

CONSUMO DE TABACO EN LA COMUNIDAD HISPANA/LATINA

El consumo de tabaco es la primera causa de enfermedad, incapacidad y muerte evitable entre hispanos/latinos

ÍNDICE DE TABAQUISMO ENTRE HISPANOS/LATINOS



↓
Los fumadores mexicanos consumen **MENOS DE 20 CIGARRILLOS** al día



↑
Los fumadores cubanos consumen **MÁS DE 20 CIGARRILLOS** al día

ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL TABAQUISMO



CÁNCER DE PULMÓN



ENFERMEDADES DEL CORAZÓN



DERRAME CEREBRAL



ASMA



DIABETES

CONSEJOS PARA DEJAR EL TABACO

PIDA AYUDA A UN PROVEEDOR MÉDICO PARA DEJAR EL TABACO.

TRABAJE CON UN ASESOR PARA DEJAR EL TABACO Y USE MEDICACIONES PARA DEJAR EL TABACO PARA TENER LA MAYOR PROBABILIDAD DE DEJARLO PARA SIEMPRE.

CONSIDERE EL USO DE TERAPIA DE REEMPLAZO DE NICOTINA (TRN) SI SÓLO CONSUME TABACO EN SITUACIONES SOCIALES.

Para más información, visite njhealth.org/quittobaccohelp