



TRATAMIENTO PARA LA ADICCIÓN AL TABACO

Cumple de una vez con tu promesa de dejar de fumar
Centro de seguimiento y recuperación

**Psicología
especializada
.es**

Adicción a sustancias adictivas

TABACO

“El consumo de tabaco es la principal causa prevenible de enfermedad, discapacidad y mortalidad en España”.

Sabemos que el consumo de tabaco es uno de los principales factores de riesgo de varias enfermedades crónicas, como el cáncer y las enfermedades pulmonares y cardiovasculares.

La mayoría de los fumadores conscientes de los peligros del tabaco, desean dejarlo. El asesoramiento y la medicación pueden duplicar con creces la probabilidad de que un fumador que desee abandonar el tabaco, lo consiga.

Dejar el tabaco no es fácil, ya que la dependencia es un conjunto de conductas, pensamientos cognitivos y deterioro fisiológico. Sin embargo, en los últimos tiempos, se ha incrementado el número de consumidores de tabaco que logran dejar el hábito con éxito, en el primer intento.

El tratamiento cognitivo-conductual como fundamento científico para dejar el tabaco (tratamiento de la dependencia del tabaco) incluye metodologías de gran eficacia como por ejemplo: consejo médico, farmacoterapia, intervención con psicoterapia, terapia de grupo para la deshabituación y prevención de riesgos de recaída y control de impulsos.

Adicción a sustancias adictivas

LA SOLUCIÓN

Dejar de fumar es la mejor decisión que pueden tomar los consumidores de tabaco para proteger su salud y la de los demás. Los consumidores tienen que convencerse de dos cosas para estar en disposición de abandonar el hábito, a saber:

Dejar el tabaco es importante para mí, y quiero dejar el tabaquismo.

Tengo posibilidades de dejar el tabaco con éxito.

Quienes no están dispuestos a dejar de fumar deberían recordar los siguientes hechos:

Consumir tabaco es peligroso para usted y para los demás. Es uno de los principales factores de riesgo de muchas enfermedades mortales, debilitantes y causantes de desfiguración.

Dejar el tabaco es importante para tener una buena salud y reporta muchos beneficios. Nunca es demasiado tarde para dejar de fumar.

Muchas personas han logrado dejar de fumar.

Muchos fumadores consideran difícil dejar de fumar, pero existen mecanismos de apoyo de base científica para ayudarles a aumentar sus posibilidades de dejar el hábito.

Cabe recordar que existen muchos mitos e ideas falsas sobre el control del tabaco. Existen pocos o ningún dato científico que apoye el uso de:

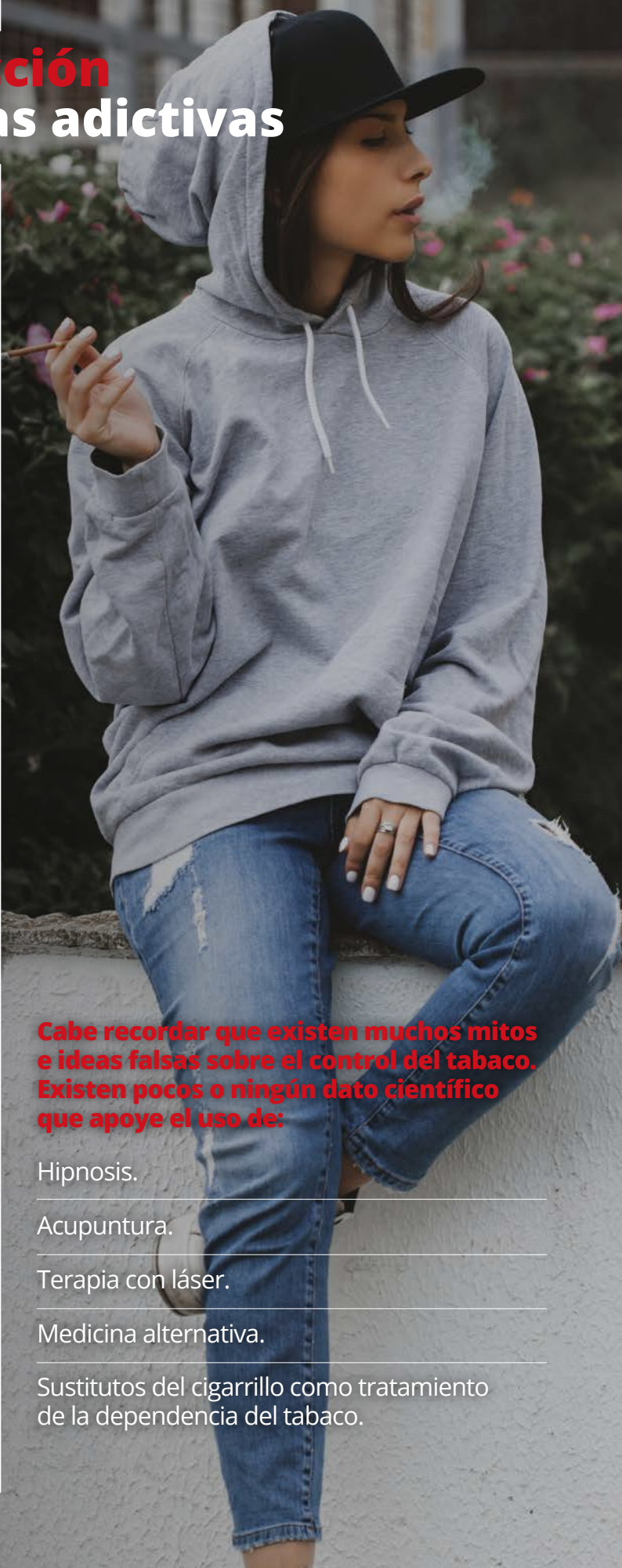
Hipnosis.

Acupuntura.

Terapia con láser.

Medicina alternativa.

Sustitutos del cigarrillo como tratamiento de la dependencia del tabaco.



Tratamiento Cognitivo-Conductual

Visitas individuales con el psiquiatra

Prescripción y supervisión
de la medicación si requiere.

Visitas individuales con la psicóloga

Evaluación y diagnóstico.
Intervenciones individuales
con psicoterapia.

Visitas individuales con el terapeuta

Planificación del itinerario
terapéutico y acompañamiento.

Terapias de grupo semanales enfocadas a la deshabitación

Prevención de riesgos de recaída
y el control de impulsos.

Equipo Multidisciplinar



Manel Colomer

Director.

Técnico en Conductas Adictivas.

Técnico en Entrevista Motivacional.

Coach para el desarrollo personal a personas con comportamiento adictivo.

Extensión Universitaria Máster en Drogodependencias.

Se ha fusionado un equipo de profesionales de larga trayectoria en el campo de las adicciones compuesto por:

1 psiquiatra:

Realiza la visita médica psiquiátrica. Puede utilizar algunos psicofármacos con buenos resultados en función de la necesidad y evolución de la persona. Siendo siempre un complemento de la psicoterapia; nunca se prescriben de manera aislada.

3 psicólogas:

Realiza la intervención de psicoterapia en visita individual. Ayuda a la persona a identificar sus comportamientos erróneos y ésta logre generar alternativas de pensamiento racionales.

4 terapeutas:

Realizan las terapias de grupo enfocadas a la deshabituación, prevención de riesgos de recaída y el control de impulsos. Dan soporte y acompañan a la persona en el proceso de cambio.

CUMPLE CON TU PROMESA DE DEJAR DE FUMAR

Tratamiento eficaz para la adicción al tabaco
Centro de seguimiento y recuperación

**Psicología
especializada
.es**

Centro de Seguimiento y Recuperación

🌐 www.psicologiaespecializada.es

☎ +34 935 196 016

✉ info@psicologiaespecializada.es

Gratis la primera visita

“ Cambia tu destino
con apoyo profesional ”