

TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS PARA DEJAR DE FUMAR

¿POR QUÉ UTILIZAR AYUDA FARMACOLÓGICA?

Si fumas más de 10 cigarrillos al día, o si fumas en la primera media hora después de levantarte de la cama y crees que el cigarrillo que más te va a costar dejar es el primero de la mañana, tienes una dependencia importante a la nicotina. En este caso la correcta utilización del tratamiento farmacológico va a duplicar tus posibilidades de dejar de fumar.

No obstante, no esperes de estos fármacos un remedio milagroso que te elimine las ganas de fumar. Esos deseos deberás controlarlos tú.

Los fármacos harán que tus deseos de fumar sean menores y te ayudarán a controlarlos.

TIPOS DE AYUDA FARMACOLÓGICA.

Es importante que tu médico tenga conocimiento de tu proceso de dejar de fumar. Y es **imprescindible** en el caso de que optes por ayudarte con alguno de los últimos fármacos que se describen (Zyntabac, Todacitán y Champix) ya que debe ser él quien te los recete y controle.

Existen varios tipos de medicación que a continuación te detallamos:

- Terapia Sustitutiva de Nicotina (TSN)

Es una opción eficaz y la más segura. El objetivo de la TSN es sustituir la nicotina de los cigarrillos, pero con una forma diferente de liberación: parche, chicle o comprimidos para chupar. La nicotina así administrada controla en gran medida el deseo de fumar y los síntomas de abstinencia, y sin embargo no genera dependencia ni ningún problema para la salud.

La TSN pueden utilizarla todos los fumadores.

Las distintas formas de TSN son igual de eficaces y la dosis a utilizar depende habitualmente del número de cigarrillos que se fumen al día.

Los parches suministran una dosis constante de nicotina. Habitualmente se comienza con una dosis alta que progresivamente se va disminuyendo. El tiempo recomendado de tratamiento es de 8 a 12 semanas. Se utiliza un parche cada 24 horas.

El chicle y los comprimidos para chupar suministran nicotina cada vez que los tomamos. Se pueden utilizar con una pauta fija o tomarlos cuando aparezcan las ganas de fumar.

Con la correcta utilización de las distintas formas de TSN no se producen efectos secundarios importantes. Puede aparecer sensación leve de picor y enrojecimiento en la zona en que se pone el parche, o irritación leve de garganta con la utilización del chicle o comprimido para chupar.

- Zyntabac

El principio activo de este fármaco es el Bupropion. Actúa a nivel cerebral produciendo unos efectos similares a los que produce la nicotina, disminuyendo así los síntomas de abstinencia a la nicotina y la apetencia de fumar.

Aunque se trata de una medicina eficaz y segura, no la pueden utilizar todos los fumadores, pues tiene algunas contraindicaciones, así como incompatibilidad con otros medicamentos, por lo que **tiene que ser recetada por tu médico, quien te tiene que controlar mientras la estés tomando.**

- Champix* (no disponible en el mercado en el momento actual)

El principio activo es Varenicline, que es un agonista del receptor nicotínico, lo que quiere decir que actúa de forma similar a la nicotina. También se ha mostrado como un fármaco seguro, pues son muy pocas sus contraindicaciones y es compatible con otros tratamientos aunque es un fármaco de prescripción, por lo que **debe ser recetado y controlado por un médico.**

- Citisina

El principio activo es la citisina, alcaloide natural que es un agonista parcial selectivo de los receptores nicotínicos alfa4Beta2. Debido a su acción agonista, citisina es eficaz para reducir los síntomas del síndrome de abstinencia y debido a la acción antagonista, reduce el efecto placentero del consumo de tabaco. La seguridad de la citisina está avalada y aunque sea un fármaco con escasas contraindicaciones es un fármaco que **ha de ser recetado y controlado por un médico.**

***MUY IMPORTANTE:** tanto Zyntabac, Todacitán como Champix, son fármacos de prescripción. Si optas por usar alguno de los tres debe recetártelo y controlártelo tu médico ya que están contraindicados con ciertas enfermedades y fármacos.