



# Terapia de Sustitución de Nicotina

## ¿Funciona?

La terapia de reemplazo de nicotina aumenta las probabilidades de dejarla al reducir las sensaciones de abstinencia de la nicotina y el fuerte deseo de ella. La terapia de sustitución de nicotina que se emplea más comúnmente es el parche, el chicle y la pastilla de nicotina.

**Y recuerde que debe conversar con su profesional de atención médica para que le apoye a** dejarla y conteste sus preguntas sobre medicamentos y dosificación.

## Puede funcionar para usted

Quizás ya usó el parche, el chicle o la pastilla anteriormente, y le pareció que no funcionaba. Eso se debe generalmente a que no se recibe suficiente nicotina. Procure usar la terapia de sustitución de nicotina durante el periodo completo y en la dosis apropiada.

## Terapia combinada de nicotina

Para la mayoría de los fumadores, es más efectivo seguir una terapia combinada de sustitución de nicotina, o terapia combinada, que seguir una sola forma de tratamiento de nicotina.

### ¿De qué se trata?

Terapia combinada significa **emplear una terapia de acción prolongada de nicotina**, como el parche, **con una terapia de acción corta**, como el chicle o la pastilla.

### ¿Cómo funciona?

**El parche brinda una dosis constante de nicotina a lo largo del día**, con lo cual usted siente menos necesidad de fumar. **¡El chicle o la pastilla actúan rápidamente para combatir el intenso deseo repentino desde que surge!**

### ¿Es adecuado para mí?

Si en el pasado usó la terapia de nicotina, como se le indicó, y reincidió o le pareció que necesitaba más ayuda para superar la abstinencia, quizás valga la pena que pruebe la terapia combinada.

## Parche de nicotina

### ¿Cómo lo uso?

Coloque el parche de nicotina sobre la piel limpia y seca cada día. Trate de mantener el parche puesto mientras duerme. Si le cuesta dormirse, quítese el parche antes de acostarse.

### ¿Cómo funciona?

El parche de nicotina es una terapia de acción prolongada que suministra una cantidad constante de nicotina a su sistema. Eso le ayuda a manejar los intensos deseos de esta durante el día.

## Chicle de nicotina

### ¿Cómo lo uso?\*

- 1 Mastique** un solo chicle lentamente y por poco tiempo. Sentirá un sabor a pimienta, picante, y un hormigueo.
- 2 Colóquelo** entre la encía y la mejilla durante aproximadamente cinco minutos.
- 3 Repita** aproximadamente cinco veces o durante 30 minutos y deséchelo cuando termine.

### ¿Cómo funciona?

La nicotina del chicle es absorbida a través de la mucosa entre la mejilla y la encía. El chicle de nicotina es una terapia de acción corta. Funciona mejor para los ansias repentinas y los síntomas de abstinencia durante el día.

## Pastilla de nicotina

### ¿Cómo la uso?\*

Póngase una pastilla en la boca y muévela de un lado al otro ocasionalmente. No la mastique ni se la trague. Deje que la pastilla se disuelva lentamente (20-30 minutos).

### ¿Cómo funciona?

Al igual que el chicle, la nicotina en el chicle se absorbe por la mucosa entre su mejilla y su encía. La pastilla de nicotina es una terapia de acción corta. Funciona mejor para los deseos repentinos y los síntomas de abstinencia durante el día.

\*No coma ni beba nada 15 minutos antes o durante el uso del chicle o de la pastilla.

## ¿Todavía tiene preguntas sobre el uso de la terapia de nicotina?

Hable con su proveedor de atención médica o llame a Quitline **1-866-NY-QUITS** (1-866-697-8487).