

Lo que usted debe saber sobre el...

aerosol nasal de nicotina

Cuando se utiliza de la manera indicada, el aerosol nasal de nicotina es un método seguro para reducir el antojo del cigarrillo. La venta del aerosol con receta ha sido aprobada por la Administración de Medicamentos y Alimentos (*Food and Drug Administration* ó FDA, en inglés). Al contrario de cuando se fuman cigarrillos, la nicotina en el aerosol nasal no causa cáncer o ataques al corazón. Los químicos en los cigarrillos y el humo del cigarrillo son los que causan cáncer, no la nicotina. En lugar de inhalar cientos de químicos tóxicos al fumar cigarrillos, usted solamente estará ingiriendo cantidades pequeñas de nicotina a través de la nariz cuando use el aerosol nasal. El aerosol suministra nicotina a la sangre a través del revestimiento (o membranas) de la nariz. El aerosol nasal proporciona una fuerte dosis de nicotina para disminuir rápidamente los deseos de consumir nicotina y los síntomas de la abstinencia.



!!! Prepárese!!!

- Obtenga el aerosol nasal mientras se prepara para dejar de fumar—antes del día que vaya a dejar de fumar.
- Cada envase le durará entre 1 y 2 semanas. Súrtese antes de que se le acabe el aerosol.
- El aerosol nasal no le ocasionará la misma sensación que los cigarrillos. Más bien, le reducirá los antojos y lo mantendrá cómodo(a) mientras usted aprende a hacer otras cosas en lugar de fumar.

¿¿Cómo se usa el aerosol nasal de nicotina??

Antes de usar el aerosol nasal, lea todas las instrucciones detalladamente. Si tiene alguna pregunta, consulte a su proveedor de atención médica.

- Inclíne levemente la cabeza hacia atrás.
- Mientras aguanta la respiración, rocíe una vez en cada orificio nasal, dirigiendo el rociador hacia la parte exterior del orificio nasal. Exhale por la boca. No aspire ni inhale mientras rocía el aerosol. Espere dos a tres minutos antes de sonarse la nariz.
- El aerosol puede irritar la nariz al principio, pero esto mejorará entre más lo use.
- Si usted usa el aerosol junto con otros medicamentos para dejar el tabaco, use el aerosol cuando no pueda controlar los síntomas de la abstinencia o los deseos de consumir nicotina.
- Si este es el único medicamento que usted usa para dejar el tabaco, la dosis inicial recomendada es de una o dos dosis por hora, con un mínimo de ocho dosis por hora y un máximo de 40 dosis por día. Al principio, muchas personas aplican un promedio de 14 a 15 dosis por día. No use más de cinco dosis por hora.
- Después de seis a ocho semanas, empiece a disminuir el uso del aerosol de la mejor manera para usted, o de acuerdo con el programa de reducción de consumo que su proveedor de atención médica le recomiende. Por ejemplo, puede decidir dejar de usar el aerosol en ciertos lugares o en ciertos momentos, o quizás usted desee usarlo menos veces.

¡Cuidese bien!
Respire profundo
Escuche Música
Tome descansos
Pida ayuda y apoyo

(!!!Dele vuelta a la hoja!!)

No deje de usar el aerosol antes del tiempo recomendado.

- Continúe usando el aerosol aunque se sienta mejor dentro de un par de días. El aerosol lo mantendrá cómodo y le reducirá el antojo mientras usted aprende a hacer otras cosas en lugar de fumar. Es importante que use el aerosol durante el tiempo recomendado.

No fume cigarrillos mientras este usando el aerosol nasal.

- El fumar cigarrillos mientras utiliza el aerosol nasal le puede impedir que deje de fumar. Si usted sigue fumando o tiene ganas de fumar mientras usa el aerosol nasal, podría necesitar también la goma de mascar (chicle) o las pastillas de nicotina para controlar los antojos. Consulte de inmediato a su médico o a su asesor(a) para dejar de fumar.

Cuando usted esté usando el aerosol nasal de nicotina.

- Evite el contacto del aerosol con la piel, los ojos y la boca. Si hay contacto, enjuague de inmediato la zona con agua.

SÍ, SÍ, SÍ . . .

- ¡Reúnase con un grupo, un consejero o llame a la línea de ayuda 1-800-no-butts para aumentar sus posibilidades de éxito al cambiar sus comportamientos y estilo de vida!
- Hable con alguien que le pueda dar apoyo, en caso de que pase por un momento de debilidad y se fume un cigarrillo. Trate de no sentirse mal. Este es un proceso difícil. Trate de dejar de fumar inmediatamente.
- Llame a su médico si tienen cualquier problema con el uso del inhalador.

Y lo más importante . . .



Llame al 1-800-NO-BUTTS para recibir ayuda y apoyo GRATIS



!!! Advertencia!!!

Efectos Secundarios Comunes:

- Ojos llorosos y goteo nasal
- Sensación de ardor en la nariz
- Garganta irritada
- Estornudos y tos

Por lo general, estos efectos secundarios disminuyen después de algunos días. Si los efectos continúan, o si usted tiene otros problemas que cree que hayan sido ocasionados por el aerosol, consulte a su proveedor de atención médica.

Ingerir demasiada nicotina puede ocasionar síntomas tales como:

- Náuseas, diarrea o vómito
- Taquicardia
- Sudoración fría
- Visión borrosa
- Mareos
- Dolores de cabeza
- Babeo

Consulte a su médico antes de usar el aerosol nasal de nicotina si usted . .

- ha tenido un ataque al corazón en las últimas 2 semanas;
- está embarazada o está dando pecho;
- tiene problemas graves con el ritmo del corazón;
- tiene angina de pecho, o dolores de pecho cerca del corazón;
- tiene problemas nasales o sinusales;
- tiene alergias o asma.

Si tiene los síntomas de exceso de nicotina, deje de usar el aerosol nasal y hable con su proveedor de atención médica.

Este folleto fue desarrollado por la red Alameda County ATOD Network y adaptado del folleto informativo de la clínica Mayo Clinic, Medications to Help you Stop Using Tobacco. Este folleto es posible gracias a fondos proporcionados por las siguientes agencias: Alameda County Health Care Services Agency, Public Health Department, Tobacco Control Program, Tobacco Master Settlement.

