



Lo que debe saber sobre:

# Tabaquismo y cómo dejar de fumar

## ¡Sea su propio defensor médico!

Use sus beneficios de Medicaid para tener una buena salud.



**Si tiene preguntas sobre el uso de sus beneficios, llame al número de teléfono que figura en su tarjeta de Medicaid.**

## La NYS Smokers' Quitline puede ayudarlo a dejar de fumar.

- Esta línea para dejar de fumar es un programa gratis y confidencial.
- Da orientación, consejos y herramientas a los neoyorquinos que quieren dejar de fumar o consumir tabaco.
- Para obtener más información, llame al 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487) o visite su sitio web, [www.nysmokefree.com](http://www.nysmokefree.com).

Para obtener más información sobre el tabaquismo y sobre cómo dejar de fumar, visite [www.health.ny.gov/prevention/tobacco\\_control/campaign/quit\\_smoking](http://www.health.ny.gov/prevention/tobacco_control/campaign/quit_smoking).

## El tabaquismo es una adicción peligrosa

### ¿Sabía que...?

- Todos los productos de tabaco, los cigarrillos electrónicos y los productos para vapear contienen nicotina. La nicotina es una droga sumamente adictiva y peligrosa.
- El tabaquismo es una de las principales causas de muerte prevenible en los Estados Unidos.<sup>1</sup>
- El tabaquismo causa muchas enfermedades. Causa 16 tipos de cáncer, enfermedades del corazón, problemas en los ojos, apoplejía, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), diabetes tipo 2 y artritis reumatoide.<sup>2</sup>
- Una de las medidas más importantes que puede tomar para mejorar su salud es dejar de fumar. Esto es así sin importar su edad ni el tiempo que hace que fuma.<sup>3</sup>
- Dejando de fumar, también evita que su familia y sus amigos respiren el humo ambiental de tabaco perjudicial, que puede causar enfermedades y la muerte.

## Cómo dejar de fumar

- Reciba ayuda médica para terminar con la adicción. Está demostrado que recibir tratamiento de un proveedor de atención médica ayuda a dejar de fumar para siempre.<sup>4</sup>
- Recuerde que no está demostrado que vapear sea más seguro que fumar. El vapeo es una adicción peligrosa. La U.S. Food and Drug Administration (Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU., FDA) no ha aprobado el vapeo como una manera de dejar de fumar.
- Use los beneficios de su plan médico para dejar de fumar. Hay muchos métodos para dejar de fumar que están aprobados por la FDA y cubiertos por Medicaid.
- ¡No se rinda! Dejar de fumar puede ser difícil, pero usted puede hacerlo. Muchas personas han dejado de fumar con éxito y usted también puede lograrlo.

## ¿Qué cubre Medicaid?



**Consultas médicas**, para que pueda hablar con su proveedor de atención médica y crear juntos un plan para dejar de fumar.



**Medicamentos** para dejar de fumar aprobados por la FDA (parche, goma de mascar, pastillas, inhalador, aerosol nasal y píldoras).



**Consejería** para ayudarlo a dejar de fumar. Medicaid cubre todas las sesiones de consejería para dejar de fumar que necesite.

Puede recibir consejería de distintos tipos de proveedores de atención médica, incluyendo médicos, enfermeros, comadronas, profesionales de la odontología, psicólogos y trabajadores sociales.



**Nuevo tratamiento** de su proveedor de atención médica, por si necesita más de un intento para dejar de fumar.



Consejería y medicamentos para **ayudarlo a dejar de vapear o usar cigarrillos electrónicos**.

<sup>1,2</sup> [https://www.health.ny.gov/prevention/tobacco\\_control/](https://www.health.ny.gov/prevention/tobacco_control/)

<sup>3</sup> [https://www.cdc.gov/tobacco/quit\\_smoking/how\\_to\\_quit/benefits/](https://www.cdc.gov/tobacco/quit_smoking/how_to_quit/benefits/)

<sup>4</sup> [https://www.health.ny.gov/prevention/tobacco\\_control/campaign/quit\\_smoking/quit.htm](https://www.health.ny.gov/prevention/tobacco_control/campaign/quit_smoking/quit.htm)