

Pregunta 1

Sin responder aún  
Puntuación como 1,00

Marcar pregunta

Enunciado de la pregunta

En cas que el fumador no vulgui deixar el tabac en un futur proper, l'Organització Mundial de la Salut recomana fer una intervenció basada en les "5Rs". En quin dels següents enfocaments es basa?

Seleccione una:

a.  
En l'enfocament farmacològic.

b.  
Cap de les anteriors és certa.

c.  
En l'entrevista motivacional.

d.  
En la teràpia cognitiva-conductual.

Quitar mi elección

Pregunta 2

Sin responder aún  
Puntuación como 1,00

Marcar pregunta

Enunciado de la pregunta

Señala cuál de las siguientes opciones sobre las intervenciones psicológicas eficaces para la cesación tabáquica es FALSA:

Seleccione una:

a.  
Las intervenciones psicológicas incluyen entrenamiento en habilidades y técnicas de resolución de problemas, relajación, entre otras.

b.  
Las intervenciones a menudo se basan en programas multicomponentes.

c.  
Las intervenciones grupales son más eficaces que las individuales.



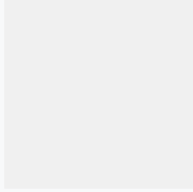
d.  
Las intervenciones intensivas deberían incluir un mínimo de 4 sesiones.



Quitar mi elección

Pregunta **3**

Sin responder aún  
Puntuación como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Segons el DSM-5, NO és un criteri característic de la dependència:

Seleccione una:



a.  
Tolerància.



b.  
Consum, tot i les conseqüències negatives.



c.  
Desig infructuós de deixar de fumar.



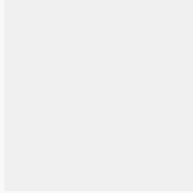
d.  
**Depressió.**



Quitar mi elección

Pregunta **4**

Sin responder aún  
Puntuación como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica la resposta FALSA. Davant un fumador que ha recaigut, després de tres mesos d'abstinència, cal que el professional:

Seleccione una:



a.  
Reforci els esforços realitzats durant el procés d'abandó.



b.  
Avalui què ha funcionat i què no durant el procés d'abandó.



c.  
Adopti una postura no culpabilitzadora cap a la persona fumadora.



d.

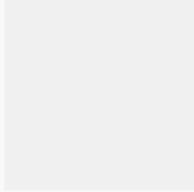
Doni temps a la persona fumadora, almenys uns 6 mesos per un nou intent.



Quitar mi elección

Pregunta **5**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

De les "5Rs", la "Resistència" consisteix en:

Seleccione una:



a.

Ajudar al fumador a identificar els motius i les raons per continuar fumant.



b.

Ajudar a identificar quins són els beneficis de deixar de fumar.



c.

Ajudar la persona fumadora a identificar per què deixar el tabac és important.



d.

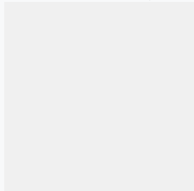
Ajudar el fumador a identificar quines són les barreres o impediments de deixar de fumar i desmitificar-los.



Quitar mi elección

Pregunta **6**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00



Desmarcar

### Enunciado de la pregunta

Quina estratègia intenta augmentar la consciència i l'autoconeixement del consum tabàquic?

Seleccione una:



a.

La psicoeducació.



b.  
La reestructuració cognitiva.



c.  
L'entrenament d'habilitats.



d.  
L'autoregistre.



Quitar mi elección

Pregunta **7**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Quin d'aquests factors condicionen el consum de tabac?

Seleccione una:



a.

Els tres anteriors condicionen el consum de tabac des d'una vessant psicològica, social i física.



b.

La nicotina com a substància addictiva.



c.

El preu i l'accés al tabac.



d.

Les creences, motivacions i habilitats de l'individu.



Quitar mi elección

Pregunta **8**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents afirmacions sobre la vareniclina és FALSA:

Seleccione una:



a.

No requereix prescripció mèdica, ni seguiment per un professional de la salut.

b.

Augmenta els nivells de dopamina.

c.

Té una acció dual agonista/antagonista dels receptors nicotínic.

d.

Actua sobre els principals mecanismes implicats en la dependència del tabac.

Quitar mi elección

Pregunta **9**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Quin és l'objectiu de la prevenció primària en l'addicció tabàquica?

Seleccione una:

a.

Abandonar el consum tabàquic.

b.

Disminuir la morbi-mortalitat associada al tabaquisme.

c.

Disminuir la incidència de fumadors.

d.

Interrompre la progressió de l'addicció.

Quitar mi elección

Pregunta **10**

Sin responder aún

Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica l'opció FALSA en relació a la mesura del nivell de monòxid de carboni expirat.

Seleccione una:

a.

Permet validar l'abstinència de consum de tabac de forma subjectiva durant el procés d'abandonament del consum

b.

Possibilita conèixer el nivell d'intoxicació per monòxid de carboni.

c.

Permet conèixer aproximadament el nombre de cigarretes que una persona ha consumit en les últimes hores.

d.

Facilita validar l'abstinència de consum de tabac de forma objectiva durant el procés d'abandó del consum.

Quitar mi elección

Pregunta **11**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Si una persona ha deixat de fumar durant els seu ingrés a l'hospital gràcies a l'ajuda proporcionada pel centre, quina de les següents accions de seguiment cal fer:

Seleccione una:

a.

Derivar a una consulta pròpia o aliena al centre (lloc o centre de salut)

b.

Realitzar un informe d'alta i anotar totes les dades sobre consum i intervenció en tabac.

c.

Acordar una cita de seguiment per al cap d'un mes com a màxim després de l'alta.

d.

Totes les anteriors

Quitar mi elección

Pregunta **12**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica l'opció correcta sobre els beneficis que comporta deixar de fumar:

Seleccione una:

a.

Al cap de 10 anys de deixar de fumar es té la meitat de probabilitats de morir d'un càncer de pulmó.

b.

A les 3 hores de deixar de fumar millora la funció respiratòria.

c.

Al cap d'un any de deixar de fumar les possibilitats de morir d'un càncer de pàncrees es redueixen a la meitat.

d.

Als 20 minuts de deixar de fumar els valors de monòxid de carboni en sang es normalitzen.

Quitar mi elección

Pregunta **13**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents afirmacions és correcta:

Seleccione una:

a.

La intervenció especialitzada va dirigida a tot tipus de fumador, independentment del seu grau de motivació i dependència.

b.

La intervenció especialitzada va dirigida a fumadors d'alta complexitat, com ara persones amb algun trastorn psiquiàtric.

c.

La intervenció intensiva només ofereix tractament farmacològic, mentre que l'especialitzada consta d'un enfocament psicològic i farmacològic.

d.

La intervenció especialitzada ofereix tractament grupal o individual, la intensiva només planteja un enfocament individual.

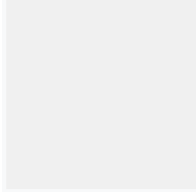


Quitar mi elección

Pregunta **14**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica la resposta incorrecta pel que fa al bupropió:

Seleccione una:



a.

S'aconsella com a primera opció de tractament farmacològic si es tracta del primer intent d'abandó.



b.

És imprescindible el seguiment en consulta



c.

El tractament dura uns tres mesos.



d.

El seu ús requereix recepta mèdica

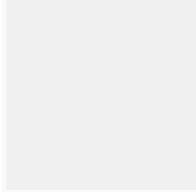


Quitar mi elección

Pregunta **15**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Un avantatge dels xiclets de nicotina respecte els pegats és que:

Seleccione una:



a.

No té efectes adversos



b.

Tenen un menor risc d'abús.





c.

Permet regular el consum de nicotina per evitar la síndrome d'abstinència.



d.

No generen problemes bucals ni de mandíbula

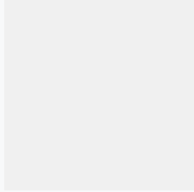


Quitar mi elección

Pregunta **16**

Sin responder aún

Puntuación como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

L'entrevista motivacional:

Seleccione una:



a.

No és efectiva en fumadors amb alta dependència.



b.

Ha estat desenvolupada per Prochaska i DiClemente.



c.

Se centra en la confrontació amb la persona fumadora.



d.

Destaca les ambivalències de la persona fumadora.

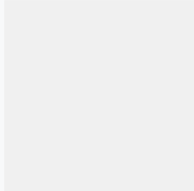


Quitar mi elección

Pregunta **17**

Sin responder aún

Puntuación como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica la resposta vertadera pel que fa a l'eficàcia del consell breu poblacional.

Seleccione una:



a.

La seva durada és d'entre 5 a 20 minuts, aproximadament.



b.  
S'ha demostrat que augmenta un 20% l'abandonament del tabac en aquelles persones que el reben.

c.  
Mai provoca un intent d'abandó

d.  
Com menys dura, més eficaç és.

Quitar mi elección

Pregunta **18**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00

Desmarcar

### Enunciado de la pregunta

La intervenció breu en tabaquisme es pot resumir en les "5 As". Quin és l'ordre recomanat?

Seleccione una:

a.  
Analitzar i Anotar, Ajudar, Aconsellar, Avaluar, Acordar seguiment.

b.  
Analitzar i Anotar, Avaluar, Aconsellar, Ajudar, Acordar seguiment.

c.  
Aconsellar, Analitzar i Anotar, Avaluar, Ajudar, Acordar seguiment.

d.  
Analitzar i Anotar, Aconsellar, Avaluar, Ajudar, Acordar seguiment.

Quitar mi elección

Pregunta **19**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Com s'anomena la guia d'aplicació de les accions recollides en el Conveni Marc de la OMS per a frenar l'epidèmia del tabac?

Seleccione una:



a.  
5As.



b.  
Model Transteòric del Canvi



c.  
5Rs.



d.  
**MPOWER.**



Quitar mi elección

Pregunta **20**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Una persona que consumeix qualsevol tipus de tabac/nicotina, però no de forma diària, es classificaria com a:

Seleccione una:



a.  
**Consumidora ocasional.**



b.  
Ex consumidora.



c.  
Mai consumidora



d.  
Consumidora diària.



Quitar mi elección

Pregunta **21**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica la resposta correcta en relació a la intervenció breu "5As":

Seleccione una:

a.

S'haurien de realitzar els passos de les 5As en diverses sessions sigui quin sigui el desig del pacient per abandonar el tabac.

b.

Sempre s'haurien de realitzar tots els passos de les 5As en una única sessió.

c.

Les 5As s'han de realitzar després d'haver aplicat els passos de les 5Rs.

d.

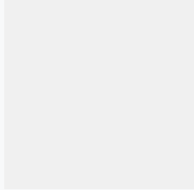
Les dues primeres As (Analitzar / Anotar i Aconsellar) s'haurien de realitzar amb totes les persones ateses en la pràctica clínica habitual, i la resta depenent del seu desig d'abandó.

Quitar mi elección

Pregunta **22**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Quina prova s'utilitza per valorar el grau de motivació d'una persona que fuma?

Seleccione una:

a.

La carboximetria

b.

El test de Richmond

c.

El test de Fagerström

d.

L'índex de Heatherton

Quitar mi elección

Pregunta **23**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indiqui quina estratègia educativa aconsella deixar de fumar, de manera clara i sense ambigüitats, amb la finalitat de promoure un canvi de comportament.

Seleccione una:

a.

Consell breu.

b.

Gestió de contingències.

c.

Entrevista Motivacional.

d.

Teràpia grupal.

Quitar mi elección

Pregunta **24**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents afirmacions sobre la nicotina és FALSA:

Seleccione una:

a.

Disminueix els nivells de dopamina.

b.

És la principal substància responsable de l'addicció al tabac.

c.

Estimula les glàndules suprarenals per tal que alliberin adrenalina.

d.

L'exposició crònica a la nicotina fa que hi hagi canvis en el receptors cerebrals.

Quitar mi elección

Pregunta **25**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents afirmacions és FALSA:

Seleccione una:

a.

El tabac de cargolar sovint conté més additius que les cigarretes manufacturades.

b.

Els productes de tabac escalfat no produeixen combustió.

c.

Les cigarretes electròniques contenen tabac dissolt.

d.

Les cigarretes electròniques i els productes de tabac escalfat són dispositius electrònics que poden alliberar nicotina.

Quitar mi elección

Pregunta **26**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

Enunciado de la pregunta

La intervenció més cost-efectiva per deixar de fumar és:

Seleccione una:

a.

La intervenció breu

b.

La intervenció comunitària

c.

Els programes d'autoajuda

d.

La intervenció especialitzada

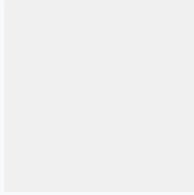


Quitar mi elección

Pregunta **27**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Quina prova mesura la dependència de les cigarretes mitjançant dues preguntes?

Seleccione una:



a.

L'índex de Heatherton



b.

El test de Richmond



c.

El test de Fagerström



d.

El model transteòric del canvi

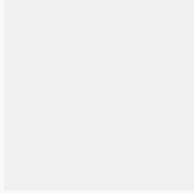


Quitar mi elección

Pregunta **28**

Sin responder aún

Puntuá como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents afirmacions sobre el tabaquisme com a problema de salut pública és FALSA:

Seleccione una:



a.

En la majoria de societats, les dones s'han iniciat en el consum de tabac més tard que els homes.



b.

És un problema multi-component, de bases biològiques, psicològiques i socials, que necessita un enfocament global.



c.

El tabaquisme és un problema generat per les empreses que venen tabac a costa de les seves conseqüències.

d.

El tabaquisme és una epidèmia global per a la qual no hi ha mesures efectives per erradicar-la.

Quitar mi elección

Pregunta **29**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents opcions és correcta:

Seleccione una:

a.

L'eficàcia de la intervenció depèn de la quantitat de temps invertida.

b.

Totes són correctes.

c.

La intervenció breu és una entrevista oportunista d'un professional de la salut que té una durada d'entre 5 i 10 minuts.

d.

És important comunicar empatia, emfatitzar la responsabilitat del pacient sobre la seva salut i promoure l'autoeficàcia.

Quitar mi elección

Pregunta **30**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Quina intervenció té com a finalitat ajudar les persones a deixar de fumar, sense necessitat de contacte presencial o telefònic amb un professional?

Seleccione una:

a.



Consell breu

b.  
Teleassistència

c.  
Material d'auto-ajuda

d.  
Entrevista motivacional

Quitar mi elección

Pregunta **31**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Desmarcar

### Enunciado de la pregunta

Un senyor que fuma 15 cigarretes al dia i triga 15 minuts en encendre la primera cigarreta, segons l'índex de Heatherton (índex de dependència de les cigarretes o "heaviness of smoking index") té un nivell de dependència:

Seleccione una:

a.  
Dependència alta.

b.  
L'índex de Heatherton no mesura la dependència.

c.  
Dependència baixa.

d.  
Dependència mitjana.

Quitar mi elección

Pregunta **32**

Sin responder aún  
Puntúa como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents opcions sobre les intervencions psicològiques eficaces per la cessació tabàquica és FALSA:

Seleccione una:

a. **Són efectives només si es combinen amb fàrmacs per deixar de fumar.**

b. Les intervencions de grup són igual d'eficaces que les individuals.

c. Les intervencions psicològiques inclouen entrenament en habilitats, tècniques de resolució de problemes i relaxació, entre d'altres.

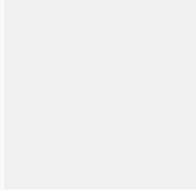
d. Les intervencions sovint es basen en programes multi-component.

[Quitar mi elección](#)

Pregunta **33**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00



[Marcar pregunta](#)

### Enunciado de la pregunta

Segons el Model Transteòric de Prochaska i DiClemente, quan una persona es planteja un canvi de comportament en els propers 30 dies, és a l'etapa de:

Seleccione una:

a. Acció

b. Contemplació

c. **Preparació**

d. Precontemplació.

[Quitar mi elección](#)

Pregunta **34**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

El test de Fagerström mesura:

Seleccione una:

a.

La motivació per deixar de fumar.

b.

El nivell de dependència de les cigarretes.

c.

Les etapes del canvi de comportament.

d.

La intenció de deixar de fumar.

Quitar mi elección

Pregunta **35**

Sin responder aún

Puntuación como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents informacions és FALSA: Quan una persona decideix anar a la consulta per deixar de fumar, el pla d'ajuda que li oferim ha d'incloure...

Seleccione una:

a.

Fixar un dia per deixar de fumar o dia "D" (idealment en els següents 15 dies)

b.

Fixar un dia per deixar de fumar o dia "D" (idealment en els següents 15 dies)

c.

Fer un pla de com preparar-se pel dia "D" (evitar tensions, no tenir tabac a mà, llençar els cendrers, etc.).

d.

Ressaltar la importància de continuar exposant-se igualment a situacions d'alt risc (consum d'alcohol, festes, situacions estressants, etc.)

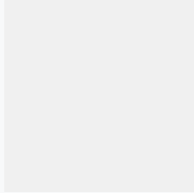


Quitar mi elección

Pregunta **36**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica la resposta correcta en relació a l'epidèmia actual de tabaquisme a Espanya:

Seleccione una:



a.

La prevalença de fumadors és més baixa que la mitjana de la Unió Europea.



b.

El consum de tabac ha anat disminuint a Espanya comparat amb les dades de fa 10 anys.



c.

El consum de tabac està augmentant des de fa una dècada, tant en homes com en dones.



d.

El consum de tabac ha disminuït els últims 10 en els homes però no en les dones.

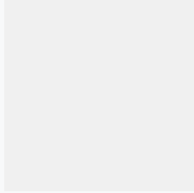


Quitar mi elección

Pregunta **37**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00



Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Indica quina de les següents afirmacions és correcta en relació al fum ambiental del tabac a Espanya:

Seleccione una:



a.

El fum ambiental del tabac conté unes 10 substàncies cancerígenes.



b.

S'estima que el tabac causa la mort d'entre 1.000 i 3.000 persones/any degut a malalties cardiovasculars i càncer.



c.

El fum ambiental del tabac no representa cap problema de salut pública.

d.  
Totes són falses.

Quitar mi elección

Pregunta **38**

Sin responder aún

Puntuà como 1,00

Marcar pregunta

### Enunciado de la pregunta

Respecte la mortalitat global per causes associades al tabac, és correcte afirmar que:

Seleccione una:

a.

Se sap que el tabac està directament relacionat amb 29 malalties, tant en homes com en dones.

b.

Les malalties cardiovasculars, el càncer i les malalties neurològiques són les principals causes de mortalitat associades al consum de tabac.

c.

El fum ambiental del tabac no causa malalties a les persones no fumadores.

d.

En els propers 20 anys, es preveu que la mortalitat associada al consum de tabac en països desenvolupats augmenti degut a un augment d'aquest consum.