

Parches de nicotina (venta sin receta)

Este medicamento puede adquirirse sin receta. Es útil para paliar los síntomas del síndrome de abstinencia en fumadores. A escoger parche de 16 horas o parche de 24 horas.

Duración del tratamiento

2-3 meses.

Posología

Según el peso de la persona, la mayoría de los fumadores deben empezar usando un parche de máxima concentración (15-22 mg de nicotina) diariamente durante 8 semanas y, después un parche de menor concentración (5-14 mg de nicotina) por otras 4 semanas. Por ejemplo:

¿Fumas menos de un paquete al día?

- Durante 8 semanas: usa el parche de 15 mg/16 horas.
- De 2 a 4 semanas: usa el parche de 10 mg/16 horas.
- De 2 a 4 semanas: usa el parche de 5 mg/16 horas.

¿Fumas más de un paquete al día?

- Durante 12 semanas: usa el parche de 15 mg/24 horas.
- De 2 a 4 semanas: usa el parche de 10 mg/24 horas.
- De 2 a 4 semanas: usa el parche de 5 mg/24 horas.
- *El parche de 16 horas:*
Póntelo por la mañana y quítatelo por la noche.
- *El parche de 24 horas:*
Póntelo por la noche y cámbialo por otro a las 24 horas (si tienes dolor de cabeza con el parche de 24 horas, póntelo por la mañana y quítatelo por la noche).

En los fumadores que se levantan por la noche o tienen turnos cambiantes, se recomienda usar el parche de 24 horas.

¿Cómo utilizar los parches de nicotina?

- Sigue las indicaciones que vienen con los parches o el consejo de tu médico.
- Lávate las manos.
- Colócate el parche en un lugar seco, sin heridas, sin pelo y, por encima de la cintura. Si eres mujer no te lo coloques en el pecho.
- No te coloques el parche en el mismo sitio todos los días (7 días de descanso para repetir el mismo sitio), úsalo en diferentes partes de tu cuerpo. Es normal tener algún enrojecimiento o comezón en la zona en donde estuvo el parche, aún 24 horas después de haberlo retirado. Si observas un sarpullido o una inflamación por todo el cuerpo, quítate el parche, lava la zona donde estaba colocado y acude a tu médico. En estos casos puede resultar muy útil cambiar la marca de los parches.
- Utiliza un parche nuevo todos los días. No te saltes ningún día. Asegúrate de comprar parches antes de que se agoten los que tengas.
- No te quites el parche para ducharte, hacer deporte o cualquier otra actividad.
- Si se cae, colócalo de nuevo con un esparadrapo.
- No cortes el parche.
- Si estas usando parches de 24 horas y, tienes problemas para dormir o tienes sueños extraños, consulta con tu médico sobre la posibilidad de quitarte el parche por las noches.
- Debes consultar con tu médico si sientes dolores de cabeza, trastornos estomacales o cualquier otro efecto secundario.
- No interrumpas el tratamiento si tienes una recaída. “Vuelve al camino de tu abstinencia inmediatamente”. Si continúas fumando, quítate el parche y comunícate con tu médico.
- No interrumpas el tratamiento aunque hayan desaparecido las ganas de fumar.

Efectos secundarios

Irritación de la piel (enrojecimiento, comezón), mareos, palpitaciones aceleradas, insomnio, o sueños inusuales, cefalea, náuseas, vómitos, rigidez y dolor muscular.

Los parches de 16 horas producen menos insomnio.

Recomendaciones para paliar los efectos secundarios:

- Intenta con una marca de parche diferente, si ocurre irritación de la piel.
- Reduce la cantidad de nicotina usando un parche de dosis más baja.
- Las dificultades para dormir pueden ser temporales y, suelen desaparecer a los 3 o 4 días. Si no es así (y estas utilizando el parche de 24 horas), intenta cambiar a un parche de 16 horas.
- Deja de usar los parches e intenta una terapia diferente de sustitución con nicotina.

Contraindicaciones

Alergia al fármaco, dermatitis atópica y crónica, infarto agudo de miocardio reciente, arritmias graves, angina de pecho inestable, insuficiencia cardíaca, ataques isquémicos cerebrales transitorios.

No se recomienda su uso en niños.

Precauciones

Usar en embarazo, lactancia y adolescentes (de 12 a 17 años), bajo supervisión médica.

Utilizar con precaución en: hipertensión no controlada, úlcera péptica activa, feocromocitoma, hipertiroidismo, daño hepático o renal grave, insuficiencia cardíaca avanzada.



UTILIZA NUESTROS RECURSOS QUE
TE AYUDARÁN EN EL CAMINO
DE TU ABSTINENCIA

