



AYUDEMOS A NUESTROS PACIENTES A DEJAR DE FUMAR PARA SIEMPRE.

DÍGALES SOBRE EL TRATAMIENTO DE REEMPLAZO DE NICOTINA.

El tratamiento de reemplazo de nicotina (NRT, por sus siglas en inglés) es seguro, eficaz y el más común en la familia de medicamentos para dejar de fumar. Los productos del NRT contienen solo nicotina purificada y ninguna de las otras toxinas o agentes carcinógenos encontrados en el tabaco. De esta manera, sus pacientes pueden reducir su dependencia a la nicotina de forma segura.

Ayude a sus pacientes a aumentar sus probabilidades de dejar de fumar. Hablen sobre cual tratamiento de NRT puede ser mejor para ellos. Los puntos para considerar son sus experiencias con medicamentos en el pasado, cuánto fuman o mascan actualmente y cualquier condición médica que tengan.

He aquí consejos que puede decir a sus pacientes para animarlos a usar NRT:

- **Este tratamiento funciona.** Cuando se siguen las instrucciones, el NRT puede doblar sus probabilidades de dejar de fumar para siempre.
- **El NRT ayuda con los antojos difíciles.** Los peores síntomas de abstinencia suelen solo durar desde unos pocos días a un par de semanas. El NRT puede ayudar a que estos síntomas sean menos intensos.
- **La combinación de NRT mejora sus probabilidades de dejar de fumar.** Los productos de NRT se pueden utilizar juntos de manera segura. Pruebe un parche de acción prolongada con pastillas o chicles de acción breve para combatir los antojos.
- **Está bien si tiene un desliz.** No hay efectos secundarios de seguir utilizando un producto de NRT, aún si sede al deseo de fumar uno o dos cigarrillos. Manteniéndose en el NRT aumenta sus probabilidades de continuar con su plan para dejar de fumar.
- **El NRT es seguro.** Los estudios han demostrado que el uso de NRT es seguro y eficaz para casi todos los adultos. Las mujeres embarazadas y personas con problemas graves de salud deben hablar con su médico antes de comenzar a usar el NRT.
- **El NRT es fácil de conseguir.** Su proveedor de atención médica para veteranos puede recetar un medicamento de NRT, y usted lo puede adquirir en su farmacia. Los productos de NRT también están disponibles en su farmacia sin receta médica.
- **El NRT está diseñado para prevenir la adicción.** Los productos de NRT descargan mucho menos nicotina que los cigarrillos o productos de tabaco sin humo, y descargan la nicotina a un ritmo mucho más lento. Eso los hace menos adictivos. A la mayoría de las personas les resulta fácil reducir el consumo y dejar de usar los medicamentos de nicotina después de algunos meses.
- **El NRT no funciona por sí solo.** Se ha comprobado que los medicamentos de nicotina aumentan sus probabilidades de dejar de fumar, pero no quitan el deseo de fumar completamente. Para mejores resultados, siga cuidadosamente las instrucciones para el uso de los medicamentos de NRT. Asegúrese de usar una dosis suficientemente alta y use el medicamento por el tiempo recomendado (aproximadamente de tres a seis meses).
- **La combinación de NRT con la consejería le da las mejores probabilidades de dejar de fumar.** Hable con su proveedor de atención médica para veteranos sobre la asesoría individual o en grupo. Llame a la línea de ayuda para veteranos, de lunes a viernes, y escoja la opción de español para hablar con un consejero. Marque **1-855-QUIT-VET (1-855-784-8838)**. También puede inscribirse para el programa de textos de SmokefreeVET para recibir consejos y mensajes informativos. Envíe un texto con **VETESP al 47848** o visite **Smokefree.gov/vetesp**.

