



espai
sense
fum

Un risc per a la teva salut: **el tabac**

No hi ha dubtes sobre els riscos per a la salut derivats del consum de tabac. Les primeres proves que implicaven el tabac com a un possible risc per a la salut sorgiren al 1950. Actualment, hi ha més de 70.000 articles científics que relacionen l'ús del tabac amb una àmplia gamma de problemes de salut.

El tabac és perillós fonamentalment per dues raons: per ser molt tòxic i per ser molt addictiu. La nicotina que conté és una substància capaç de provocar una gran addicció en molt poc temps, fins a l'extrem de ser la raó per la qual els fumadors fumen cada dia i a cada moment.

Sabem que dos de cada quatre fumadors moriran per una causa relacionada directament amb el fumar i un d'ells ho farà a una edat precoç. Per això, el consum de tabac és la primera causa evitable de mortalitat precoç en el món.

El fum del tabac conté substàncies químiques tòxiques en forma de gas i de petites partícules. Algunes són irritants, com l'amoníac o el cianur d'hidrogen, i d'altres, tenen un efecte cancerigen com el cadmi, les nitrosamines o diferents òxids, entre d'altres.

Compartir un espai amb algú que fuma exposa els qui no fumen al fum del tabac.

Es denomina tabaquisme passiu el fet involuntari de respirar aire contaminat pel fum de tabac. Existeix suficient informació científica que ens demostra que, a llarg termini, respirar aire contaminat pel fum del tabac és causa de malalties greus, com el càncer i les malalties cardiovasculars.

De la mateixa manera que es protegeixen els treballadors d'altres contaminants presents en el seu ambient laboral, en l'actualitat es considera inel·ludible protegir els no fumadors d'un dels contaminants més estès i perjudicial en espais tancats: el fum del tabac.

No és una qüestió d'anar en contra dels fumadors, sinó contra el fum del tabac. Un espai sense fum és un ambient que afavoreix tant a fumadors com a no fumadors.

Crear espais sense fum és una de les millors decisions que es poden adoptar en salut pública per a la promoció de la salut i la prevenció de malalties.

espai
sense
fum

Aquest és un centre lliure de fum, el que significa que no està permès fumar.

Tots els professionals d'aquest centre estam compromesos amb aquest compliment.

Gràcies per col·laborar i per mantenir el nostre centre lliure de fum.



Govern
de les Illes Balears

Conselleria de Salut i Consum



espacio
sin
humo

Un riesgo para tu salud: el tabaco

No cabe duda sobre los riesgos para la salud derivados del consumo de tabaco. Las primeras pruebas que implicaban al tabaco como un posible riesgo para la salud surgieron en 1950. En la actualidad, hay más de 70.000 artículos científicos que relacionan el uso del tabaco con una amplia gama de problemas de salud.

El tabaco es peligroso fundamentalmente por dos razones: por ser muy tóxico y por ser muy adictivo. La nicotina que contiene es una sustancia capaz de provocar una gran adicción en muy poco tiempo, hasta el extremo de ser la razón por la que los fumadores fuman cada día y a cada momento.

Sabemos que dos de cada cuatro fumadores van a morir por una causa relacionada directamente con fumar y uno de ellos lo hará a una edad temprana. Por eso, el consumo de tabaco es la principal causa evitable de mortalidad prematura en el mundo.

El humo del tabaco contiene sustancias químicas tóxicas en forma de gas y de pequeñas partículas. Algunas son irritantes, como el amoníaco o el cianuro de hidrógeno y otras tienen un efecto cancerígeno como el cadmio, las nitrosaminas o diferentes óxidos, entre otras.

Compartir un espacio con alguien que fuma expone a quienes no fuman al humo del tabaco.

Se denomina Tabaquismo Pasivo al hecho involuntario de respirar aire contaminado por el humo del tabaco. Existe suficiente información científica que nos demuestra que, a largo plazo, respirar aire contaminado por el humo del tabaco es causa de enfermedades graves como cáncer y enfermedades cardiovasculares.

De la misma manera que se protege a los trabajadores de otros contaminantes presentes en su medio laboral, en la actualidad, se considera ineludible proteger a los no fumadores de uno de los contaminantes más extendido y dañino en espacios cerrados: el humo del tabaco.

No es una cuestión de ir contra los fumadores, sino contra el humo del tabaco. Un espacio sin humo es un ambiente que favorece tanto a fumadores como a no fumadores.

Crear espacios sin humo es una de las mejores decisiones que se pueden adoptar en salud pública para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.



espacio
sin
humo

Este es un centro libre de humo, lo que significa que no está permitido fumar.

Todos los profesionales de este centro estamos comprometidos con este cumplimiento.

Gracias por colaborar y por mantener nuestro centro libre de humo.



Govern
de les Illes Balears

Conselleria de Salut i Consum