer mes (%)	diàriament (%)
1997	~90	~78	~65	~15
1999	~88	~75	~63	~18
2001	~88	~78	~65	~18
2003	~90	~78	~65	~18
2005	~92	~75	~65	~18
2007	~90	~72	~62	~15

Font: DGPNSD, Observatorio Español sobre Drogas (OED), Encuesta Domiciliaria sobre Abuso de Drogas en España (EDADES), 1997-2007





XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Càlcul del consum

1 UBE	2 UBE (destil·lats)
200 ml de cervesa (canya o)	1 copa de conyac (50 ml)
100 ml de vi (got petit)	1 combinat (50 ml)
50 ml de vi generós (xerès)	1 whisky (50 ml)
50 ml de cava (1 copa)	
100 ml vermut	
25 ml de licor (cigaló)	

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Pautes de consum

Dependència de l'alcohol
Conjunt de manifestacions fisiològiques, de conducta y cognitives, que es desenvolupen amb el consum repetit de la substància i que típicament inclouen 3 o més dels criteris CIM-10.

Consum perjudicial
Pauta de consum que ocasiona danys a la salut tant físics (p. ex., cirrosi hepàtica) com mentals (depressió associada al consum).

Consum de risc
HOMES ≥ 28 UBE/setmanals ≥ 6 UBE/una ocasió de consum
DONES > 17 UBE/setmanals ≥ 5 UBE/una ocasió de consum

Consum de baix risc
HOMES < 28 UBE/setmanals (3 diàries)
DONES ≤ 17 UBE/setmanals (2 diàries)

Abstinència
No hi ha consum d'alcohol de forma habitual tot i que pot existir alguna mínima ingesta ocasional

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Consum de risc

28 UBE /setmana (280 gr./setmana) en l'home

17 UBE /setmana (168 gr./setmana) en la dona no embarassada

5 UBE en les dones o 6 UBE en els homes, en un curt període de temps almenys un cop en l'últim mes

Qualsevol ingesta en menors de 16 anys, dones embarassades, persones amb professions, patologia o tractament que desaconselli el consum

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Cribratge del consum d'alcohol

Quan?

- ✓ Com a part d'un examen rutinari de salut.
- ✓ Abans de prescriure medicació que pugui interactuar amb l'alcohol.
- ✓ Davant qualsevol sospita de possibles problemes relacionats amb l'alcohol.
- ✓ Davant qualsevol patologia amb una etiopatogènia que pugui estar relacionada amb l'alcohol.
- ✓ En general, qualsevol professional en qualsevol ocasió favorable.

Com?

- ✓ Avaluat la quantitat i freqüència de consum per detectar les persones bevedores de risc.
- ✓ Avaluat les conseqüències del consum d'alcohol per detectar persones dependents de l'alcohol.



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Població diana

Tota la població a partir de 12 anys

Especialment

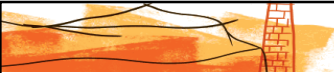
- Adolescents
- Dones gestants
- Fills de pares alcohòlics
- Persones amb problemes socials, laborals o familiars: aturats, viduïtat...
- Professions de risc (conductors, construcció, cambrers, agents comercials, executius...)



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Intervenció segons la ingesta

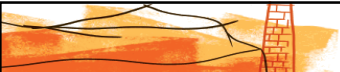
Abstemi	Mantenir conducta
Consum de baix risc	Consell per mantenir conducta
Consum de risc	Consell breu
Consum perjudicial	Abstinència
Dependència	Abstinència



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Mètodes de detecció

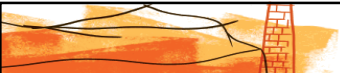
- ✓Entrevista clínica
- ✓Qüestionaris estandarditzats
- ✓Exploració física
- ✓Proves de laboratori



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Entrevista semiestructurada


- ✓ Què esmorza? I per beure?
- ✓ Pren alguna cosa a mig matí?, Fa el vermut abans de dinar?
- ✓ Per dinar , què beu?, Pren alguna copa o cigaló?
- ✓ Berena? I què beu?
- ✓ Al sortir de la feina, va a prendre alguna cosa? Què pren?
- ✓ Què pren per sopar? I per beure? Pren alguna copa després?
- ✓ Durant els caps de setmana pren alguna copa més?



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Qüestionaris per a la identificació del consum de risc i de la dependència

Qüestionaris de cribatge del consum de risc	Qüestionaris de cribatge de dependència	Qüestionaris de confirmació de dependència
ISCA AUDIT-C AUDIT	CAGE AUDIT	MALT CIM-10

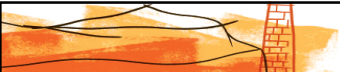


XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFIC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Qüestionari Isca (Interrogatori sistemàtic de consum d'alcohol)

- Si en alguna ocasió pren begudes alcohòliques (vi, cervesa, etc.), quantes consumicions pren el dia que beu? (expressades en UBE)
- Amb quina freqüència ho fa? (nombre de dies a la setmana)
- Els caps de setmana (o els dies laborables) canvien els seus hàbits de consum?

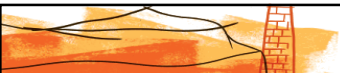
Consum	Quantitat	Dies	Subtotal
Dies laborables			
Dies festius			
Total			



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Intervenció breu (I)

- ✓ Les intervencions breus han demostrat la seva efectivitat en atenció primària per reduir el consum de risc i perjudicial
- ✓ Orientades a posar de manifest estats interns, amb la finalitat d'augmentar la motivació del pacient
- ✓ Dissenyades per a individus que no busquen ajuda per als seus problemes d'alcohol, que són identificats a través d'un procés de detecció oportunista

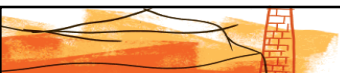


XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Intervenció breu (II)

1.- Intervenció molt breu, "mínima" o consell simple però estructurat, que no dura més de 5 minuts

- ✓ Indicada quan hi ha consum de risc amb l'objectiu de reduir el consum per sota dels límits de risc
- ✓ S'informa sobre el benefici de la disminució del consum del perill del consum excessiu
- ✓ Es facilita material divulgatiu



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Intervenció breu (III)

2.- Intervenció breu o consell breu més extensa i d'unes quantes sessions a l'any

- ✓ Indicada quan hi ha complicacions derivades del consum (consum de risc i consum perjudicial) per reduir o suprimir el consum
- ✓ Incorpora aspectes motivacionals

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Components de les intervencions breus

Comunicar empatia

Promoure l'autoeficàcia

Promoure la responsabilitat

Font: adaptat d'Etheridge RM i Sullivan E. <<http://www.alcoholisme.com>>

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Bevedor de risc – consell

Intervencions breus:

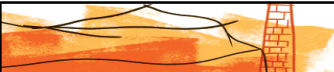
- . Orientades a posar de manifest estats interns.
- . Fen un plantejament que augmenti la **motivació** del pacient
- . S'inspiren en alguns element de l'Entrevista Motivacional
 1. expressar empatia
 2. fomentar la autoeficàcia
 3. emfatitzar responsabilitat/evitar resistències

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

1 - Expressar empatia

- Crear una atmosfera acollidora, centrada en el pacient.
- Mostrar cordialitat NO possessiva
- L'acceptació facilita el canvi. La pressió i la confrontació el bloquegen.
- Escoltar reflexivament (intentar entendre que significa per al pacient el que ens diu).

ESCOLTAR / NO JUTGAR

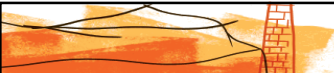


XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

2 - Crear discrepància

- La discrepància neix del pacient i mai s'imposa. Nosaltres estem al costat, no empenyem.
- La discrepància entre la conducta actual i els objectius de futur motiva el canvi.
- El pacient ha de trobar els seus motius per canviar.

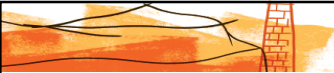
NO TENIR PRESSA



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

3 - Evitar resistències

- Evitar les discussions.
- La creença amb la possibilitat de poder canviar és un factor motivacional molt important. Ajudar a reflexionar
- El pacient és el responsable d'escollir i portar a terme el seu canvi.
- El canvi d'hàbits és un procés lent i difícil.
- Els objectius han de ser modestos.
- Dedicar POC TEMPS al que ha de fer i MOLT TEMPS a veure que passa dins el cap de les persones.

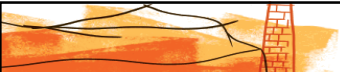


XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Metodologia de l' intervenció breu

Avaluar etapa del canvi i demanar permís:

1. Preguntar sobre el consum
2. Informar sobre el seu nivell de risc .Que verbalitzi pros/contres
3. Informar dels beneficis de reducció del consum
4. Saber si ell considera que l'alcohol li fa mal. Està disposat a disminuir el consum
5. Recomanacions per reduir el consum. Donar fulletó d'ajuda
6. Pactar accions futures.



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Proves de laboratori

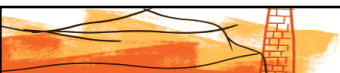
- ✓ Gamma-glutamil transpeptidasa (GGT)
- ✓ Volum corpuscular mig (VCM)
- ✓ Transaminases (ALT, AST)
- ✓ Transferrina deficient en carbohidrats (CDT)
- ✓ Lípids sèrics
- ✓ Àcid úric
- ✓ Fosfatases alcalines



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Trastorns relacionats amb l'alcohol

- ✓ hepàtica
- ✓ gastrointestinal i pancreàtica
- ✓ neurològica (central, perifèrica i autònoma)
- ✓ cardiovascular
- ✓ endocrina
- ✓ hematològica
- ✓ òssia
- ✓ altres



XXII CONGRÉS
D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFC
**INNOVEM
PER MILLORAR**

Signes físics

Inspecció	Eritema facial, Fàcies pletòrica, Hipertròfia parotídia Fetor alcohòlic, Llengua saburrall, Rinofima, Tremolor distal, Aranyes vasculares, Dupuytren palmar, Eritema palmar, Ginecomàstia
Abdominal	Hepatoesplenomegàlia, Escític
Cardiovascular	Hipertensió, Arítmies, ICC
Genitals	Atròfia testicular
Respiratori	Pneumònia, Tuberculosi
Hematològic	Anèmia amb macrocitosi, neutropènia, trombocitopènia
Neuromuscular	Crisis convulsives, Cames primes, ↓ ROT aqüili, ↓ sensibilitat peus, Atàxia

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Síntomes relacionats amb l'alcohol

- Nàusees, vòmits, diarrea, pirosi, anorèxia, epigastràlgies
- Palpitacions
- Disminució dels reflexes, tremolors, cefalea
- Ansietat o depressió, dificultat per concentrar-se, insomni, deliris, irritabilitat
- Trastorns de la memòria
- Impotència
- Absentisme laboral, IT de repetició.
- Risc social

XXII CONGRÉS D'ATENCIÓ PRIMÀRIA DE LA CAMFiC
INNOVEM PER MILLORAR

Dependència. Criteris CIM-10

Si en els 12 darrers mesos, o si de forma continuada, han estat presents tres o més dels següents:

- Desig intens o vivència d'una compulsió a consumir alcohol
- Disminució de la capacitat de control
- Simptomatologia d'abstinència
- Tolerància o neuroadaptació
- Abandonament progressiu de les activitats
- Persistència del consum malgrat les conseqüències perjudicials

