

# TRATAMIENTO DE REEMPLAZO DE NICOTINA

## PASTILLA DE NICOTINA DE 2 MG, 4 MG

### ¿Qué hace esto?

La pastilla emite nicotina para ayudar a disminuir los síntomas de abstinencia. Pruebe combinarla con el parche de nicotina para mejorar aún más sus posibilidades de mantenerse sin fumar.

### ¿Cómo la uso?

- Comience a usar la pastilla en la fecha en que va a dejar el tabaco.
- Deje que la pastilla se disuelva lentamente en su boca cerca de la mejilla y encía.
- Mueva la pastilla por diferentes partes de la boca. Una pastilla dura entre 20 y 30 minutos. Una mini pastilla dura entre 10 y 15 minutos.
- No mastique ni trague la pastilla.
- Evite comer y beber algo ácido por 15 minutos antes de usar la pastilla o durante su uso. Los alimentos y bebidas ácidas, como refrescos y café, pueden impedir que la pastilla actúe.
- Úsela durante el día cuando sea necesario.
- Use hasta 20 pastillas por día en la primera semana.
- Cada semana, auto evalúese y disminuya gradualmente su uso de la pastilla durante tres a cuatro meses o más tiempo si es necesario. Hable con su proveedor de atención médica sobre sus metas para disminuir su uso.
- Puede usar chicle o dulces sin azúcar para reemplazar la pastilla.
- Si tiene un desliz y usa tabaco, continúe usando la pastilla y trate de no fumar o chupar tabaco.

### ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios?

- Puede causar indigestión, malestar estomacal, náuseas, hipo, dolor de cabeza, irritación de la boca y dificultad para dormir. El uso correcto de las pastillas puede ayudar a evitar estos efectos secundarios.
- Si no puede tolerar los efectos secundarios, deje de usar las pastillas y llame a su proveedor de atención médica.

### ¡Utilice estas herramientas para apoyo adicional!



#### Inscríbese en el programa de mensajes de texto de SmokefreeVET

Envíe un mensaje de texto con la palabra **VETesp** al **47848** o vaya a [Smokefree.gov/VETesp](https://www.smokefree.gov/VETesp).



#### Llame a la línea de ayuda para dejar el tabaco

Hable con un consejero de veteranos para dejar de usar tabaco. Llame al **1-855-QUIT-VET** (1-855-784-8838) de lunes a viernes.

El uso de medicamentos junto con la consejería conductual le da la mejor posibilidad para dejar de usar tabaco. Hable con su proveedor de atención médica sobre cuál es el mejor medicamento para usted.

LA ADMINISTRACIÓN DE SALUD DE VETERANOS  
[veterans.smokefree.gov/recursos-en-espanol](https://www.veterans.smokefree.gov/recursos-en-espanol)

VA



U.S. Department  
of Veterans Affairs

 **smokefreeVET**  
en Español

**1-855-Quit-Vet**  
TOBACCO QUITLINE