



Prevención contra el Tabaquismo en Adolescentes

V12

¿ SABÍAS QUÉ ?

- **FUMAR** es la principal causa de muerte evitable en el mundo.
- El tabaco es responsable de **6 millones de muertes al año**.
- Fumar no sólo afecta al fumador activo sino también al **fumador pasivo**, que aspira el humo ambiental.

¿ QUÉ CONTIENE UN CIGARRILLO ?

Su principal componente es la **NICOTINA** (sustancia adictiva), pero además contiene más de **4500 productos químicos** irritantes y perjudiciales para la salud (de las cuales,

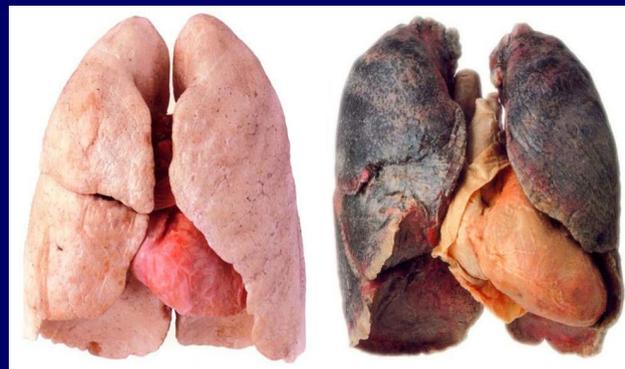


¿ QUÉ SUCEDE CUANDO FUMAMOS ?

Al fumar, los pulmones se llenan de humo y se enferman causando: tos, falta de aire y cansancio.

EL TABACO CAUSA ...

- Cáncer de pulmón, páncreas, vejiga, garganta
- Ictus
- Enfisema, bronquitis
- Infarto del corazón
- Gangrena
- Complicaciones en el embarazo
- Muerte



EL TABACO Y LOS JÓVENES

La mayoría de fumadores comienzan el consumo en la **adolescencia**. Si los jóvenes no empiezan a fumar antes de los 20 años, es poco probable que lo hagan de mayores. El tabaco y el alcohol pueden conducir al consumo de otras drogas posteriormente.

En España, 1 de cada 4 jóvenes FUMA y la mayoría iniciaron su consumo a los 13 años.

SABÍAS QUÉ EL TABACO TE PRODUCE ...

- Mal aliento
- Manchas dentales
- Dedos manchados y con mal olor
- Piel reseca
- Mal olor de tu pelo y ropa
- Envejecimiento prematuro

El tabaco causa **ADICCIÓN** igual que otras drogas como: el alcohol, la marihuana y la cocaína. Hay quienes optan por otras "adicciones" como **EL DEPORTE**.

¿ QUÉ PREFIERES TÚ ?

Defender los espacios libre de humo, es **nuestra obligación**.
Juntos lo haremos posible.

