



NicoBloc[®]

● ● ● ● ● ● Método de Reducción Gradual

**EL MÉTODO
QUE ENSEÑA A
DEJAR DE FUMAR**



¿POR QUÉ ESTAN DIFÍCIL DEJAR DE FUMAR?

Tomar la decisión de dejar de fumar no es fácil y aún lo es menos el llevarlo a la práctica. Por ello, sólo los fumadores con una gran fuerza de voluntad consiguen vencer el hábito sin ningún tipo de ayuda.

Las estadísticas indican que todos los años alrededor de un 70% de la población fumadora quiere dejar de fumar pero menos de un 5% consigue su objetivo. Por lo general, son necesarias de 3 a 4 tentativas para lograrlo definitivamente*.

Esto se debe a que el cigarrillo provoca una dependencia física (a la nicotina) y una dependencia conductual (o hábito). Hasta ahora, los distintos métodos o sistemas para dejar de fumar sólo ayudaban a combatir la dependencia física, mediante la administración de ansiolíticos y antidepresivos o la sustitución del aporte de nicotina con sistemas transdérmicos o chicles. Sin embargo, no conseguían vencer la dependencia conductual relacionada con el acto físico de fumar. Hay que tener en cuenta que el hábito de fumar va asociado a toda una serie de rituales que no son fáciles de abandonar de un día para otro, hecho que dificulta aún más el poder dejar de fumar.

*Fuente:

BMJ 2004; 328: 338-339 (7 febrero), doi: 10.1136/bmj.328.7435.338

BMJ 2004; 328: 397-399 (14 febrero), doi: 10.1136/bmj.328.7436.397

TRATAMIENTOS ACTUALES DE CESACIÓN TABÁQUICA

Según el informe del Instituto Carlos III “**Evaluación de la eficacia, efectividad y coste-efectividad de los distintos abordajes terapéuticos para dejar de fumar**”, los procedimientos más efectivos para dejar de fumar y obtener los mejores resultados sobre la dependencia psíquica y física, medidos en porcentajes de ensayos con tasas de abstinencia mayor del 33% a los 12 meses del seguimiento, son los que exponen a continuación en orden de eficacia y efectividad (Becoña, 2003):

1. Programas multicomponente
2. Intervención médica en pacientes cardíacos
3. Cesación de fumar y otros procedimientos
4. Intervención médica en pacientes con enfermedad respiratoria
5. Fumar rápido y otros procedimientos
6. **Reducción Gradual de Ingestión de Nicotina y Alquitrán (RGINA)**
7. Prevención de factores de riesgo
8. Programas con formato grupal
9. Hipnosis individual
10. TSN/bupropión y tratamiento conductual combinado

Según el informe del **Surgeon General** realizado en USA en el 2000 (fuente de USDHHS 2000), el método de RGINA fue evaluado como EFICAZ.

En la actualidad disponemos de información científica suficiente para establecer un programa de deshabitación tabáquica según las características particulares de cada persona.

REDUCCIÓN GRADUAL DE INGESTIÓN DE NICOTINA Y ALQUITRÁN (RGINA)

La técnica de la RGINA fue descrita por Foxx y Brown en 1979. En ella se parte del hecho de que la nicotina de los cigarrillos es la principal causa productora de dependencia, y el fumar como un desorden mantenido por factores psicológicos y fisiológicos.

En la RGINA se combina un procedimiento de cambio semanal de marcas de cigarrillos con menor contenido de nicotina y alquitrán (siguiendo el criterio del 30, 60, 90% de reducción semanal en base a esta línea), acompañado de autoadvertencia, con autoregistros y representación gráfica de los cigarrillos fumados, siendo esto lo que constituye una técnica de autocontrol.

Junto a lo anterior, más adelante Foxx y Axelroth (1983) añadieron a la técnica de RGINA la reducción gradual de cigarrillos.

Foxx y Brown (1979) y Foxx y Axelroth (1983) han apuntado hasta siete razones que aconsejan la utilización de esta técnica en contra de otras.

- **1 /** La técnica de RGINA produce un nivel de abstinencia razonable y proporciona una meta alternativa para aquellos que continúan fumando; es un método seguro de reducir diariamente la ingesta de nicotina y alquitrán.
- **2 /** Con este procedimiento se tienen en cuenta tanto los factores fisiológicos como los psicológicos que están envueltos en fumar, al reducir la dependencia de la nicotina y proporcionar un feedback positivo al sujeto por su reducción.
- **3 /** Parece poseer un alto grado de validez, conteniendo el mismo tipo de modelo persuasivo subyacente a otros tratamientos para dejar de fumar exitosos.
- **4 /** A causa de que no se utilizan los cigarrillos como un estímulo aversivo, puede ser utilizado con fumadores que sufren de enfermedades coronarias, enfisema y asma.
- **5 /** A causa de su no aversividad, es menos probable que los sujetos interrumpan o abandonen el tratamiento.
- **6 /** Es simple de usar y contiene en parte de su estructura un “mecanismo de éxito” (reducción de nicotina y alquitrán).
- **7 /** Ofrece los beneficios del tratamiento individual y de grupo.

La eficacia de la RGINA en los diversos estudios llevados a cabo ha sido en líneas generales satisfactoria, indicando Becoña (1987) en su revisión un promedio de un 40% de eficacia en los distintos estudios, con una abstinencia de un 18,7% a un 75% un año más tarde de haber finalizado el tratamiento. También esta técnica ha sido utilizada con sujetos de alto riesgo, concretamente pacientes con enfermedades crónicas, cardíacas y/o respiratorias (Sirota, Curran y Habif, 1985), obteniéndose una alta tasa de eficacia: 75% de abstinencia un año después de haber finalizado el seguimiento.



RGINA: UN MÉTODO INNOVADOR

En comparación con otros métodos disponibles en el mercado, la técnica de la RGINA, también llamada Método de Reducción Gradual (MRG), es única e innovadora, dado que no recurre a la terapia de sustitución de la nicotina (TSN) ni otros métodos basados en medicamentos.

Las terapias de sustitución de la nicotina requieren dejar de fumar totalmente. Durante un período de aproximadamente 3 meses, el fumador utilizará sistemas transdérmicos, chicles o inhaladores de nicotina, con el fin de vencer la dependencia física a esta sustancia. Otro tratamiento disponible es el bupropión, un medicamento que permite al fumador seguir fumando una cantidad reducida de cigarrillos durante las primeras dos semanas de tratamiento. Una vez transcurrido este tiempo, debe dejar de fumar y continuar con el tratamiento durante unos tres meses. Los estudios de mercado muestran que estos métodos tienen efectos secundarios y que en la mayor parte de los casos no consiguen erradicar el hábito de fumar.

Para la mayoría de los fumadores, en especial aquellos que ya han intentado dejarlo alguna vez, el principal problema es que les resulta muy difícil dejar de fumar de forma drástica ya que requiere una gran fuerza de voluntad. Por eso, a muchos les gustaría poder hacerlo con un método de reducción gradual.

Tras 10 años de investigación, ahora está disponible el método NicoBloc, un nuevo concepto en el ámbito de las terapias de deshabituación al tabaco, que permite al fumador dejar de fumar a su ritmo y sin ansiedad.

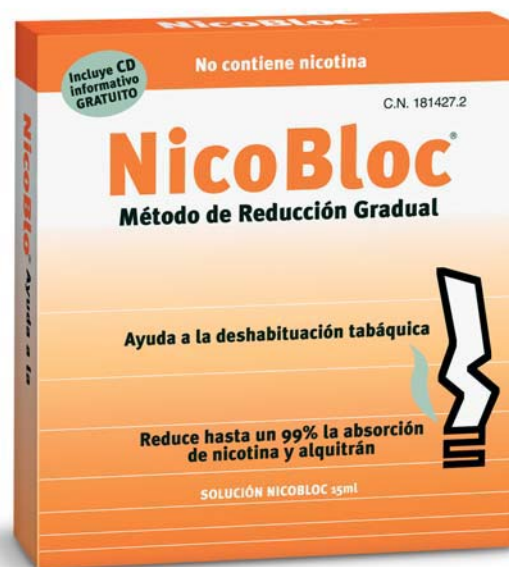
NICOBLOC: EL MÉTODO QUE ENSEÑA A DEJAR DE FUMAR

NicoBloc es un **MÉTODO DE REDUCCIÓN GRADUAL** específicamente diseñado para ayudar a los fumadores a dejar de fumar.

Con un concepto completamente revolucionario, NicoBloc sigue la conocida vía de la **REDUCCIÓN GRADUAL DE LA INGESTIÓN DE NICOTINA Y ALQUITRÁN**, a través de la combinación de 2 métodos:

- **La disminución progresiva del número de cigarrillos** consumidos durante un período aproximado de 6 semanas, a través del seguimiento de un programa en el que el fumador se marca objetivos de disminución semanal del consumo de cigarrillos.
- **La deshabitación gradual de la adicción a la nicotina**, mediante la aplicación de un filtro (en forma de gotas) en el cigarrillo que absorbe hasta el 99% de la nicotina. La deshabitación progresiva de la nicotina permite que el fumador pueda disminuir el consumo diario de cigarrillos, y afronte con mejores garantías el abandono definitivo del hábito de fumar.

NicoBloc no es un sustitutivo de los actuales métodos de deshabitación tabáquica. Es una nueva alternativa no terapéutica, que aporta una novedad importante en el enfoque de un problema sanitario de primer orden como es el dejar de fumar.



NICOBLOC: UN MÉTODO COMPLETO

- 1 **Solución NicoBloc 15ml.**
- 2 **Folleto informativo** que explica detenidamente al fumador el método NicoBloc.
- 3 **Un calendario de metas** para que el fumador anote el número de cigarrillos consumidos diariamente. El objetivo es que sea consciente en todo momento de la evolución semanal para llegar al objetivo de reducción marcado.
- 4 **CD-ROM informativo**, con información visual del método. Incluye también un sencillo pero **práctico programa informático que calcula el objetivo de reducción de cigarrillos** que debería marcarse el fumador, en función de la semana en que se encuentre. (En el caso de que el consumidor no tenga lector de CD-ROM o no sepa usarlo, no existe problema alguno, puesto que toda la información que contiene el CD-ROM se encuentra en el folleto).

El método se complementa con 2 apoyos para el fumador:

- 5 Una **página web, www.nicobloc.es.com**, con información complementaria sobre el tabaco, sus efectos, etc.
- 6 Un **teléfono de ayuda e información al fumador: 902 365 313**.



NICOBLOC: PROGRAMA DE REDUCCIÓN GRADUAL

NicoBloc combina la deshabitación a la adicción de la nicotina con la disminución progresiva del consumo de cigarrillos. Para conseguir este difícil objetivo, NicoBloc ha creado un programa específico que tiene en cuenta aspectos fisiológicos y psicológicos.

Este programa marca unos objetivos de disminución semanal de cigarrillos en función del número de cigarrillos diarios que se consumen antes de iniciar el programa con NicoBloc.

Nº cigarrillos / día antes tratamiento con NicoBloc

	10	15	20	30	40	50
--	----	----	----	----	----	----

Objetivo de consumo diario de cigarrillos con el método NicoBloc

semana 1	8	12	16	24	32	40
semana 2	6	9	12	18	24	30
semana 3	4	6	8	12	16	20
semana 4	2	3	4	6	8	10
semana 5	1	2	2	3	4	5
semana 6	0	0	0	0	0	0

¡Objetivo cumplido!



LA SOLUCIÓN NICOBLOC

La solución NicoBloc es un fluido coloidal a base de jarabe de maíz que, aplicado inmediatamente antes de fumar en el filtro del cigarrillo, **retiene hasta un 99%** su contenido en nicotina y alquitrán.



Semana 1



Poner **1 gota** de NicoBloc en cada cigarrillo que se fume.

Semana 2



Poner **2 gotas** de NicoBloc en cada cigarrillo que se fume.

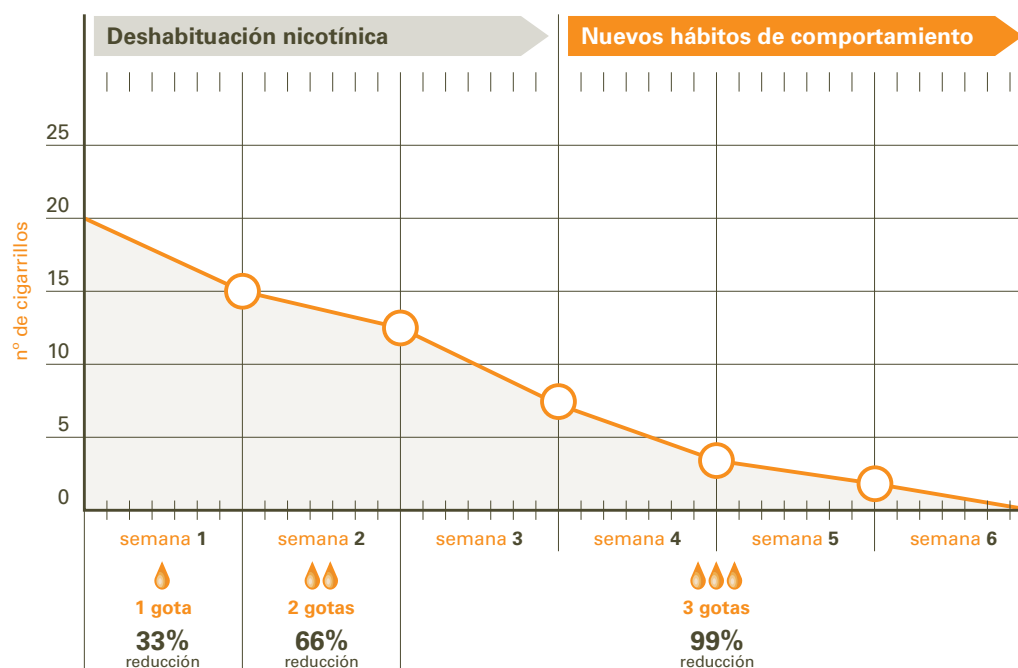
Semana 3



Poner **3 gotas** de NicoBloc en cada cigarrillo que se fume.

- La solución NicoBloc actúa por un mecanismo físico, no químico: la nicotina y el alquitrán, en estado gaseoso, se enfrían por la humedad del fluido hasta su condensación y pasan a estado sólido. De esta forma quedan atrapados en el filtro y no llegan al fumador.
- Cada caja de NicoBloc contiene un frasco dosificador con **15 ml. de fluido coloidal** suficiente para unas **2 semanas de tratamiento** de un fumador de 20 cigarrillos diarios.
- La solución NicoBloc **no altera el sabor del cigarrillo.**

¿CÓMO ACTÚA NICOBLOC?

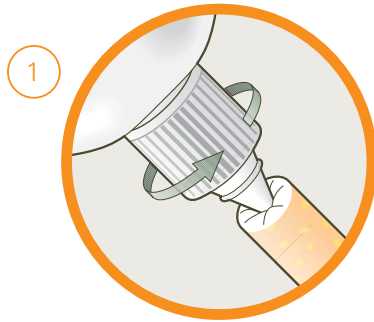


La disminución gradual de nicotina permite aliviar los síntomas del síndrome de abstinencia para afrontar con garantías la cesación total del consumo de tabaco.

Muchos fumadores encuentran que es cómodo dejar de fumar definitivamente la 6ª semana de tratamiento.

El método NicoBloc combate la dependencia conductual ya que comporta la reducción progresiva del consumo de tabaco. El hecho de tener que aplicar la solución NicoBloc en cada cigarrillo antes de fumarlo, rompe la rutina del fumador. Asimismo, éste tiene que trabajar cada vez más (aplicando 2 y 3 gotas del producto) para obtener una compensación cada vez menor (porque se va reduciendo el aporte de nicotina). Todo ello hace que se tienda a ir perdiendo el deseo de fumar.

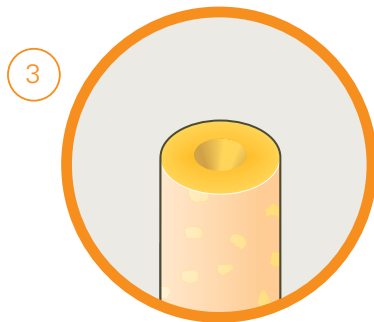
¿CÓMO SE UTILIZA NICOBLOC?



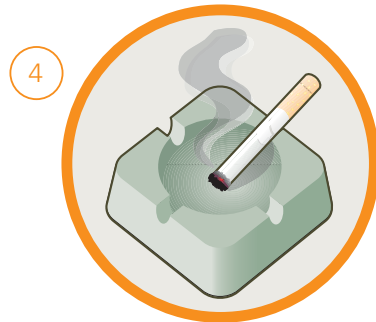
Hacer una hendidura en el filtro



Poner una gota de NicoBloc



Dejar que se absorba



Fumar normalmente

- Abrir el frasco y con la boquilla perforar el filtro del cigarrillo (fig. 1);
- Con cuidado, dejar caer una gota de la solución NicoBloc sobre el filtro (fig. 2);
- Con ayuda de la boquilla del frasco, extender la gota por toda la superficie del filtro.
- Comprimir varias veces el filtro con los dedos para que absorba bien la solución;
- Finalmente, encender el cigarrillo y aspirar con fuerza en la primera calada. Después, fumar normalmente.

Nota: Cuando aplique 2 gotas la segunda semana y 3 gotas a partir de la tercera semana, debe seguir los pasos descritos uno por uno. Es decir, no debe aplicar todas las gotas sin respetar los 4 pasos que acabamos de describir.

La solución NicoBloc debe ser colocada en el filtro inmediatamente antes de fumar. No debe aplicarse a la vez en todos los cigarrillos del paquete. La solución se mantiene activa durante unos 5 minutos desde su aplicación. Después se seca y resulta ineficaz.

¿POR QUÉ NICOBLOC ES DIFERENTE?

NicoBloc es completamente distinto a cualquier otro método de ayuda para dejar de fumar existente en el mercado. Mientras otros métodos ayudan a superar el síndrome de abstinencia tras haber dejado de fumar, NicoBloc prepara al fumador física y mentalmente y le ayuda antes de que deje el hábito por completo. La solución NicoBloc no es ingerida por el individuo y queda retenida en el filtro del cigarrillo sin alterar significativamente su sabor; por eso no tiene contraindicaciones ni interfiere con ninguna medicación, por lo que puede utilizarlo cualquier persona, incluso mujeres embarazadas.

Ventajas del Método de Reducción Gradual en relación con diversos métodos de sustitución de la nicotina existentes en el mercado.

NicoBloc. Método de reducción gradual

- La persona sigue fumando y va reduciendo paulatinamente el consumo de tabaco hasta dejarlo del todo.
- No hay síntomas de abstinencia, ya que NicoBloc ayuda al organismo a adaptarse gradualmente a la reducción en los niveles de nicotina al tiempo que va disminuyendo también el número de cigarrillos.
- La solución NicoBloc no se ingiere, sino que se aplica en el filtro del cigarrillo.
- NicoBloc bloquea hasta en un 99% la ingestión de nicotina.
- Perfecta tolerancia. Puede utilizarlo cualquier persona (mujeres embarazadas, diabéticos, etc.)
- No tiene contraindicaciones ni produce efectos indeseados.
- Duración media del tratamiento = 6 semanas

¿QUÉ VENTAJAS APORTA NICOBLOC?

- NicoBloc se presenta como una nueva vía para un objetivo claro, ayudar al fumador a DEJAR DE FUMAR. No es un método que sustituya a los actuales, simplemente plantea una nueva opción basándose en un reconocido método para conseguir dejar de fumar:
- Con la ayuda de NicoBloc se optimiza el método RGINA, puesto que no es necesario el engorroso cambio de marca comercial de cigarrillos para conseguir la disminución de nicotina en un 30, 60, 90%.

- Hay muchos fumadores que han intentado dejar de fumar por vías exclusivamente farmacológicas y han fracasado. Este grupo busca alternativas y NicoBloc puede serles de ayuda.
- Existe un grupo importante de fumadores que quiere dejar de fumar y busca ayuda por vías distintas a las estrictamente farmacológicas, por miedo o reparo a los efectos secundarios de los medicamentos.

ESTUDIOS REALIZADOS CON NICOBLOC

NicoBloc ha finalizado investigaciones en prestigiosos centros que avalan la eficacia de su componente como elemento reductor de la ingesta de nicotina y alquitrán:

- **Stillwell & Gladding Laboratories – University of New York**
Report nº 93-1342, 19 abril 1993. Demostraba una reducción máxima del 99.2% de alquitrán y del 98.1% de Nicotina, en 2 de las principales marcas de cigarrillos.
- **University of Pennsylvania, New York**
Un estudio clínico preliminar examinaba la eficacia de NicoBloc como producto para dejar de fumar, que combina un protocolo motivacional con un componente no farmacológico.
- **The National Institute on Drug Abuse, Division of Intramural Research, Addiction Research Center, Baltimore U.S.A.**
Un estudio demostraba que NicoBloc reducía la exposición de nicotina y otros constituyentes del humo del tabaco.
- **Rosen Programme**
Es un estudio realizado por la compañía fabricante de NicoBloc (Rosen Holdings Ltd.) en Irlanda y el Reino Unido entre los años 1995 y 2001, en el que 680 fumadores de empresas y organizaciones participaron en un proyecto de deshabituación tabáquica utilizando NicoBloc.



Para más información
llame a Uriach OTC,
Dpto. de Atención al Cliente:
902 365 313

C.N. 1814272

