

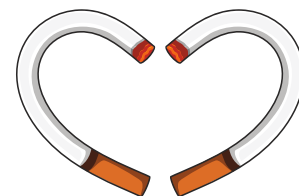


# PÍLDORA INFORMATIVA

29 • MAYO 2020



## QUIÉRETE, NO ACORTES TU VIDA



*Es un consejo del*



EXCMO. COLEGIO OFICIAL DE ENFERMERÍA  
DE CÁDIZ

**El consumo de tabaco acorta la vida. No comenzar a fumar o dejarlo es una de las mejores decisiones que podemos tomar para tener una vida saludable.**

**No existe ninguna forma segura de fumar. El consumo ocasional, o el uso de cigarrillo electrónico o pipa de agua tienen consecuencias en la salud.**

**No existe evidencia de que la nicotina sea un protector ante el coronavirus. Las personas fumadoras tienen peores condiciones de salud para afrontar esta enfermedad.**

**Es importante que las personas jóvenes no comiencen a fumar.**

**Las enfermeras contribuyen a prevenir el tabaquismo y prestan ayuda para su abandono.**

**Por una sociedad libre de tabaco y humo.  
31 DE MAYO, DÍA MUNDIAL SIN TABACO**

### FUENTES

Organización Mundial de la  
Salud

Ministerio de Sanidad. Gobierno  
de España

