

**La frecuencia de fumar es muy alta** entre las personas con problemas de adicción, con tasas tan altas como 87%.



## **EL CONSUMO DE TABACO ESTÁ RELACIONADO A TASAS DE MORTALIDAD MÁS ALTAS QUE LAS RELACIONADAS AL CONSUMO DE ALCOHOL.**

Más personas en tratamiento por consumo de alcohol mueren de enfermedades relacionadas con el tabaco (51%) que de enfermedades relacionadas con el alcohol (34%).



## **EL CONSUMO DE ALCOHOL Y TABACO MULTIPLICA LOS RIESGOS DE CÁNCER**

Las personas con alcoholismo tienen tasas de cáncer más altas porque el uso combinado de alcohol y tabaco multiplica los riesgos de varios cánceres, incluyendo hígado, la vía digestiva, y los cánceres de boca y garganta.

## **66% DE LOS ADOLESCENTES EN TRATAMIENTO SON FUMADORES.**

Desafortunadamente, la mayoría sigue fumando ya que el 80% de los adultos adictos al tabaco comenzaron a fumar cuando eran adolescentes.

## **CUATRO VECES MÁS ELEVADAS LAS TASAS DE TABAQUISMO**

Mientras que los tratamientos efectivos han llevado a una disminución en fumar en la población general, las personas con trastornos por uso de sustancias tienen tasas de tabaquismo 4 veces más altas que la población general.

**Dejar el tabaco** es lo mejor que usted puede hacer por su salud.



## Los Mitos

- La gente que está en tratamiento de alcohol o drogas no quiere dejar de fumar.
- Mantenerse sobrio o limpio es más difícil mientras uno deja de fumar.
- La gente escogerá no buscar tratamiento si no pueden usar tabaco.

## Los Hechos

- Hasta el 80% de los individuos en tratamiento de adicciones están interesados en dejar de fumar.
- La investigación muestra que dejar de fumar tiene resultados positivos incluyendo: menor riesgo de recaída en el uso de sustancias, disminución en el uso general de sustancias y aumentos de un 25% en lograr la abstinencia de sustancias sin nicotina.
- Los estudios demuestran que las admisiones a tratamiento no disminuyeron después de que las clínicas se convirtieron en libre de tabaco.

## Cómo recibir ayuda:

- Pídale ayuda a su doctor o consejero de uso de sustancias para dejar el tabaco.
- Llame al 1-855-DEJALO-YA para ayuda gratuita.
- Visite <https://espanol.smokefree.gov/> para una guía paso a paso para dejar de el tabaco.
- Explore los recursos en [www.TakingTexasTobaccoFree.com](http://www.TakingTexasTobaccoFree.com)

Texas Libre de Tabaco: Un proyecto de Integral Care en Austin, Texas, y la Universidad de Houston apoyado por el Instituto de Prevención e Investigación de Cáncer de Texas.