

# MANEJO DE LA TERAPIA SUSTITUTIVA DE NICOTINA

Moreno Santisteban, M<sup>a</sup> Angeles; Martín González, M<sup>a</sup> Dolores; Sánchez Teba, M<sup>a</sup> Jesús  
 HOSPITAL REGIONAL UNIVERSITARIO CARLOS HAYA DE MALAGA  
 UGC Enfermedades Respiratorias y Cirugía de Tórax

## INTRODUCCIÓN

Los síntomas del síndrome de abstinencia le suceden a la mayoría de quienes intentan dejar de fumar y son la principal causa de recaída. La hospitalización debe aprovecharse específicamente para la incorporación de un plan terapéutico adecuado para la cesión tabáquica. La intervención terapéutica sobre el tabaquismo en los fumadores hospitalizados tiene una alta relación coste-efectividad: Reduce los días de estancia hospitalaria y disminuye el número de futuros ingresos. En los fumadores con EPOC es la única actuación que ha evidenciado su eficacia para aumentar la supervivencia en esta enfermedad y optimizar su tratamiento. Los programas educativos son esenciales para el abordaje de los errores en el uso de la Terapia Sustitutiva de Nicotina (TSN).

## OBJETIVO

Descripción de las estrategias para el manejo de los síntomas del síndrome de abstinencia y las técnicas correctas en la autoadministración de la Terapia Sustitutiva de Nicotina (TSN), en base al mayor grado de evidencia científica disponible en el momento actual, con el fin de difundirlos a pacientes y profesionales sanitarios.

## MÉTODO

El método empleado ha sido una revisión bibliográfica virtual a través de la Biblioteca Virtual del Sistema Sanitario Público de Andalucía, Guía de Tratamiento del Tabaquismo para profesionales de la salud de la Consejería de Salud. Realización de un video demostrativo del uso correcto de la TSN.

## RESULTADOS Abordaje de los síntomas del síndrome de abstinencia: Síntomas y estrategias

<b>Nerviosismo</b> -Caminar -Bañarse -Relajarse -Evitar café -Mantenerse ocupado	<b>Insomnio</b> -Evitar excitantes -Infusiones relajantes -Ejercicio -Relajación	<b>Hambre</b> -Beber líquidos abundantes, frutas -Chicles sin azúcar	<b>Tos</b> -Tomar infusiones -Abundante líquido -Chupar caramelos	<b>Dificultad de concentración</b> -Permitirse menos rendimiento al principio -Evitar alcohol	<b>Cefalea</b> -Duchas templadas -Técnicas relajación -Analgésicos habituales	<b>Estreñimiento</b> -Dieta rica en fibras y líquidos -Ejercicio físico -Laxantes	<b>Fuerte deseo de fumar</b> -Relajación -Inspiraciones profundas -Emprender actividad	<b>Astenia</b> -Aumentar las horas de sueño	<b>Síntomas depresivos</b> -Apoyo psicológico -Valorar tratamiento -Prevenir recaída
---	--	--	--	---	--	--	---	--	---

### Utilización de la Terapia sustitutiva de nicotina (TSN):

**Parche:** Debe ser adherido a una zona limpia de la piel, sin vello, en las extremidades superiores o en el tronco. El parche será colocado todos los días en el momento de levantarse y se retirará ese mismo día al acostarse si es de 16 horas de duración. Es recomendable cambiar todos los días el sitio de colocación del parche para evitar la aparición de efectos adversos locales. El parche representa una forma de administración de nicotina lenta y progresiva. Deben ser utilizados a dosis altas las primeras 4-6 semanas y durante un período total superior a 12-14 semanas.

### Efectos adversos:

#### Chicle

- Hipo
- Pirosis
- Náuseas
- Flatulencia
- Mal sabor de boca
- Irritación orofaríngea
- Dolor en la articulación temporo-mandibular

#### Parche

##### Acción local:

- Eritema
- Eccema
- Exantema
- Prurito

##### Acción sistémica:

- Cefalea
- Mareos
- Mialgias
- Palpitaciones
- Insomnio
- Parestesias
- Mal sabor de boca
- Sueños vívidos



**Chicle:** La pieza es introducida en la boca y masticada lentamente hasta que el sujeto sienta un fuerte sabor. En ese momento la masticación debe detenerse y el chicle se mantendrá entre las encías hasta que el sabor haya desaparecido, volviendo a masticarlo, durante 30 minutos. La duración del tratamiento oscila entre 8 y 12 semanas. El chicle es una forma de administración rápida de nicotina, para controlar situaciones de craving intenso o de forma pautada para conseguir continuos niveles de nicotemia.

**Comprimidos:** Son comprimidos para chupar. Su mecanismo de absorción, así como su farmacocinética, son similares a los del chicle.

## CONCLUSIÓN

El uso correcto de la TSN puede ayudar a aumentar la adherencia al tratamiento y el éxito en la deshabituación tabáquica, con un mejor conocimiento y manejo de la medicación, tanto por el paciente como por el profesional sanitario.

Ante el reto de la innovación y mejora en los cuidados hemos realizado un video explicativo de la colocación del parche de nicotina y empleo de los chicles y comprimidos, cuyo enlace adjuntamos en el alta de enfermería del paciente.

Presentado a la Unidad del Tabaquismo del Hospital, ha sido acogido con entusiasmo, formando ya parte de las explicaciones a los pacientes, en la misma consulta.

Acceso al video en <http://vimeo.com/37583007>

## BIBLIOGRAFIA

- J.A. Riesco. Tabaquismo en las enfermedades cardiorespiratorias crónicas. Rev Esp Patol Torac 2010;22(1):23-32  
 J.L. Granda, F. Carrión. Atención y prestación de servicios en materia de tabaquismo. Arch. Bronconeumol. 2006;42:600-4  
 Manual de prevención y tratamiento del tabaquismo. 4ª edición. 2009. M. Barruenco Ferrero, M. A. Hernández Mezquita, M. Torrecilla García.