

## TABACO

1. En la fase de precontemplación se engloban a los fumadores que:

- ☒ a. No quieren dejar de fumar en los próximos 6 meses. ✓
- ☐ b. Piensan dejar de fumar en los próximos 6 meses.
- ☐ c. Quieren dejar de fumar en el próximo mes.
- ☐ d. No han conseguido dejar de fumar sin el uso de terapia farmacológica.

2. ¿Qué recomendaciones deben ofrecerse a los pacientes para controlar las situaciones de riesgo?

- ☐ a. Evitar o sustituir elementos desencadenantes.
- ☐ b. Respirar profundamente al sentir deseos de fumar.
- ☐ c. Modificar al máximo la rutina diaria.
- ☒ d. Todas las anteriores. ✓

3. ¿Cuál de los siguientes parámetros no es necesario incluirlo en la valoración inicial del fumador?

- ☒ a. Antecedentes familiares de tabaquismo. ✓
- ☐ b. Características del hábito tabáquico.
- ☐ c. Cooximetría.
- ☐ d. Patrón de sueño-descanso.

4. Con respecto al tratamiento con bupropión:

- ☐ a. Puede ocasionar somnolencia.
- ☐ b. El tratamiento suele durar 2 semanas.
- ☐ c. La dosis de tratamiento es de 2 comprimidos al día, dejando pasar al menos 8 horas entre tomas.
- ☒ d. Se debe dejar de fumar completamente a partir del octavo día de tratamiento. ✓

5. Uno de los siguientes enunciados es falso:

- ☒ a. Si se hace deporte se eliminan las toxinas del tabaco. ✓
- ☐ b. Los exfumadores viven más que los fumadores que siguen fumando.
- ☐ c. El tabaquismo es la primera causa evitable de muerte en los países desarrollados.
- ☐ d. El tabaco light no hace menos daño.

6. Cual de los siguientes diagnósticos de enfermería no es compatible con el proceso vital de cuidado: Tabaquismo:

- ☐ a. 00004: Riesgo de infección
- ☒ b. 00052: Deterioro de la interacción social. ✓
- ☐ c. 00024: Percusión tisular periférica inefectiva.
- ☐ d. 00031: Limpieza ineficaz de las vías aéreas

7. Una persona que ha conseguido dejar de fumar por un periodo igual o inferior a 6 meses se encuentra en la fase de:

- ☐ a. Contemplación.
- ☐ b. Preparación.
- ☒ c. Acción. ✓
- ☐ d. Mantenimiento.

8. ¿En qué porcentaje se estima que el tabaco es el responsable del total de muertes?

- ☒ a. 15%. ✓
- ☐ b. 10%.
- ☐ c. 37%.
- ☐ d. 28.6%.

9. ¿Cuál de las siguientes cuestiones no forma parte del cuestionario de Glover Nilson?

- ☐ a. ¿Parte de su placer de fumar procede del ritual que supone encender un cigarrillo?
- ☐ b. ¿Se encuentra a menudo encendiendo un cigarrillo por rutina, sin desearlo realmente?
- ☐ c. Cuando se halla en un lugar en el que está prohibido fumar, ¿juega con su cigarrillo o paquete de tabaco?
- ☒ d. ¿Fuma aunque esté tan enfermo que tenga que guardar cama la mayor parte del día? ✓

10. Para paliar el insomnio y el nerviosismo causado por el síndrome de abstinencia a la nicotina resulta útil:

- ☐ a. Sustituir el café por infusiones relajantes como el té.
- ☒ b. Realizar ejercicio físico. ✓
- ☐ c. Masticar chicles sin azúcar.
- ☐ d. Cambiar de rutinas.

11. Los síntomas del síndrome de abstinencia de la nicotina...

- ☐ a. No se resuelven hasta 4 semanas después del abandono del tabaco.
- ☒ b. Pueden paliarse con el uso de sustitutivos de nicotina. ✓
- ☐ c. Disminuyen en ambientes cargados de humo de tabaco.
- ☐ d. Ninguna es correcta.

12. El uso de terapia sustitutiva con nicotina no es recomendable en las personas con un resultado del Test de Fagerström entre:

- ☒ a. 0-1 puntos. ✓
- ☐ b. 2-3 puntos.
- ☐ c. 4-5 puntos.
- ☐ d. 8-10 puntos.

13. Con respecto a la ganancia de peso al dejar el tabaco, no es cierto que:

- ☐ a. Los beneficios sobre la salud de dejar el tabaco exceden el riesgo de ganancia de peso.
- ☐ b. El aumento de peso es pasajero y se estabiliza por sí mismo.
- ☐ c. El aumento de peso se debe al aumento de calorías para sustituir al tabaco.
- ☐ d. La terapia sustitutiva de nicotina produce un aumento de peso. ✓

14. Una de las siguientes actividades no suele incluirse en las actuaciones a seguir en caso de recaída:

- ☐ a. Análisis de las causas por las que se ha vuelto a fumar.
- ☐ b. Refuerzo del tratamiento farmacológico y/o conductual.
- ☐ c. Valoración de la disposición del paciente para volver a dejar de fumar.
- ☐ d. Refuerzo de los hábitos saludables. ✓

15. El día D elegido para dejar de fumar debe:

- ☐ a. Procurar hacer comidas ligeras y poco condimentadas. ✓
- ☐ b. Retirar todos los utensilios relacionados con el tabaco.
- ☐ c. Hacer una lista con los motivos para dejar de fumar.
- ☐ d. Todas las anteriores son correctas.

16. Entre los beneficios del abandono del tabaco no se encuentran:

- ☐ a. Disminuye el riesgo de cáncer de pulmón.
- ☐ b. Mejora la fecundidad. ✓
- ☐ c. Mejora el gusto y el olfato.
- ☐ d. Supone un importante ahorro de dinero.

17. El enunciado “fallo en la abstinencia completa” se corresponde con la definición de:

- ☐ a. Abstinencia.
- ☐ b. Fumador.
- ☐ c. Recaída.
- ☐ d. Fracaso. ✓

18. ¿Qué factores intervienen en la adquisición del hábito tabáquico?

- ☐ a. Presiones sociales.
- ☐ b. La publicidad.
- ☐ c. La dependencia nicotínica.
- ☐ d. Todas las anteriores. ✓

19. En la fase de preparación se encuentran aproximadamente el:

- ☐ a. El 25-30% de los fumadores.
- ☐ b. El 50-65% de los fumadores.
- ☐ c. El 30-35% de los fumadores
- ☒ d. El 10-15% de los fumadores. ✓

20. Con los pacientes en fase de contemplación debemos realizar:

- ☐ a. Intervención breve.
- ☐ b. Entrega de documentación de apoyo.
- ☒ c. Intervención breve y entrega de documentación de apoyo. ✓
- ☐ d. Intervención avanzada.

21. Se considera fumador a aquel que:

- ☐ a. Consume al menos un cigarrillo al día en el último mes.
- ☒ b. Al que responde afirmativamente a la pregunta ¿fuma usted en la actualidad? ✓
- ☐ c. Aquel que lleva dos semanas sin fumar.
- ☐ d. Todas son correctas.

22. Consideramos que una persona ha tenido una recaída cuando:

- ☐ a. Cuando vuelve a fumar un cigarrillo.
- ☒ b. Cuando vuelve a fumar al menos un cigarrillo al día. ✓
- ☐ c. Cuando lleva 6 meses sin fumar.
- ☐ d. Cuando fuma en circunstancias especiales.

23. Un resultado en el test de Richmond de 8 puntos se corresponde con:

- ☐ a. Ninguna motivación.
- ☐ b. Baja motivación.
- ☒ c. Moderada motivación. ✓
- ☐ d. Alta motivación.

24. ¿Qué objetivo debemos plantearnos ante un paciente que se encuentra en la fase de precontemplación?

- ☒ a. Promover un cambio de actitud. ✓
- ☐ b. Mejorar su motivación.
- ☐ c. Fijar una fecha para realizar un serio intento de abandono del hábito.
- ☐ d. Conseguir que asuma su fracaso.

25. Señale la respuesta correcta:

- ☐ a. Los chicles de nicotina se chupan hasta notar un fuerte sabor picante.
- ☒ b. Los comprimidos de nicotina pueden producir flatulencia. ✓
- ☐ c. Los parches de nicotina deben aplicarse en el músculo deltoides.
- ☐ d. La vía transdérmica es la más eficaz.

26. ¿Cuándo se deben proporcionar a los pacientes recomendaciones para superar las situaciones difíciles?

- ☐ a. En la consulta inicial.
- ☒ b. En las consultas de mantenimiento. ✓
- ☐ c. En las charlas grupales.
- ☐ d. En cualquier momento que consideremos oportuno.

27. Uno de los siguientes no se encuentra entre los síntomas más frecuentes del síndrome de abstinencia a la nicotina, ¿cuál?

- ☒ a. Falta de apetito. ✓
- ☐ b. Insomnio.
- ☐ c. Ansiedad.
- ☐ d. Cefaleas.

28. La actitud a seguir ante un paciente que ha fracasado en el abandono del hábito tabáquico es:

- ☒ a. Felicitarle por el esfuerzo realizado. ✓
- ☐ b. Culpabilizarle por su fracaso.
- ☐ c. Incitarle a volver a intentarlo en el plazo de un mes.
- ☐ d. Aconsejarle que se olvide de dejar de fumar.

29.Cuál de las siguientes patologías no está asociada al consumo de tabaco:

- ☐ a. Cáncer de pulmón.
- ☐ b. Enfermedades cardiovasculares.
- ☒ c. Enfermedades mentales. ✓
- ☐ d. Complicaciones durante el embarazo.

30. ¿Cuándo se produce el mayor porcentaje de recaídas en el periodo de deshabituación tabáquica?

- ☐ a. Durante los tres primeros días.
- ☐ b. Durante la primera semana.
- ☒ c. Durante los tres primeros meses. ✓
- ☐ d. Durante el primer año.