CHICLE



NOTAS

MICHIGAN TOBACCO QUITLINK

1.800 QUIT.NOW

784.8669

Reciba orientación y apoyo confidencial GRATUITO

DUPLIQUE sus oportunidades para dejar de fumar.







PARCHE

TRATAMIENTO

SIN RECETA
O CON RECETA

CÓMO USARLO

REEMPLAZAR EL PARCHE UNA VEZ AL DÍA

CÓMO USARLO

- ✓ Fácil de usar
- ✓ Pocos efectos secundarios

PROS / CONTRAS

- × Dosificación menos flexible
- × Liberación lenta de nicotina



SIN RECETA
O CON RECETA

USAR SEGÚN SEA NECESARIO*

Hasta 24 piezas por día

- ✓ Liberación más rápida de nicotina
- ✓ Dosificación flexible
- × Mucha masticación
- No puede comer ni beber
 15 minutos antes o durante
 su uso



SIN RECETA O CON RECETA

USAR SEGÚN SEA NECESARIO*

Hasta 20 pastillas por día

- ✓ Más nicotina que el chicle
- ✓ Dosificación flexible
- × Puede causar nausea
- No puede comer ni beber
 15 minutos antes o durante
 su uso





RECETA

ATOMIZAR UNA VEZ EN CADA FOSA NASAL*

hasta 40 dosis por día (80 atomizaciones/día o 10 atomizaciones/hora)

- ✓ Suministro de nicotina más rápido
- ✓ Dosificación flexible
- × Uso frecuente necesario
- Puede causar irritación de nariz y garganta.

WEDICAMENTO
VARENICLINE
BUPROPION

Reparacy
Vac Nation
To Reparacy
The Control of The Control
The Cont

RECETA

USAR SEGÚN LAS INSTRUCCIONES DE SU MÉDICO

- ✓ Píldoras fáciles de tomar
- ✓ que se pueden combinar con otros tratamientos*
- × posibles efectos secundarios

OPCIONES DE TRATAMIENTOGUÍA RÁPIDA



PASTILLA

Seleccione su dosis.*

PASO 1

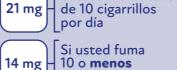
PASO 2

PASO 3

PARCHE

PASO 1

Seleccione su dosis inicial.*



Si usted fuma **más**

cigarrillos por día

PASO 2

Coloque el parche en un lugar limpio, seco y sin pelo en la parte de arriba del cuerpo o en la parte de afuera del brazo. Cada parche nuevo debe ponerse en un lugar diferente. Presione por 10 segundos.

PASO 3

Reemplace el parche cada 16-24 horas.

PASO 4

Reduzca la dosis con el tiempo.*



Semanas 1-6

Semanas 7-8

Semanas 9-10

SOLO CON RECETA

AEROSOL NASAL

PASO 1

Suénese para despejar la nariz.
Prepare la bomba con 6-8
atomizaciones antes del primer uso. 1 dosis = 2

PASO 2 atomizaciones (en cada fosa nasal)

Incline la cabeza hacia atrás y atomice una vez en cada fosa nasal mientras respira por la boca. Evite estornudar o inhalar. Espere 2-3 minutos antes de sonarse.

PASO 3

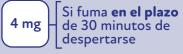
Reduzca la dosis con el tiempo.*



CHICLE

PASO 1

Seleccione su dosis.*





Si fuma **más de** 30 minutos después de despertarse

PASO 2

Elija un sabor. Hay muchas opciones!



PASO 3

Mastique lentamente hasta que el sabor se vuelva fuerte o cosquillee, coloque el chicle entre la mejilla y las encías durante 1 minuto o hasta que desaparezca el cosquilleo. Repita este método de masticar and detenerse por 30 minutos.





reposar

PASO 4

Use el chicle cada vez que tenga ganas de fumar como parte de un plan para dejar de fumar de inmediato o de forma gradual.*

¿Por qué comunicarse con MICHIGAN TOBACCO QUITLINK?

Porque es GRATUITO recibir...

- Orientación por teléfono o en línea
- Orientación en inglés, español y árabe
- Material educativo
- Remisiones a programas locales
- O Apoyo por mensaje de texto 24/7
- Parches, chicle o pastillas (si usted califica)



horas horas horas Semanas Semanas Semanas 1-6 7-9 10-12

2-4

Disolver lentamente la pastilla en la boca (entre las

de un lado a otro de la boca. La pastilla necesitará

aproximadamente 20-30 minutos para disolverse

por completo. No masticar ni tragar.

Reducir el uso con el tiempo.*

Usar 1 pastilla cada...

1-2

mejillas y las encías), mientras la mueve ocasionalmente

4-8

Si fuma **en el plazo** de 30 minutos de

despertarse

Si fuma **más de** 30 minutos después

de despertarse

^{*} Consulte con su médico para determinar las opciones de tratamiento y las dosis adecuadas.