

STOP A LOS MALOS HUMOS

Ninguna intervención aportará tanto beneficio a tu salud como dejar de fumar

Existen medicamentos que te pueden ayudar. Reducen el ansia de fumar y alivian los síntomas de abstinencia. Sin embargo, tu decisión y el esfuerzo personal son lo más necesario. Estos medicamentos precisan de la indicación y seguimiento por parte de un profesional sanitario.

Uno de ellos es la **citisinicina (Todacitan® o Recigarum®)**.

¿Cómo se toma?

Debe tomarse por vía oral, con un vaso de agua, según la pauta indicada en esta tabla.

La duración del tratamiento es de 25 días, un único envase de 100 comprimidos es suficiente para el tratamiento completo.

Debes dejar de fumar como muy tarde el 5º día desde el inicio del tratamiento. Continuar fumando o usar productos con nicotina podría aumentar las reacciones adversas.

Si no se consigue dejar de fumar, debe interrumpirse el tratamiento. Muchas personas lo intentan más de una vez hasta conseguirlo. Se podrá reanudar el tratamiento después de 2 o 3 meses.

En caso de olvido no duplique la siguiente toma.



¡Puedes conseguirlo!

		Número de comprimidos al día												Posología en 12 horas											
Día 1	6	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	cada 2 horas
Día 2	6	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	Último día para dejar de fumar
Día 3	6	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	cada 2,5 horas
Día 4	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	cada 3 horas
Día 5	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	cada 5 horas
Día 6	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 7	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 8	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 9	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 10	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 11	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 12	5	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 13	4	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 14	4	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 15	4	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 16	4	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 17	3	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 18	3	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 19	3	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 20	3	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 21	1 o 2	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 22	1 o 2	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 23	1 o 2	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 24	1 o 2	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Día 25	1 o 2	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	

Tabla adaptada de: Citisina para el tratamiento de la dependencia del tabaco (Sacyl)

Mejor sin tabaco. Guía práctica para dejar de fumar

Elaborado por: Iñigo Aizpurua, Teodoro Alonso, Rosa Añel, Naiara Bidaburu, Isabel Elizondo, Laura Gancedo, Nagore Lejarza, Itxasne Lekue, Mº José López, Oihana Mora, Carmela Mozo, Corpus Peral, Isabel Porras y Juan Uriarte.

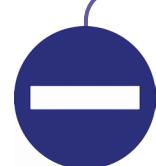
La información aquí contenida tiene únicamente finalidad informativa y en ningún caso sustituye las recomendaciones de tu profesional sanitario. Queda totalmente prohibido el uso de este documento con fines promocionales. ISSN: 2255-3177

CITISINICLINA

(Todacitan® o Recigarum®)

**No empieces a tomar este medicamento si:**

- tienes alergia a alguno de los componentes.
- tienes problemas de corazón (angina inestable, infarto reciente, arritmias).
- has sufrido un evento cerebrovascular reciente.
- estás embarazada o en periodo de lactancia.
- estás en tratamiento con antituberculosos.



Hay situaciones en las que **tu profesional sanitario valorará si puedes tomarlo**, como por ejemplo en: hipertensión, ateroesclerosis, úlcera gástrica, hipertiroidismo, diabetes, esquizofrenia...

**No está recomendado:**

- si eres mayor de 65 años o menor de 18 años.
- si tienes insuficiencia hepática o renal.

Recomendaciones durante el tratamiento:

- Consulta a tu profesional sanitario si aparecen alteraciones del comportamiento, ideas de suicidio o síntomas depresivos.
- Utiliza métodos anticonceptivos eficaces si eres mujer en edad fértil y añade un segundo método de barrera (por ejemplo, preservativos) si usas anticonceptivos hormonales.

**Recuerda:**

Este medicamento puede producir reacciones adversas que en general aparecen al principio del tratamiento y disminuyen con el tiempo. Entre las más frecuentes se encuentran:

- molestias gastrointestinales
- boca seca y alteración del gusto
- cambios de apetito y aumento de peso
- mareos, cefaleas, fatiga y mialgia
- taquicardia e hipertensión
- erupción cutánea

**Además...**

Puedes beneficiarte de la financiación del fármaco si eres mayor de 18 años, estás dentro de un programa de apoyo al tratamiento del tabaquismo (individual o grupal), fumas 10 o más cigarrillos al día y tienes un nivel alto de dependencia (lo medirá tu profesional sanitario).

Al igual que con otros medicamentos, abonarás la cuantía que te corresponda. Se financia un intento anual.