

## Hábito de fumar: ¿Debería tomar medicamentos para dejar de fumar? - [Smoking: Should I Take Medicine to Quit?]



Tomar decisiones relacionadas con la salud forma parte de la vida. Estas decisiones pueden tener un gran impacto en su salud y en su felicidad. Algunas decisiones pueden afectar qué tan buena es su atención médica. Otras decisiones pueden afectar el costo de su atención médica. La mayoría de las personas se sienten mejor sobre su atención médica cuando ellas participan en estas decisiones.

Esta información le ayudará a entender las opciones que tiene, ya sea que participe en la decisión o que le pida a su médico que decida por usted. La decisión que usted tome debería estar basada en datos médicos así como también en sus propios sentimientos.

### Sus alternativas

- Puede tratar de dejar de fumar sin tomar medicamentos.
- Puede tomar medicamentos que le ayuden a afrontar las ansias y los síntomas de abstinencia, tales como tener mucha ansiedad o irritarse con mucha facilidad.

### Puntos clave para tomar su decisión

En el pasado, las únicas maneras de dejar de fumar eran hacerlo por sí solo o asistir a clases de grupo.

Hoy en día tiene la alternativa de usar medicamentos para mejorar sus probabilidades de dejar de fumar. Puede usar medicamentos de reemplazo de la nicotina, como chicles y parches, que contengan nicotina. También puede usar medicamentos que no contienen nicotina, como vareniclina y bupropión.

Todos estos medicamentos ayudan a aliviar sus ansias y los síntomas de abstinencia. Y rara vez causan efectos secundarios graves o adicción. Estos productos no contienen las sustancias insalubres que se encuentran en los cigarrillos, como el alquitrán y el monóxido de carbono.

Cuando tome su decisión, tome en cuenta lo siguiente:

- Los estudios demuestran que tomar medicamentos de reemplazo de la nicotina o tomar bupropión duplica sus probabilidades de dejar de fumar.
- Los estudios demuestran que tomar vareniclina duplica o triplica sus probabilidades de dejar de fumar.

- El bupropión y la vareniclina no se pueden tomar sin una receta de su médico.
- Algunas compañías de seguro, incluyendo ciertos programas de Medicare y Medicaid, pagarán todo o parte del costo de medicamentos para dejar de fumar.
- Los medicamentos de reemplazo de la nicotina como el chicle, las pastillas para chupar y los inhaladores pueden dar alivio rápido para las ansias. Lo mejor es tomarlos 9 o más veces durante el día.
- El chicle, las pastillas para chupar y los parches con nicotina pueden comprarse sin receta.
- Los parches con nicotina no le dan alivio rápido para las ansias. Se usan una vez al día.
- Los efectos secundarios de los medicamentos de reemplazo de la nicotina pueden incluir dolor de garganta, malestar estomacal, salpullidos en la piel y problemas para dormir.
- Boca seca y problemas para dormir son los efectos secundarios más comunes del bupropión. Náuseas y estreñimiento son los efectos secundarios más comunes de la vareniclina.

Razones para tomar medicamentos para dejar de fumar	Qué debe considerar antes de elegir los medicamentos
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiene ansias o síntomas de abstinencia, tal como nerviosismo, sentirse hambriento y sentirse de mal humor cuando pasa mucho tiempo sin un cigarrillo.</li> <li>• Ha tratado de dejar de fumar antes sin usar medicamentos, pero empezó a fumar de nuevo.</li> <li>• Quiere hacer el mejor esfuerzo posible para dejar de fumar.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si tiene antecedentes de convulsiones, problemas de salud mental o enfermedades del corazón, vea a su médico antes de decidir cuál medicamento tomar.</li> <li>• Si podría quedar embarazada, vea a su médico antes de decidir cuál medicamento tomar.</li> </ul>

Los medicamentos tienen efectos secundarios y es posible que no sean adecuados para todas las personas. Pregúntele a su médico cuál medicamento es el mejor para usted.

### Conclusión

Con base en lo que haya aprendido, usted podrá tomar una mejor decisión sobre el uso de medicamentos para dejar de fumar.

- Aprenda los datos médicos.
- Considere los beneficios y los riesgos de los diferentes medicamentos.
- Pregunte acerca de los costos.
- Hable con su médico.

## ¿Dónde puede obtener más información?

**Smokefree.gov (en inglés):** 1-800-QUITNOW (1-800-784-8669) o  
[www.smokefree.gov](http://www.smokefree.gov)

**Sociedad Americana del Cáncer:** 1-800-ACS-2345 (1-800-227-2345) o  
[www.cancer.org/Espanol](http://www.cancer.org/Espanol)

**Instituto Nacional del Cáncer:** 1-800-4-CANCER (1-800-422-6237) o  
[www.cancer.gov/espanol](http://www.cancer.gov/espanol)

**American Lung Association:** 1-800-LUNG-USA (1-800-586-4872) o  
[www.lungusa.org/espanol](http://www.lungusa.org/espanol)



