

¿Cuál es la mejor manera de utilizar la terapia de reemplazo de nicotina para dejar de fumar?

Hay evidencia de certeza alta de que la terapia de reemplazo de nicotina (TRN) combinada (forma de acción rápida + parche) en lugar de una forma única de TRN aumenta las posibilidades de dejar de fumar con éxito, tanto si esta forma única es un parche o es de acción rápida (p.ej., goma de mascar). La goma de mascar de nicotina a dosis más alta es mejor que a dosis más baja (evidencia de certeza alta) y es probable que los parches cutáneos de nicotina a dosis más altas funcionen mejor que a dosis más baja (evidencia de certeza moderada). Es probable que comenzar la TRN antes del día de dejar de fumar sea mejor que comenzarla al mismo tiempo (evidencia de certeza moderada).

La evidencia sobre la seguridad de la TRN es de certeza baja y muy baja, pues no se examinó en la mayoría de los estudios, y cuando se hizo muy pocas personas presentaron efectos negativos y fueron leves, como la irritación de la piel por los parches.

Revisión Cochrane (publicada en abril de 2019); 63 estudios con 41 509 fumadores (en su mayoría adultos) de al menos 15 cigarrillos al día que querían dejar de fumar. Los estudios duraron al menos seis meses y compararon los efectos de diferentes formas, dosis, duraciones y programas de TRN en personas que intentaban dejar de fumar.

Evidencia para cada
día
Decisiones en salud

