

¿Los materiales de autoayuda impresos ayudan a las personas a dejar de fumar?



En comparación con no recibir ayuda, los materiales de autoayuda escritos probablemente ayuden a más personas a dejar de fumar por al menos seis meses (evidencia de certeza moderada).



No hubo información sobre si las intervenciones de autoayuda impresas provocan algún daño.



Revisión Cochrane (publicada en enero de 2019); se encontraron 75 estudios y 11 de ellos, con más de 13 000 personas, proporcionaron datos para la comparación principal. Los materiales de autoayuda impresos se compararon con no recibir materiales. Los participantes no se seleccionaron por tener un interés particular en dejar de fumar.

Evidencia para cada
día
Decisiones en salud

