

PAS 1 COM IDENTIFICAR EL CONSUM DE RISC / PERJUDICIAL D'ALCOHOL?

Pregunteu al pacient:

Alguna vegada consumeix begudes alcohòliques?

NO

Torneu a explorar als 2 anys

Exploreu amb

AUDIT C

> Amb quina freqüència pren alguna beguda alcohòlica?
 ○ Mai
 ① 1 cop o menys al mes
 ② 2 a 4 cops al mes
 ③ 2 o 3 cops a la setmana
 ④ 4 o més cops a la setmana

> Quantes consumicions de begudes amb contingut alcohòlic sol fer en un dia de beure normalment?
 ○ 1 o 2 ① 3 o 4 ② 5 o 6
 ③ 7 a 9 ④ 10 o més

> Amb quina freqüència pren 6 o més consumicions alcohòliques en un sol dia?
 ○ Mai
 ① Menys d'1 cop al mes
 ② Mensualment
 ③ Setmanalment
 ④ A diari o quasi a diari

Punts de tall de risc
 Homes ≥ 5
 Dones ≥ 4

ISCA

> Si en alguna ocasió pren begudes alcohòliques, quantes consumicions pren el dia que beu? (en UBE)

> Amb quina freqüència ho fa? (nre. de dies a la setmana)

> Els caps de setmana (o els dies laborables) canvien els seus hàbits de consum?

quantitat dies total

consum dies laborables			
consum dies festius			

Consum de risc per ocasió de consum
 Homes ≥ 6 UBE
 Dones ≥ 5 UBE
Punts de tall de risc
 Homes > 28 UBE/set.
 Dones ≥ 17 UBE/set.

El pacient presenta consum de risc / perjudicial?

NO

Torneu a explorar als 2 anys

SÍ

Analítica i exploració amb l'AUDIT. Aneu a:

PAS 2

PAS 2 COM IDENTIFICAR LA DEPENDÈNCIA DE L'ALCOHOL?

Exploreu si tres o més de les següents característiques apareixen simultàniament, o han estat presents en els darrers 12 mesos (CIM-10):

- Desig intens o compulsió per consumir alcohol
- Disminució de la capacitat de control:
 - > dificultats per controlar l'inici del consum
 - > dificultats per posar fi a la ingesta i controlar-ne la quantitat
- Simptomatologia d'abstinència
- Tolerància o neuroadaptació
- Abandonament progressiu d'activitats
- Persistència en el consum malgrat les conseqüències perjudicials

El pacient compleix els criteris?

NO

Consum de risc / perjudicial

SÍ

Dependència de l'alcohol

aneu a:

PAS 3

PAS 3 COM INTERVENIR UN COP HEM DETECTAT CONSUM DE RISC / PERJUDICIAL O DEPENDÈNCIA?

AVALUANT L'ESTADI DEL CANVI O CONSCIÈNCIA DE PROBLEMA (tant en casos de consum de risc / perjudicial com de dependència)

Pregunteu al pacient:

Creu que el consum d'alcohol influeix en la seva qualitat de vida i salut?

Vol modificar els seus hàbits de consum d'alcohol?

Si les dues respostes són positives: SÍ
 Si una resposta és negativa: NO

SÍ

Estadi contemplatiu

NO

Estadi precontemplatiu

PAS 4 COM ABORDAR CADA SITUACIÓ?

	SÍ ESTADI CONTEMPLATIU	NO ESTADI PRECONTEMPLATIU
CONSUM DE RISC / PERJUDICIAL D'ALCOHOL	Intervenció breu	Intervenció motivacional
DEPENDÈNCIA DE L'ALCOHOL	Tractament de la dependència	Abordatge de la dependència sense motivació del pacient

ESTADI CONTEMPLATIU

Intervenció breu

Un cop avaluat l'estadi del canvi i quan el pacient té consciència de problema:

Donar realimentació sobre salut i riscos

- > Comentari personalitzat i exemplificat
- > Comentari analítica i l'exploració física

Avaluar l'estadi del canvi

- > Resumir-ne els punts de vista

Donar consell demanant permís

Consell general

- > Beure menys sempre té avantatges
- > Beure en excés sempre és perjudicial a la llarga
- > Fer consum de risc no és sinònim d'alcoholisme

Consell personalitzat

- > Donar informació i tractar conceptes erronis
- > Conseqüències nocives concretes per al pacient
- > Riscos associats si persisteix el consum
- > Ressaltar els avantatges de reduir-lo

Negociar objectius i estratègies (1)

- > Considerar l'opinió del pacient
- > Estimular afirmacions d'automotivació per al canvi
- > Establir objectius concrets de reducció

Monitorar-ne el progrés

- > Concretar propera visita i fer-ne seguiment

(1) COM ES POT REDUIR EL CONSUM D'ALCOHOL?

- > Prendre la primera copa després d'haver començat a menjar
- > Prendre begudes no alcohòliques
- > Beure a glops petits
- > Planificar activitats en els moments en què sol beure
- > Fer exercici físic
- > Considerar nous interessos: cinema, esport, pescar
- > Evitar anar al bar
- > Limitar trobades amb gent que beu molt
- > Davant de presions socials que el forcen a beure dir amb fermesa: "No, gràcies, avui ja he begut prou"

ESTADI PRECONTEMPLATIU

Intervenció motivacional

Un cop avaluat l'estadi del canvi i quan el pacient **NO** té consciència de problema:

Promoure la presa de consciència (2)

- > Intentar generar interès
- > Oferir informació sobre la toxicitat de l'alcohol

- > Crear discrepàncies entre la conducta actual i els objectius de futur
- > Proposar analítica i exploració física
- > No exagerar ni culpabilitzar
- > Procurar relació empàtica

Si es mostra resistent:

- > Reconèixer i acceptar la resistència
- > No insistir ni pressionar
- > No moralitzar
- > Mantenir-se neutral
- > Emprar tècniques d'escolta reflexiva
- > Tenir una actitud no crítica
- > Continuar amb una conversa constructiva i col·laborativa
- > Conduir la conversa cap a un altre tema
- > Centrar el mateix tema des d'un altre punt de vista
- > No tenir pressa
- > Deixar el tema per visites ulteriors

(2) BENEFICIS PEL PACIENT SI DEIXA DE BEURE

- > Dormirà millor, tindrà més energia
- > No tindrà mal de cap
- > Tindrà més memòria
- > Tindrà millor estat d'ànim
- > Se li reduirà el risc de tenir hipertensió arterial, de tenir càncer, problemes hepàtics, de l'estat d'ànim i de patir lesions.

NO OBLIDAR:

Comunicar empatia **Promoure autoeficàcia**
Emfasitzar responsabilitats

ESTADI CONTEMPLATIU

Tractament de la dependència

Compleix criteris de derivació al CAS?

- L'EAP no pot assumir el tractament
- S'han fet intents de tractament insatisfactoris

NO

Abordatge des de l'EAP

SI

Derivació al CAS
seguiment i control

Compleix criteris per pautar desintoxicació?

(una o més respostes positives)

- Antecedents: delírium tràmens o crisis comicals
- Simptomatologia d'abstinència matutina
- Consum habitual d'alcohol en dejú
- Sensació de no poder deixar l'alcohol sense fàrmacs
- Simptomatologia d'abstinència en el moment de l'exploració
- Estat orgànic greument compromès

NO

Abstinència i pautes de deshabitació

SI

Compleix criteris per a desintoxicació domiciliària

(cal complir-los tots)

Maneig clínic

- > Abstinència absoluta
- > Seguiment cada 3 mesos
- > Avaluació patologia orgànica i TRA
- > Tractament farmacològic
- > Suport familiar
- > Abordatge psicossocial integral

- > Quantitat ingerida < 25 UBE/dia
- > Absència de complicacions greus
- > Compromís de no beure, no sortir del domicili ni tenir conductes de risc en el curs de la desintoxicació
- > Presència d'un familiar que supervisi el procés
- > Supressió d'alcohol en el domicili familiar
- > Contacte telefònic o visita cada 2-3 dies

Seguiment

Desintoxicació ambulatoria seguint pauta farmacològica

ESTADI PRECONTEMPLATIU

Abordatge de la dependència sense motivació per al canvi

El pacient presenta patologia orgànica o mental greu?

NO

Aneu a intervenció motivacional

SI

- > Avaluació de la patologia
- > Missatges de reducció del dany:
 - Evitar prendre alcohol en situacions d'alt risc: quan s'ha de conduir o fer funcionar maquinària perillosa
 - Intentar reduir el consum en la mesura que sigui possible
 - Seguir les indicacions del professional sanitari i acudir a totes les visites de seguiment
 - Davant una intoxicació o situació de malestar acudir al professional sanitari o a un servei d'urgències
 - Pautes de vitamínoteràpia
- > Donar al pacient alternatives de tractament
- > Intent de tractament: desintoxicació domiciliària
- > Intensificació del seguiment ambulatori
- > Tractament de la patologia orgànica i mental concomitant
- > No oblidar l'abordatge motivacional