

¿Sabías que fumar es la principal causa de enfermedad, discapacidad y muerte en el mundo? En Argentina, el tabaco es responsable de más de 40.000 muertes por año, y el 20% son “fumadores pasivos”, es decir, personas que no fuman pero conviven con otros que sí lo hacen.

Aunque cada vez son menos los jóvenes que fuman en nuestro país, 1 de cada 4 de los adolescentes todavía fuma tabaco, y 1 de cada 10 están expuestos al humo ajeno en el hogar o en lugares públicos cerrados, según datos de la Encuesta de Tabaquismo en Adolescentes de 2012.

-

El humo de cigarrillo es muy malo para la salud de todos.

-

Por eso, si no fumás, no te enganches.

-

Y si conocés a alguien que fuma, ayúdalo para que deje.

¡Compartí estos videos con tus contactos, amigos y familia, y sumalos a esta campaña por una vida libre de humo!

Si fumás, perdés

7 de cada 10 jóvenes piensa que el humo de tabaco es perjudicial para la salud, entre todos respetamos y construimos más ambientes libres de

humo.

<http://youtu.be/UNhHzSlwu8c>

□

**Fumar te deja fuera de carrera
6 de cada 10 jóvenes que fuman intentaron dejarlo.**

http://youtu.be/W-eEH1yOF_Y

**Fumar te deja solo
El 47,5% de los jóvenes estuvo expuesto a humo de tabaco ajeno en el hogar. Respetá y pedí que respeten los ambientes libres de humo.**

<http://youtu.be/y3NTAmtuVcw>

Fumar te deja afuera

6 de cada 10 jóvenes que fuman quieren dejarlo, acompaña a tus familiares y amigos para ayudarlos en el proceso de cesación.

http://youtu.be/tR3o8yFg_1Y

PEDÍ AYUDA PARA DEJAR DE FUMAR

El proceso de abandonar el consumo de tabaco arranca cuando se toma la decisión. Existen diferentes opciones para lograr este objetivo, para cada persona puede funcionar una distinta.

[Manual de autoayuda](#)

Centros de cesación tabáquica, buscá el más cercano a tu casa [aquí](#) .

0800-999-3040

A través de esta línea telefónica gratuita, el Ministerio de Salud ofrece información y asesoramiento sobre cesación tabáquica. Este servicio está disponible de lunes a viernes de 9 a 21 hs., y los fines de semana y feriados en el horario de 9 a 18hs.