EFECTOS DEL CONSUMO DE TABACO



UNA PERSONA QUE FUMA VIVE 10 AÑOS MENOS QUE UNA QUE NO FUMA

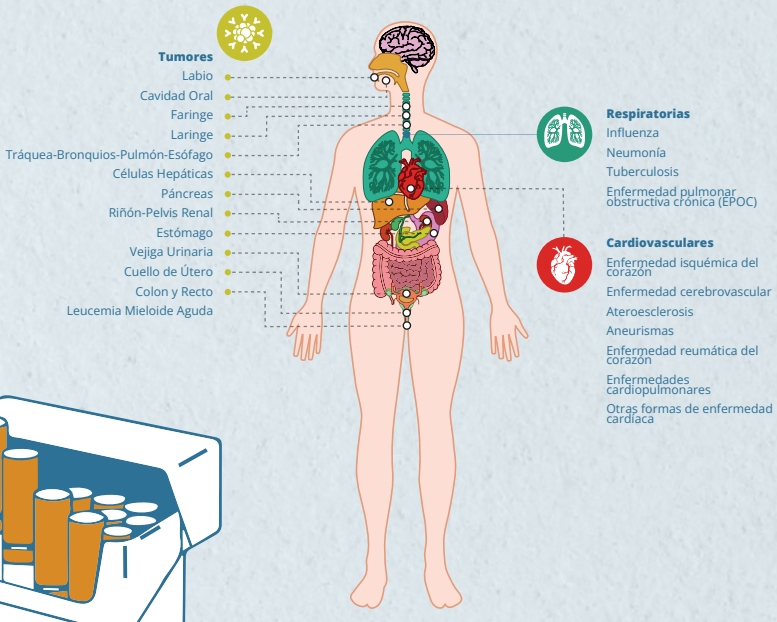
Cada cigarrillo fumado **reduce la esperanza de vida en 20 minutos** (Jackson y cols; Addiction, 2024).

FUMAR ES LA PRINCIPAL CAUSA DE MUERTE EVITABLE EN EL MUNDO

10 MUERTES AL DÍA EN GALICIA

EN ESPAÑA MÁS DE **50.000** MUERTES AL AÑO

DAÑO ASOCIADO AL CONSUMO DE TABACO



EL CONSUMO DE TABACO CAUSA EN LA POBLACIÓN DE 35 AÑOS Y MÁS:

- **2** de cada **10** muertes por **cáncer**.
- **1** de cada **10** muertes por **enfermedades cardiovasculares**.
- **2** de cada **10** muertes por **enfermedades respiratorias**.

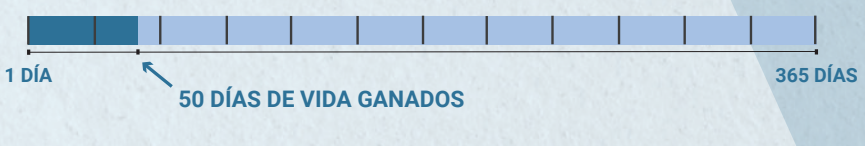


Fumar daña casi todos los órganos del cuerpo.

8 DE CADA 10 MUERTES POR CÁNCER DE PULMÓN SE ATRIBUYEN AL CONSUMO DE TABACO

Si el día 1 de enero una persona que fuma 10 cigarrillos al día deja de fumar **podría evitar la pérdida de 50 días de vida al final del año.**

IMPACTO DE DEJAR DE FUMAR 10 CIGARRILLOS AL DÍA



XUNTA DE GALICIA

USC UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

Epidemiqués

CÁTEDRA VIDA SAUDABLE

Fuentes Jackson y cols; Addiction, 2024; Rey-Brandariz y cols, Revista Española de Cardiología, 2022.