

Recomendaciones de la OMS para Dejar de Fumar

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ofrece directrices para ayudar a los consumidores de tabaco a dejar de fumar. Estas recomendaciones abarcan desde breves intervenciones hasta tratamientos intensivos.



Resumen de las guías de la OMS preparad
por Sociedad Aragonesa Libre de Tabaco (SALT)





Asesoramiento Breve

1

Recomendación Fuerte

La OMS recomienda asesoramiento breve de 30 segundos a 3 minutos.

2

Aplicación

Para todos los consumidores de tabaco en centros de atención médica.

3

Evidencia

Basada en evidencia moderada.

Apoyo Conductual Intensivo

Asesoramiento Individual

Presencial, con evidencia alta.

Asesoramiento Grupal

Presencial, con evidencia moderada.

Asesoramiento Telefónico

Con evidencia moderada.

Intervenciones Digitales



Mensajes de Texto

Evidencia moderada.



Aplicaciones

Evidencia baja.



Inteligencia Artificial

Evidencia baja.



Intervenciones Web

Evidencia muy baja.

Tratamientos Farmacológicos

Vareniclina

Primera línea, evidencia alta.

Citisina- Citisiniclina

Evidencia moderada.



TRN

Primera línea, evidencia alta.

Bupropión

Primera línea, evidencia alta.

Combinaciones Farmacológicas

1

TRN Combinada Parche más forma de acción corta
Evidencia alta.

2

Bupropión + TRN
Evidencia baja.

3

Bupropión + Vareniclina
Evidencia moderada.

Tratamiento del consume de Tabaco Sin Humo

Apoyo Conductual

Recomendación fuerte,
evidencia moderada.

Vareniclina

Recomendación fuerte,
evidencia moderada.

TRN

Recomendación fuerte, evidencia baja.

Tratamiento Combinado

1

Farmacoterapia

Medicamentos para dejar de fumar.

2

Intervenciones Conductuales

Asesoramiento y apoyo psicológico.

3

Combinación

Recomendación firme, evidencia alta.



Terapias Alternativas

1

Evidencia Insuficiente

No hay recomendación a favor o en contra.

2

Uso Complementario

Pueden usarse junto con métodos probados.

3

Enfoque Integral

Combinar con apoyo conductual y/o farmacoterapia.

Intervenciones y políticas nivel de sistema

- Todos los establecimientos de salud deben incluir el estado de consumo de tabaco.
Recomendación fuerte; evidencia moderada
- Se debe capacitar a todos los sanitarios para realizar tratamiento del tabaquismo
Recomendación fuerte; evidencia moderada.
- Se recomienda realizar intervenciones para dejar de fumar basadas en evidencia sin costo o a un costo reducido a todos los consumidores de tabaco interesados en dejar de fumar.
Recomendación fuerte; evidencia moderada.

