

Un programa de acompañamiento para ayudar al fumador a abandonar el tabaco

- Una breve conversación de entre 2 y 5 minutos de duración con el profesional sanitario duplica las posibilidades de éxito en el proceso de cesación¹
- <https://www.dejadefumarconayuda.es/> permite al fumador llevar un seguimiento personalizado de su proceso de cesación tabáquica
- Con la herramienta 'Mapa de Consultas de Unidades de Tabaquismo' podrá buscar la consulta más cercana para pedir apoyo al profesional sanitario

Madrid, 14 de octubre de 2014.- En la actualidad más del 60% de los fumadores ha intentado dejar de fumar en algún momento; de hecho, la media se sitúa en al menos 3 veces.² En este sentido, son muchos los fumadores que eligen dejar el tabaco recurriendo sólo a la fuerza de voluntad. Sin embargo, son varios los estudios que demuestran que únicamente el 3% de estos pacientes sigue sin fumar 5 años después.³ La compañía biomédica Pfizer ha puesto en marcha <https://www.dejadefumarconayuda.es/>, una site que nació en el 2010 y que hoy se presenta como un espacio renovado que el fumador podrá utilizar de apoyo, junto al consejo del profesional sanitario, durante su plan de cesación tabáquica.



aconsejarle sobre el tratamiento que mejor se adapta a su situación”.

Se sabe que una breve conversación de entre 2 y 5 minutos de duración con el facultativo puede llegar incluso a duplicar las posibilidades de éxito en el proceso de cesación.¹ El **doctor J. Antonio Riesco, director de los cursos de tabaquismo dirigidos a expertos de SEPAR**, apunta al respecto que *“una vez que el fumador toma la decisión de dejar de fumar e iniciar el proceso de cesación, es fundamental que acuda a su médico, ya que podrá*

Con <https://www.dejadefumarconayuda.es/>, el fumador tiene una herramienta de apoyo que puede utilizar durante el proceso de cesación. ‘Plan para dejar de fumar’, en concreto, es una de las aplicaciones que ofrece este site y con ella, el fumador irá recibiendo recomendaciones útiles cada día para dejar de fumar paso a paso que podrá seleccionar en función de cual sea su principal motivo para dejar de fumar. A este respecto, el **doctor Riesco**, señala que *“el principal motivo por el que los fumadores deciden dejarlo suele ser la propia salud y los beneficios que aporta el hecho de dejarlo, aunque la cuestión económica está cobrando cada vez mayor peso”*.

Puesto que no todos los fumadores fuman de la misma manera, sino que cada uno sigue su propia rutina, en la sección ‘Consejos para dejar de fumar’ la persona que visita la web podrá encontrar una gran variedad de consejos muy útiles y fáciles de seguir. *“Fíjate metas alcanzables, planifica un viaje con el dinero que te vas a ahorrar, haz una foto a tus dientes a diario para comprobar como poco a poco van perdiendo el color amarillento, o escoge una bebida diferente que no te incite a fumar cuando llega el fin de semana y acudes a un bar, son algunos de los consejos que muestra la web y que sirven de apoyo a la hora de dejar de fumar”*.

Además, <https://www.dejadefumarconayuda.es/> pone a disposición del fumador la posibilidad de buscar la unidad de tabaquismo más cercana a su lugar de residencia a través del ‘Mapa de Consultas de Unidades de Tabaquismo’ ubicado en la web de Pfizer, mediante la cual podrá buscar cuál es su consulta más cercana y así pedir el apoyo del profesional sanitario que puede asesorarle sobre qué métodos son los más adecuados para que abandone el tabaco de forma definitiva.

El tabaquismo no es un hábito, es una enfermedad

El tabaquismo es considerado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una enfermedad y una de las principales formas de drogadicción y causa de mortalidad, invalidez y muerte prematura evitable.⁴ Concretamente, el tabaco provoca la muerte de 50.000 personas cada año en nuestro país y más de seis millones de personas en todo el mundo.^{5,6} Además, es considerado por los expertos como uno de los mayores problemas de salud pública vinculado a más de 25 enfermedades.

En la actualidad, el 24% de la población española afirma que fuma a diario según los últimos datos publicados en la Encuesta Nacional de Salud.⁷ Datos que resultan preocupantes, *“por eso desde Pfizer, creemos que <https://www.dejadefumarconayuda.es/> resulta una herramienta muy útil. Hemos querido mejorarla para que esté a disposición de los fumadores y ayudarles así en su camino hacia el éxito en el proceso de cesación tabáquica”*, concluye **Juan Álvarez, director Médico de Pfizer**.

Pfizer, trabajando juntos por un mundo más sano®

En Pfizer desarrollamos terapias innovadoras para contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas a través de la ciencia y de todos los recursos de los que disponemos. Nos esforzamos para que nuestros medicamentos estén a disposición de los pacientes y de los profesionales sanitarios ajustándose a los más altos estándares de calidad y seguridad gracias al descubrimiento, desarrollo y fabricación de tratamientos para el cuidado de la salud.

Durante más de 150 años de compromiso con la sociedad, Pfizer en la actualidad cuenta con medicamentos, vacunas y algunos de los productos de consumo para el cuidado de la salud más conocidos del mundo. Los colaboradores de Pfizer se esfuerzan para mejorar el bienestar, la prevención y la eficacia de los tratamientos con los que cubrir las necesidades médicas de nuestro tiempo. Conscientes con nuestra responsabilidad con las personas, colaboramos con todos los implicados para garantizar el acceso a nuestras medicinas y apoyar la mejor asistencia al paciente de manera asequible y fiable. Para obtener más información, por favor visítenos en www.pfizer.es.

Teresa Obregón - 91 490 94 04
mariateresa.obregon@pfizer.com

Weber Shandwick

Cruces Yedro/ Marta Yáñez - 91 745 86 00
cyledro@webershandwick.com /
myanez@webershandwick.com

You Tube [youtube/user/pfizerspain](https://www.youtube.com/user/pfizerspain)
Pfizer www.pfizer.es

Referencias:

¹ Hughes JR. New Treatments for Smoking Cessation. CA Cancer J Clin. 2000; 50: 143 – 151

² Encuesta desarrollada por Ipsos MORI con la colaboración de la compañía biomédica Pfizer en 16 países europeos con una muestra de 1.000 fumadores españoles.

³ Estudio encargado por Pfizer y realizado por la empresa internacional de investigación YouGov Plc. Se llevó a cabo una encuesta online en 16 países europeos entre noviembre y diciembre de 2009, entrevistando a un total de 16.036 personas seleccionadas al azar, 16.080 fumadores y 1.600 médicos. Los entrevistados en España fueron 1.000 personas seleccionada al azar, 1.002 fumadores y 100 médicos. Todas las cifras, a menos que se indique lo contrario, son de YouGov Plc

⁴ 10 datos sobre la epidemia del tabaquismo y el control mundial del tabaco. Versión Online:
http://www.who.int/features/factfiles/tobacco_epidemic/tobacco_epidemic_facts/es/index.html

⁵ Datos del Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo (CNPT)

⁶ WHO Media Center; Tobacco <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs339/en/index.html> last accessed 26th June 2013

⁷ Encuesta Nacional de Salud, 2012