



¿Cómo se relacionan el tabaquismo y la esquizofrenia?

Las personas que viven con esquizofrenia son más propensas a fumar que las personas que no tienen este trastorno de salud mental, y lo mismo puede decirse de los veteranos: casi la mitad de los veteranos con esquizofrenia bajo el cuidado de VA fuman cigarrillos.

Mientras es común creer que fumar alivia los síntomas de la esquizofrenia, cualquier efecto que pueda tener es limitado y de corta duración. Cualquier alivio a corto plazo que se siente al fumar pronto se reemplaza por el estrés de la abstinencia de nicotina.

¿Qué tipos de problemas pueden ocurrir si fumo y tengo esquizofrenia?

- Tiene una mayor probabilidad de ser hospitalizado, experimentar síntomas psiquiátricos severos y necesitar dosis más altas de medicamentos.
- Es posible que su cerebro no funcione tan bien cuando se trata de su memoria, resolución de problemas, enfoque de su atención, cuidado de sí mismo, cómo se relaciona con los demás y cómo se desempeña en el trabajo.
- Es más probable que piense o intente suicidarse.
- Es mucho más probable que muera de enfermedad cardíaca o cáncer relacionado con el consumo de tabaco.
- Es probable que gaste una cantidad significativa de dinero en cigarrillos (1 paquete por día x \$6.28 = más de \$2,290 al año).

¿Cómo mejorará mi salud si dejo de fumar?

Dejar de fumar no empeorará sus síntomas de esquizofrenia. Cuando deja de fumar:

- Los medicamentos como el haloperidol (Haldol®), la clorpromazina (Thorazine®) y el tiotixeno (Navane®) funcionan mejor y tienen menos efectos secundarios.
- Disminuye la posibilidad de tener pensamientos suicidas o intentar suicidarse.
- Disminuye la posibilidad de tener afecciones médicas graves, como enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y enfermedad cardíaca, o tener un derrame cerebral.

Quiero dejar de consumir tabaco, ¿cómo empiezo?

- Llame a la línea de ayuda para dejar el tabaco de VA al **1-855-QUIT-VET** (1-855-784-8838). De lunes a viernes, disponible en inglés y español.
- Regístrese en el programa de mensajes de texto SmokefreeVET de VA: envíe un mensaje de texto con la palabra **VET** al **47848** (or VETesp to 47848) o visite smokefree.gov/vetesp.
- Hable con su proveedor de atención primaria o de salud mental de VA sobre los medicamentos para dejar de fumar y el asesoramiento que pueden ayudarlo a dejar de fumar.
- Visite mentalhealth.va.gov/quit-tobacco.

