

## MOTIUS DE LA INICIATIVA PREVENTIVA

### MOTIUS

### EFFECTES

#### ◆ DE SALUT PÚBLICA

Millorar la salut de tots els individus.

#### ◆ SOCIALS

Evitar conflictes entre fumadors i no fumadors.

#### ◆ ECONÒMICS

Disminuir les despeses generals.

#### ◆ LEGALS

Millorar el compliment de les lleis i normatives.



**TENS PROUS MOTIUS PER DEIXAR-HO?**

**FES-NOS HO SABER!**

EN COL·LABORACIÓ AMB:



## EuroPRINCIPAT

Carrer de Pau Casals n.10, 3a planta  
Andorra la Vella  
Telèfon: 816915  
[www.europrincipat.com](http://www.europrincipat.com)  
E-mail: [recepcio@europrincipat.com](mailto:recepcio@europrincipat.com)

*Segueix-nos!*



## EuroPRINCIPAT

### ABANDÓ DE L'HÀBIT TABÀQUIC

#### Promoció de la salut I



**ELL ET CONSUM!**

## EuroPRINCIPAT

CENTRE MÈDIC LABORAL

## FUMAR ÉS UNA PODEROSA ADDICCIÓ

La nicotina provoca **dependència física**, i fa que el fumador fumi de manera que absorbeixi la quantitat de nicotina que el cos necessita.



### La dependència

**psíquica** va lligada a la dependència social, per la qual s'associen diferents activitats agradables al fet de fumar, i per això s'arriba a convertir en una eina imprescindible per a la vida diària.

Amb l'aplicació de la;  
**Llei 7/2012, del 17 de maig de protecció contra el tabaquisme passiu ambiental**

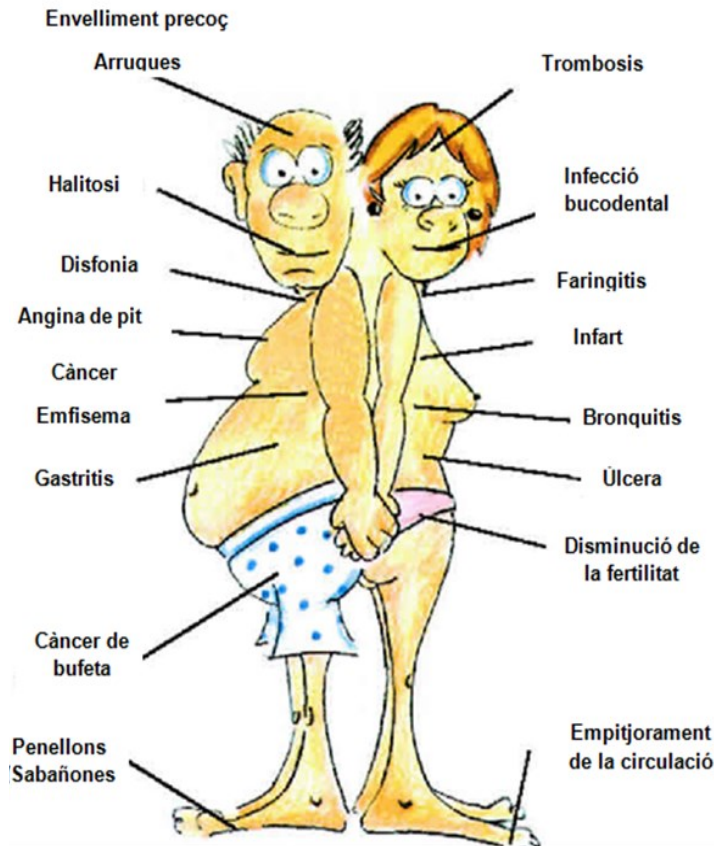
Aquest reglament té per objecte; "assegurar a les persones no fumadores una protecció eficaç contra els fums emesos per la combustió de qualsevol producte de tabac en espais tancats d'accés públic i en l'entorn laboral col·lectiu."



## INCONVENIENTS DEL TABAQUISME I AVANTATGES DEL SEU ABANDÓ

### MALALTIES DERIVADES DEL TABAC

- ◆ Càncer de pulmó i altres tipus
- ◆ Atacs cardíacs
- ◆ Vessament cerebral
- ◆ Bronquitis i Emfisema de pulmó
- ◆ Úlceres estomacals
- ◆ Osteoporosis o debilitat dels ossos
- ◆ Taques en les dents
- ◆ Problemes durant l'embaràs i l'avortament



### MILLORIES AMB EL TEMPS

#### A CURT TERMINI

- ◆ Estaràs més àgil, caminaràs i pujaràs escales sense cansar-te, no esbufegaràs quan facis esport.
- ◆ Tindràs una despesa menys, i el teu pressupost ho notarà.
- ◆ Recuperaràs el gust dels aliments.
- ◆ Tindràs una imatge més sana, i no faràs pudor de fum.

#### A MITJÀ TERMINI

- ◆ Et millorarà la circulació de la sang.
- ◆ T'augmentarà la capacitat pulmonar.
- ◆ La teva pell rejoyenirà, i les dents se't veuran més blanques.
- ◆ Deixaràs de tossir al matí.
- ◆ Tindràs més diners sense haver estalviat.



#### A LLARG TERMINI

- ◆ Disminuirà el risc que tinguis un infart.
- ◆ Deu anys després d'haver-ho deixat, el risc és comparable al d'una persona sana.
- ◆ Disminuirà el risc que desenvolupis càncer.
- ◆ Disminuirà el risc que tinguis bronquitis crònica.