

Tabaquismo

y el cuerpo humano

El tabaquismo es perjudicial para casi cualquier parte del cuerpo. En el informe de 2020 del cirujano general de Estados Unidos (*Surgeon General's Report on Smoking and Health*), se relaciona el tabaquismo con enfermedades cardiovasculares; accidentes cerebrovasculares; problemas de salud reproductiva; enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC); y cáncer de pulmón, hígado, páncreas y vejiga. Fumar afecta los órganos de tu cuerpo de las siguientes maneras.

CEREBRO

La exposición al humo de segunda mano puede aumentar el riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular entre un 20 % y un 30 %. Cada año, se producen unos 600,000 accidentes cerebrovasculares, y estos accidentes son la tercera causa de muerte en el país.

BOCA

Fumar causa periodontitis (enfermedad de las encías) y cáncer de boca que puede extenderse a otras partes del cuerpo.

CORAZÓN

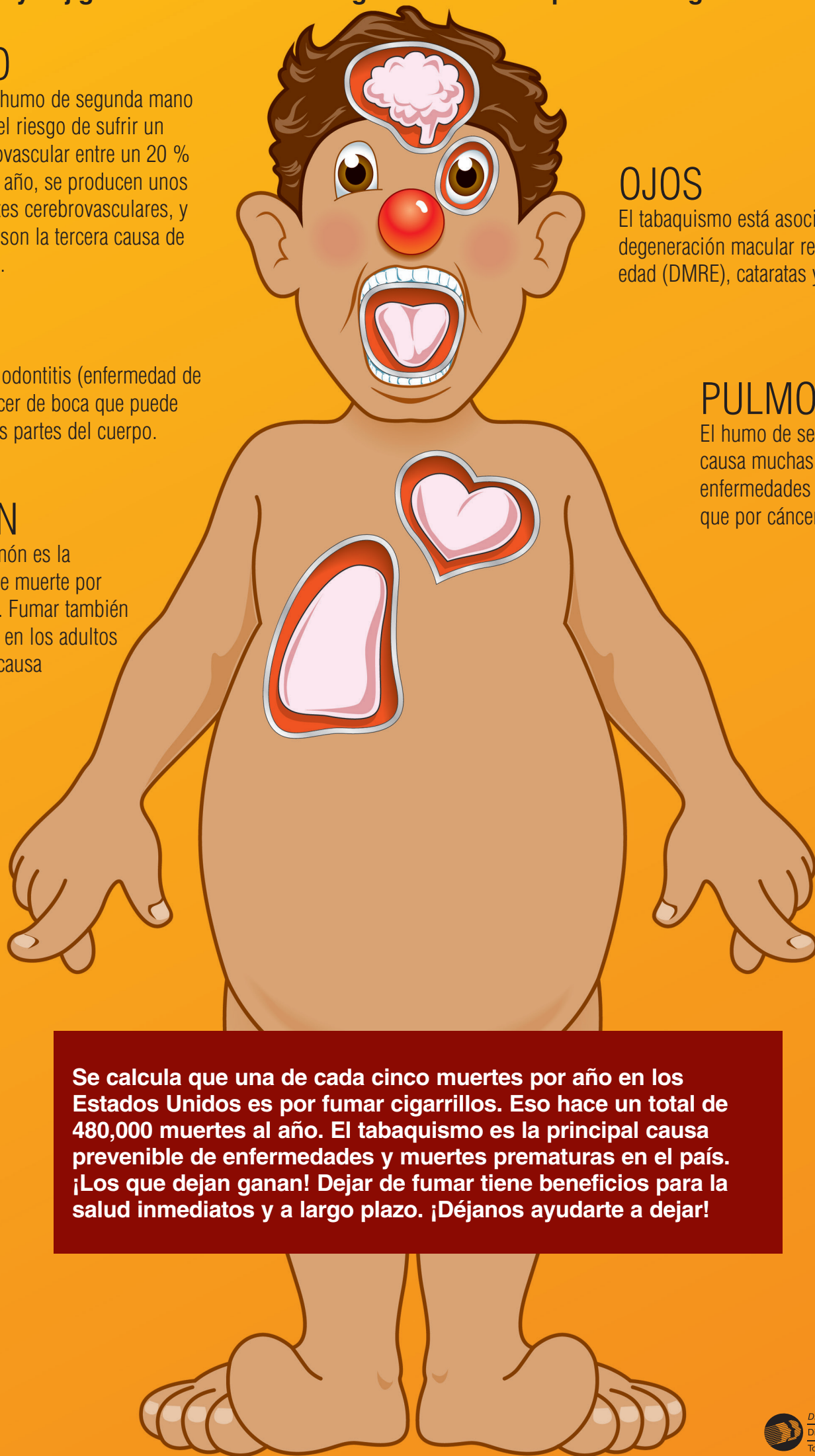
El cáncer de pulmón es la principal causa de muerte por cáncer en el país. Fumar también empeora el asma en los adultos y es la principal causa de EPOC.

OJOS

El tabaquismo está asociado a la degeneración macular relacionada con la edad (DMRE), cataratas y ceguera.

PULMONES

El humo de segunda mano causa muchas más muertes por enfermedades cardiovasculares que por cáncer de pulmón.



Se calcula que una de cada cinco muertes por año en los Estados Unidos es por fumar cigarrillos. Eso hace un total de 480,000 muertes al año. El tabaquismo es la principal causa prevenible de enfermedades y muertes prematuras en el país. ¡Los que dejan ganan! Dejar de fumar tiene beneficios para la salud inmediatos y a largo plazo. ¡Déjanos ayudarte a dejar!

DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health
Tobacco Prevention and Control Program

DELAWARE
QUITLINE



QUITLINE: 1-866-409-1858 (número gratuito)

Obtén motivación de especialistas que evaluarán tus necesidades y opciones, y te ayudarán a vencer obstáculos como el estrés, las ganas de fumar, la irritabilidad y el aumento de peso. Llama ahora.

EN INTERNET: quitsupport.com

Nuestro programa web te ayuda a dejar de fumar a tu propio ritmo mediante educación y apoyo en línea, información basada en etapas, lecciones, ejercicios y herramientas de seguimiento. Insíbete ahora.

Dirigido a residentes de Delaware mayores de 18 años.