

EL CONSUMO DE TABACO EN LA COMUNIDAD HISPANA/LATINA

El consumo de tabaco es la causa nº 1 de enfermedad, discapacidad y mortalidad prevenible entre los hispanos/latinos.

PORCENTAJES DE FUMADORES HISPANOS/LATINOS



Los fumadores mexicanos consumen **MENOS DE 20 CIGARRROS** al día



Los fumadores cubanos consumen **MÁS DE 20 CIGARRROS** al día



ENFERMEDADES CAUSADAS POR FUMAR



CÁNCER DE PULMÓN



ENFERMEDADES CARDÍACAS



DERRAMES CEREBRALES



ASMA



DIABETES

CONSEJOS PARA DEJAR EL TABACO

HABLE CON SU PROVEEDOR DE SERVICIOS MÉDICOS PARA QUE LE AYUDE A DEJAR EL TABACO.

TRABAJE CON UN/A ASESOR/A Y USE MEDICAMENTOS PARA DEJAR EL TABACO SI QUIERE TENER LA MAYOR PROBABILIDAD DE DEJARLO PARA SIEMPRE.

CONSIDERE USAR LA TERAPIA PARA REEMPLAZAR LA NICOTINA (TRN) SI SOLO CONSUME TABACO EN SITUACIONES SOCIALES.