



## RV-T-002 - ¿EXISTE UN CÍRCULO VIRTUOSO ENTRE ABSTINENCIA Y BAJOS NIVELES DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN DURANTE EL PROCESO DE DEJAR DE FUMAR?

P. Masedo Mejuto<sup>1</sup>, J. Sanz Fernández<sup>1</sup>, M. García Vera<sup>1</sup>, I. Fernández Arias<sup>1</sup> y J. Fernández de Bobadilla<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Facultad de Psicología. Universidad Complutense de Madrid. <sup>2</sup>Hospital Universitario La Paz. Madrid.

### Resumen

**Objetivos:** Algunos estudios demuestran que bajas puntuaciones en las escalas de ansiedad o depresión antes de dejar de fumar predicen mayor abstinencia. Otros sugieren que mantenerse abstinentes no aumenta o disminuye los niveles de ansiedad ni depresión. Hasta donde sabemos, no hay publicaciones que aborden simultáneamente la existencia de un círculo virtuoso entre abstinencia y bajos niveles de ansiedad y depresión durante el proceso de dejar de fumar. Nuestro objetivo es determinar si existe este círculo virtuoso.

**Material y métodos:** Se realizó un análisis de un estudio longitudinal prospectivo. Variables estudiadas: sexo, edad, abstinencia continua autoinformada, ansiedad medida por Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) y la Subescala de Ansiedad de la Escala Hospitalaria de Ansiedad y Depresión (HAD-A) y depresión por la versión breve del Inventario de depresión de Beck (BDI-II-Breve). Nuevas variables para medir la variación en ansiedad y depresión. Se utilizó regresión logística binaria para determinar si los niveles de ansiedad o depresión predicen abstinencia y ANOVA de un factor para determinar si la abstinencia predecía una disminución de la ansiedad o la depresión.

**Resultados:** De los 291 sujetos hubo 14 con datos perdidos postratamiento y 277 válidos. De los válidos, 142 (51,26%) se declararon abstinentes. Al final del seguimiento hubo 71 abstinentes (26,30%). Nivel de ansiedad y depresión como predictor abstinencia: Se demostró que los niveles de ansiedad medidos con la escala BAI BDI-II y HDA fueron predictores significativos de abstinencia. Abstinencia como predictor de disminución de ansiedad y depresión: ninguno de los contrastes estadísticos fue significativo. Un bajo grado de ansiedad/depresión (medido con las escalas BAI, BDI-II-Breve y HAD-A) predice la abstinencia; pero la abstinencia no predice una disminución en la ansiedad/depresión con dichas escalas.

**Discusión:** Lo novedoso es que explora de forma simultánea en una sola cohorte, los niveles de ansiedad y depresión como predictores de abstinencia y, por otra parte, la abstinencia como predictor de disminución de la ansiedad y la depresión durante el proceso de dejar de fumar, para determinar si existe un círculo virtuoso. Además, los resultados de las publicaciones que abordan la abstinencia como predictor de ansiedad/depresión son muy heterogéneos y sus conclusiones controvertidas. Nuestro trabajo puede contribuir a aclarar esta cuestión. Por último, la mayoría de

las publicaciones existentes, exploran los efectos al final del seguimiento. Nuestro estudio lo analiza a lo largo de todo proceso de dejar de fumar.

*Conclusiones:* En una población general de fumadores, bajos niveles de ansiedad o depresión predicen la abstinencia, pero la abstinencia no los cambios en ansiedad o depresión durante el proceso de dejar de fumar. Estos hallazgos no son consistentes con la existencia de un círculo virtuoso entre abstinencia y bajos niveles de ansiedad o depresión, pero subrayan la importancia de optimizar los tratamientos para controlar la ansiedad y la depresión durante todo el proceso de dejar de fumar. Se justifican estudios prospectivos diseñados específicamente para mejorar el conocimiento sobre la relación entre emociones negativas y abstinencia.