Cigarretes, pomes i proves, en el Dia Mundial sense Tabac

L'Hospital de Figueres intercanviarà cigarretes per pomes gràcies a la col·laboració de Frutícola Empordà de Sant Pere Pescador



Hospital de Figueres

EMPORDA.INFO

L'Hospital de Figueres s'adhereix al Dia Mundial Sense Tabac, que se celebra el 31 de maig la col·locació de diferents taules informatives a les entrades del centre: accés a hospitalització, edifici est i Consultes Externes. S'hi intercanviaran cigarretes per pomes gràcies a la col·laboració de Frutícola Empordà de Sant Pere Pescador.

En els mateixos punts s'atendran les persones que estiguin interessades a deixar de fumar i les que ho desitgin podran realitzar cooximetries i espirometries bàsiques, dues proves que, respectivament, determinen l'exposició al fum del tabac i la capacitat pulmonar que està disminuïda en persones amb hàbit tabàquic. Aquestes proves només estaran disponibles en algunes de les taules informatives.

Els punts informatius estaran situats a les entrades de l'Hospital de Figueresi obriran de9.30 h 13.30 h.

La primera causa de pèrdua de salut

El consum de tabac és la primera causa de pèrdua de salut i de mortalitat prematura i evitable. És un dels factors de risc més importants de les principals malalties cardiovasculars i respiratòries cròniques, així com d'un nombre important de càncers. A més, l'exposició passiva al fum ambiental del tabac incrementa el risc de càncer de pulmó en les persones no fumadores i d'altres malalties del sistema respiratori, sobretot en els infants.

Els danys causats directament pel tabaquisme afecten principalment les persones fumadores, una quarta part de les quals morirà durant la seva vida activa, i haurà perdut entre vint o vint-i-cinc anys de vida. Però el consum de tabac afecta la societat en conjunt.

Els beneficis del fet de deixar de fumar són ben clars; les persones exfumadores, deu anys després de deixar l'hàbit, tenen el mateix risc de contreure malalties que les no fumadores. Aconseguir l'abandonament definitiu del tabaquisme, però, no és fàcil, tot i que és ben possible. En cas de dubte, és convenient consultar un professional de la salut i seguir les seves recomanacions.

Una vida saludable és una vida sense tabac. Deixar de fumar és probablement el més important que una persona fumadora pot fer per millorar la seva salut, independentment de l'edat o dels seus antecedents com a fumadora. En deixar de fumar millorarà la seva salut i la dels que l'envolten.

Font del document:
http://www.emporda.info/salut/2016/05/26/cigarretes-pomes-proves-dia-mundial/315867.html?utm_source=rss