

Pastillas (Lozenges)

Use una pastilla cada 1–2 horas durante las primeras 6 semanas de su intento por dejar el tabaco, y configure una alarma para ayudarlo a mantenerse en horario. Después de 6 semanas de abstinencia, reduzca a una pastilla cada 2–4 horas. Luego de 3 semanas en ese horario, reduzca a una pastilla cada 4–8 horas. Trate de anticiparse a los momentos en los que sienta ansiedad por fumar y use una pastilla antes de que ocurra ese deseo.

- Si está usando las pastillas junto con el parche de nicotina, no use más de 16 pastillas al día.
- No use más de una pastilla a la vez, ni use una inmediatamente después de otra.
- No coma ni beba al menos 5 minutos antes o después de usar la pastilla, ni mientras la tiene en la boca.

Las pastillas de nicotina no son como las pastillas regulares. Para usarlas correctamente, coloque una pastilla entre la mejilla y la encía. Puede sentir una sensación de calor u hormigueo. Deje que la pastilla se disuelva lentamente durante 20–30 minutos (o 10–15 minutos si se trata de una pastilla mini), moviéndola de un lado de la boca al otro. No mastique, succione ni trague la pastilla, ya que la nicotina se absorbe en la boca y no se absorbe correctamente si llega al estómago.

Manténgalo fuera del alcance de niños y mascotas. Los parches, pastillas y chicles de nicotina — incluso los ya usados — pueden contener suficiente nicotina para causar daño. En caso de ingestión o uso accidental, llame al Centro de Control de Veneno: 800-222-1222.



Llame al **1-855-DÉJELO-YA (1-855-335-3569)** para recibir apoyo gratuito y confidencial para dejar el tabaco o la nicotina.