

Fumar

es mucho más común en
adultos con padecimientos
de salud mental.



1 de cada 3

Más de 1 de cada 3 adultos (36%) con una enfermedad mental fuma cigarrillos, en comparación con cerca de 1 de cada 5 adultos (16.8%) sin enfermedad mental.



3 de cada 10

Cerca de 3 de cada 10 cigarrillos (31%) fumados por adultos son consumidos por adultos con enfermedad mental.



1 de cada 5

Cerca de 1 de cada 5 adultos (ó 45.7 millones de adultos) padecen algún tipo de enfermedad mental.

Fuente: CDC Vital Signs, Feb. 2013 | CDC MMWR Nov. 2015

Dejar el tabaco es una de las mejores cosas que usted puede hacer por su salud. Convertirse en libre de tabaco es difícil y muchas personas necesitan ayuda.



Cómo recibir ayuda:

- Pídale ayuda a su doctor o a su proveedor de salud mental para dejar el tabaco.
- Llame al 1-800-QuitNow para ayuda gratuita.
- Visite www.smokefree.gov para una guía paso a paso para dejar el tabaco.

Texas Libre de Tabaco: Un proyecto de Austin Travis County Integral Care, University of Houston, y Rice University apoyado por el Cancer Prevention & Research Institute of Texas.



CANCER PREVENTION & RESEARCH
INSTITUTE OF TEXAS



Integral Care

 TakingTexasTobaccoFree

 @HEALTHuh @TTTF_

visit: www.takingtexasobaccofree.com

HEALTH
Research Institute

Helping Everyone Achieve a LifeTime of Health