L'hospital de Figueres reparteix més de 250 de pomes en el Dia Mundial sense Tabac

La institució, com a membre de la Xarxa Catalana d'Hospitals Sense Fum, s'ha adherit al Dia Mundial Sense Tabac



L´hospital de Figueres reparteix més de 250 de pomes

L'Hospital de Figueres ha repartit 255 pomes per sensibilitzar la població dels perjudicis del tabac. L'activitat ha estat possible gràcies a la col·laboració de la cooperativa Frutícola Empordà, que ha fet donació de la fruita, i als estudiants d'infermeria de la Universitat de Girona i d'auxiliar d'infermeria de l'Institut Alexandre Deulofeu, que han participat activament en la campanya.

Diferents pacients del centre i els seus familiars s'han apropat a les tres taules informatives situades a les entrades de l'hospital: accés a hospitalització, edifici est i Consultes Externes. S'han informat dels beneficis de deixar de fumar i de diferents ajudes i formes d'assessorament que tenen a l'abast com els Centres d'Atenció Primària (CAP), CatSalut o diferents App, entre d'altres. Les cigarretes que s'han intercanviat per pomes han estat destruïdes en el mateix moment.

També s'han realitzat una cinquantena de proves, entre cooximetries i espirometries bàsiques, dos exàmens que respectivament, determinen l'exposició al fum del tabac i la capacitat pulmonar, que està disminuïda en persones amb hàbit tabàquic.

L'Hospital de Figueres, com a membre de la Xarxa Catalana d'Hospitals Sense Fum, s'ha adherit al Dia Mundial Sense Tabac per sensibilitzar la població que el consum de tabac és la primera causa de pèrdua de salut i de mortalitat prematura i evitable.

La primera causa de pèrdua de salut

El consum de tabac 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 ique 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/2016/06/01/lhospital-figueres-reparteix-mes-250/316616.html?utm_source=rss