



[www.nicotine-anonymous.org](http://www.nicotine-anonymous.org)

Esta literatura es la opinión expresada por el traductor de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos y actualmente no ha sido aprobada por la conferencia. El traductor es miembro de Nicotina Anónimos. Apoyamos y publicamos esta literatura con buena fe de que sirva y ayude a los adictos a la nicotina a liberarse de esta poderosa droga.

#### **Póliza de Derechos de Autor y Reimpresión**

Todos los individuos u organizaciones deben obtener permiso, por escrito, de la Oficina de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos antes de citar o reimprimir cualquier material original de Nicotina Anónimos. Fotocopiar literatura de Nicotina Anónimos de material impreso o copiar del sitio web de los Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos a cualquier sitio web o para distribución pública es una violación de derechos de autor. Se anima a los individuos a leer los folletos de Nicotina Anónimos en la página web oficial de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos y/o comprar cualquiera o toda nuestra literatura disponible en nuestra tienda web.

Todas las traducciones de la literatura de Nicotina Anónimos proporcionadas a Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos que son aceptados de buena fe de acuerdo con la exención de responsabilidad publicada, pasan a ser propiedad de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos. Los individuos, organizaciones o miembros de Nicotina Anónimos con permiso para producir múltiples copias de materiales traducidos para distribución y/o venta deben reportar tales actividades a la Oficina de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos.

Contribuciones financieras de apoyo a Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos en proporción a dichas actividades podrían ser pedidas, y la cantidad se determinará en consulta con los miembros de la junta directiva de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos.

## **Presentando Nicotina Anónimos A La Profesión Médica**

### **¿Tiene pacientes que continúan fumando o mascando tabaco, a pesar de su consejo médico que lo dejen?**

*Nicotina Anónimos es una agrupación de hombres y mujeres que tiene como propósito el ayudarse mutuamente a vivir la vida libre de la nicotina. Compartimos nuestra experiencia, fortaleza y esperanza para que juntos nos veremos liberados de esta adicción tan poderosa. El único requisito que se exige para formar parte del grupo es el deseo de discontinuar el uso de la nicotina. No tenemos cuotas ni se cobran derechos por la membresía; solo tenemos una contribución voluntaria dirigida al mantenimiento del grupo. Nicotina Anónimos no tiene alianzas con ninguna secta, religión, entidad política, organización o institución; tampoco participa en controversias, y no se opone como tampoco se solidariza con causa alguna. Nuestro propósito principal es ofrecer apoyo a aquellas personas que están tratando de liberarse de la nicotina.*

(Nuestro Preámbulo, reimpreso para adaptación con el consentimiento del Grapevine de AA)

Este programa de recuperación se basa en los Doce Pasos y las Doce Tradiciones de Alcohólicos Anónimos. Ofrecemos una estrategia suave para primero obtener y luego mantener la liberación de esta poderosa adicción.

#### **Nuestro mensaje a los recién llegados que nos buscan es:**

No importa de qué manera usted ha utilizado la nicotina o cuántas veces ha tratado de dejar de consumirla. Si desea vivir libre de la nicotina, le damos la bienvenida a nuestro programa. Hemos determinado que mientras asistimos regularmente a las reuniones, llega el momento en que realmente creemos en las experiencias que los otros miembros han compartido. El compartir estas vivencias nos proporciona esperanza y nos ayuda a mantener la mente abierta. Le sugerimos que asista a varias reuniones para que pueda descubrir por sí mismo

como el apoyo comprensivo de otras personas y la práctica diaria de los principios que rigen a Nicotina Anónimos nos han ayudado a experimentar el regalo de la liberación de la nicotina.

Al pasar el tiempo, usando este programa de recuperación para dejar la nicotina: físicamente conseguimos mejor salud; emocionalmente, nos sentimos más serenos; espiritualmente, descubrimos esperanza y valor donde antes existía la duda y el miedo. El respeto que demostramos hacia los otros miembros se manifiesta en nuestro compromiso de no criticar, chismear, u ofrecer consejos no solicitados. Los miembros pueden trabajar este suave programa de acuerdo a su propio ritmo, pero sugerimos con firmeza, que los recién llegados seleccionen un patrocinador como fuente de ayuda y guía.

Nicotina Anónimos considera la adicción a la nicotina como una enfermedad que afecta al usuario física, emocional y espiritualmente. Consideramos que es una adicción, que como el alcohol o la adicción a otras drogas, puede ser detenida, pero no curada. Nicotina Anónimos ayuda a los usuarios de nicotina a tomar un papel activo en el tratamiento de su enfermedad.

El programa de recuperación es una guía sugerida para vivir libre de la nicotina un día a la vez. Escuchar las experiencias compartidas de los demás es una oportunidad para auto educación. Ayuda al adicto a la nicotina a aprender a modificar su forma de pensar y su comportamiento. Los miembros son animados a tomar lo que necesiten y dejar el resto.

Nicotina Anónimos es un programa espiritual. Sin embargo, cada miembro puede llegar a creer en un Poder Superior de su propio entendimiento. La fe y la esperanza ayudan a sanar y a restaurar la creencia de que podemos vivir sin nicotina. Este programa quizás no sea para todos, pero damos la bienvenida a todos los que procuran liberarse de la nicotina.

### **Otros sistemas de suministro de nicotina**

Nicotina Anónimos acepta que la nicotina es una sustancia adictiva y tóxica que pone en peligro nuestra calidad de vida. De acuerdo con nuestra Décima Tradición, "Nicotina Anónimos no tiene opinión acerca de asuntos ajenos." Esto incluye todos los métodos o mecanismos que suministran nicotina. Nosotros no apoyamos ni nos oponemos a dispositivos como chicle o parches de nicotina. El uso de tales dispositivos es la decisión de cada miembro, pero el objetivo del grupo es apoyar la abstinencia de la nicotina.