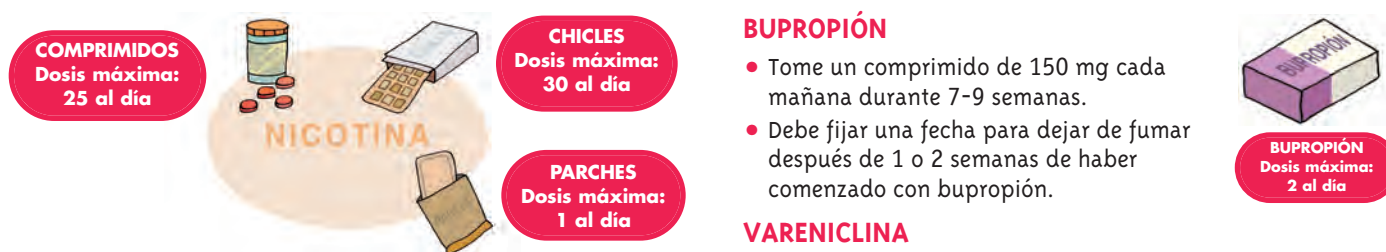


5.3. Sustitutivos de la nicotina. Bupropión. Vareniclina. Medicamentos para dejar de fumar

Existen tres clases de medicamentos que su médico le puede recomendar para ayudarle a dejar de fumar:

- Medicamentos que contienen nicotina y que se presentan en forma de parches, chicles y comprimidos para chupar. Cuando los toma, le aportan nicotina, lo que hace que tenga menos necesidad de fumar.
- Bupropión y vareniclina. Son pastillas que reducen el impulso irresistible de fumar y hacen más fácil abandonar el tabaco.



¿Qué puede hacer?

PARCHE DE NICOTINA

- Use un parche al día que se pondrá al levantarse por la mañana.
- Debe pegarlo sobre una zona de piel sin pelo. Presione el parche contra la piel durante 10 segundos.
- Cada día pegue el parche en un sitio diferente y espere 1 semana antes de repetir el mismo sitio. Hay parches de 10, 20 y 30 mg.
- Puede ducharse con él, y si se le cae, puede colocarse uno nuevo en otra zona del cuerpo.

CHICLES DE NICOTINA

- Puede utilizar un máximo de 25 chicles al día si son de 2 mg o 15 chicles al día si son de 4 mg. Tómelo cuando sienta ganas de fumar, o bien de forma fija cada hora, cada 2 horas, etc.
- Mastique el chicle hasta que note un sabor picante y reténgalo en la boca pegado a la mejilla. Debe tener el chicle en la boca 30 minutos e ir cambiándolo de sitio.
- Evite comer y beber 15 minutos antes de empezar a mascar el chicle y durante su uso.

COMPRIMIDOS DE NICOTINA PARA CHUPAR

- Tome un comprimido cada 1 o 2 horas.
- Chupe el comprimido hasta notar un sabor picante y reténgalo en la boca pegado a la mejilla. Debe tener el comprimido en la boca durante 30 minutos e ir cambiándolo de sitio.
- Evite comer y beber 15 minutos antes de empezar a chupar el comprimido y durante su uso.

No fume con estos tratamientos.

BUPROPIÓN

- Tome un comprimido de 150 mg cada mañana durante 7-9 semanas.
- Debe fijar una fecha para dejar de fumar después de 1 o 2 semanas de haber comenzado con bupropión.

VARENICLINA

- No recomendado para embarazadas ni menores de 18 años. Debe suprimirse en caso de aparecer agitación, depresión o ideas de suicidio. Es un medicamento caro.
- Se inicia 1 o 2 semanas antes de la fecha prevista para dejar de fumar. Se toma del 1.º al 3.º día, después de las comidas: 0,5 mg una vez al día. Del 4.º al 7.º día: 0,5 mg dos veces al día. Del 8.º día hasta completar 12 semanas: 1 mg dos veces al día.

¿Cuándo consultar a su médico de familia?

- Si usted está embarazada, lactando o padece alguna enfermedad cardíaca, debe consultar antes de tomar un medicamento que lleve nicotina o vareniclina.
- Igualmente, si ha padecido o padece epilepsia, tumor cerebral o alguna enfermedad psiquiátrica, debe decirselo a su médico antes de tomar bupropión o vareniclina.
- Si durante el tratamiento nota insomnio, molestias de estómago o si vuelve a fumar.
- Cumpla el plan de visitas que el médico le haya recomendado.

¿Dónde conseguir más información?

- www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish/quittingsmoking.html
- www.cancer.org/espanol/salud/comomantenersealejado deltabaco/fragmentado/pasos-para-dejar-de-fumar-types-of-n-r-t