

La **nicotina** es una **droga legal** aceptada socialmente que provoca **adicción**.

El que fuma desarrolla una **dependencia** física, psíquica y conductual a la nicotina, y necesita consumirla regularmente.

El fumar regularmente cigarrillos (tabaquismo) es la principal causa de muerte prematura **evitable** en el mundo con 5 millones de fallecimientos al año. Sólo en Argentina, 40 mil personas mueren al año como consecuencia de fumar cigarrillos.

**El humo del tabaco
no sólo molesta a los demás,
también mata.**

El **tabaquismo pasivo o involuntario** es la exposición al humo de tabaco. Los **no fumadores** expuestos podrían "fumar" **el equivalente a dos cigarrillos diarios**.

El humo de tabaco está compuesto por más de 4 mil sustancias químicas. Las personas expuesta a él tienen mayores chances de contraer enfermedades oncológicas y cardiovasculares.

En nuestro país, como consecuencia de la exposición al humo de tabaco, **mueren 6 mil personas al año**.

0-800-222-5462
orientación en adicciones

Subsecretaría de
Atención a las Adicciones

Ministerio de
Salud



Gobierno de la
Provincia
de Buenos Aires

40mil
personas
mueren al año
en **Argentina**
por
fumar cigarrillos



si seguís fumando, **seguimos sumando**



Subsecretaría de
Atención a las Adicciones

Ministerio de
Salud



Gobierno de la
Provincia
de Buenos Aires



Si dejas de fumar tendrás estos beneficios:

- mejoramiento del rendimiento físico;
- mayor bienestar y energía;
- recuperación de los sentidos del olfato y del gusto;
- mayor capacidad respiratoria, oxigenando mejor tu organismo;
- dormir mejor y no roncar;
- no tener mal aliento;
- tu piel se verá lozana;
- mayor rendimiento en el estudio, ya que mejora la concentración;
- reducción importante del riesgo de padecer enfermedades graves

Si estas empezando a fumar, estas a tiempo...
de tomar la mejor elección de tu vida:

dejarlo.

Informate en nuestros **CPA**.
Nuestros profesionales especializados podrán orientarte y podrás realizar tratamientos gratuitos para dejar de fumar.



El humo del tabaco afecta a los niños:

- triplica el riesgo de Asma;
- produce enfermedades del oído medio y bronquitis crónica;
- se incrementa en cuatro veces el riesgo de muerte súbita en el lactante;
- provoca trastornos del comportamiento y del

El humo del tabaco afecta a la mujer embarazada:

- disminuye la capacidad reproductiva;
- reduce el peso del bebé al nacer;
- aumenta las chances de aborto espontáneo;
- aumenta las posibilidades de muerte espontánea del bebé al nacer;



El fumar cigarrillos provoca enfermedades tales como:

- enfermedades cardiovasculares: infartos de miocardio, hipertensión arterial;
- enfermedades respiratorias: exacerbación del asma, bronquitis crónica, enfisema de pulmón, enfermedad pulmonar obstructiva crónica;
- enfermedades oncológicas: cáncer de mama, de cuello uterino, de pulmón, laríngeo, de páncreas, de riñón, etc.

Los fumadores que se iniciaron en la adolescencia, comienzan a sentir los efectos del tabaco a partir de los 30 años de edad.

Obtendrás ayuda en nuestra **Red Pública de Atención a las Adicciones** de la Provincia de Buenos Aires. **CPA: 0-800-222-5462**