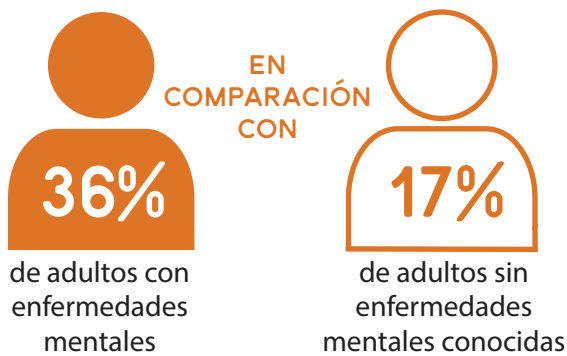


EL CONSUMO DE TABACO Y LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

Fumar es la causa n° 1 de enfermedad y muerte entre las personas con problemas de salud mental.

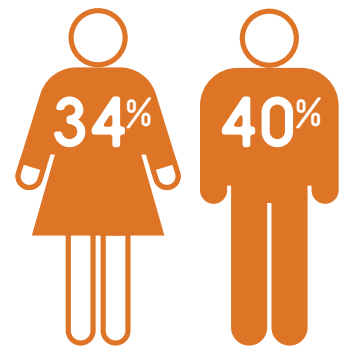
PORCENTAJE DE FUMADORES ENTRE LA POBLACIÓN CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL



Adultos con enfermedades mentales consumen el

31%

de todos los cigarrillos que se venden.



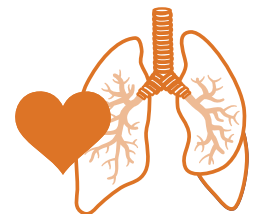
TENDENCIAS ENTRE LA POBLACIÓN CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL



Las compañías que producen tabaco enfocan sus tácticas en las personas con problemas de salud mental.



Las personas con enfermedades mentales graves mueren hasta 25 años antes que otras personas.



Fumar daña casi todos los órganos del cuerpo humano.

CONSEJOS PARA DEJAR EL TABACO

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

USTED PUEDE DEJARLO. LA PROPORCIÓN DE PERSONAS CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL QUE DEJAN EL TABACO ES LA MISMA QUE LA DE OTRAS PERSONAS.

NO SE RINDA. EN PROMEDIO SE DEBE INTENTAR DEJAR EL TABACO ENTRE 7 A 10 VECES PARA DEJARLO PARA SIEMPRE.

Para obtener más información, visite njhealth.org/quittobaccohelp