

¿Funcionan las recompensas económicas para dejar de fumar a largo plazo?



Respuesta

- Las recompensas económicas **ayudan a las personas fumadoras a dejar de fumar durante al menos seis meses**. Este efecto continúa después de que hayan finalizado las recompensas, lo que indica beneficios a largo plazo.
- Las recompensas económicas **también ayudan a las embarazadas** que fuman a dejar de hacerlo. Este efecto continúa después del nacimiento del bebé.



Revisión Cochrane en la que se basa la respuesta [Incentivos para dejar de fumar](#) (enero 2025)

Estudios revisados La revisión incluye 48 estudios con 21 924 fumadores **Actualización** Noviembre 2022

Elementos de la pregunta de investigación o PICO

- Población** estudiada: adultos fumadores, incluyendo embarazadas
- Intervención** (tratamiento aplicado): recompensas e incentivos económicos para dejar de fumar
- Comparación** de la intervención con: no dar recompensas e incentivos económicos
- Desenlaces** (*Outcomes*) estudiados: abandono del tabaquismo

Hallazgos de la revisión Resultados (**efecto observado**) en los **desenlaces** estudiados, **grado de certeza** de los resultados y **conclusión**

 Desenlaces	 Efecto observado	 Certeza	 Conclusión
En adultos fumadores			
Abandono del tabaquismo (entre 6 y 24 meses)	Aumento	⊕⊕⊕⊕ Alta	Las recompensas e incentivos económicos ayudan a dejar de fumar a los adultos fumadores
En embarazadas fumadoras			
Abandono del tabaquismo (entre 10 y 24 semanas)	Aumento	⊕⊕⊕⊕ Alta	Las recompensas e incentivos económicos ayudan a dejar de fumar a las embarazadas fumadoras