



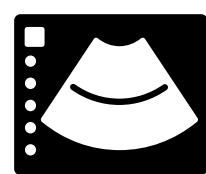
DEJAR DE FUMAR Y EMBARAZO

RIESGOS DE FUMAR DURANTE EL EMBARAZO¹

Si ambos progenitores son fumadores: la edad de los vasos sanguíneos de sus hijos es **3,3** años superior a la que debería cuando llegan a adultos². Aumenta un **40%** la probabilidad de fibrilación auricular y malformaciones cardíacas.



AUMENTA EL RIESGO DE PARTO PREMATURO



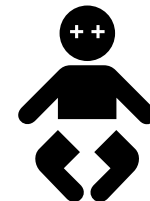
SE INCREMENTA EL RIESGO DE ABORTO



DEFICIENCIAS COGNITIVAS



BAJO PESO AL NACER



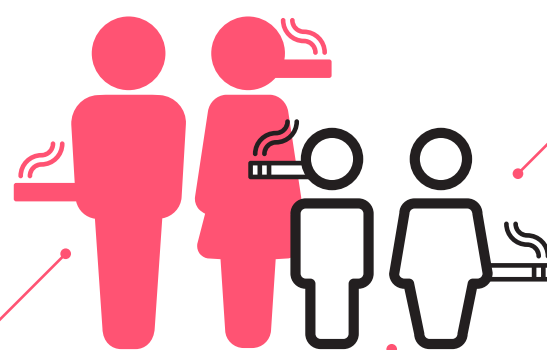
SÍNDROME DE MUERTE SÚBITA DEL LACTANTE

¿QUÉ OCURRE DESPUÉS DEL PARTO?

El **75%** de las mujeres vuelven a fumar **6 meses** después del parto, y el **80-90%** en menos de **1 año**³.

FUMADORES PASIVOS

Exponer a los niños al humo del tabaco, les convierte en fumadores pasivos⁴. Los niños expuestos al tabaco tienen mayor riesgo de desarrollar enfermedad cardíaca de adultos⁵.



31% DE LAS 600.000 MUERTES PREMATURAS atribuibles al humo ajeno fueron niños (últimos datos de 2004).

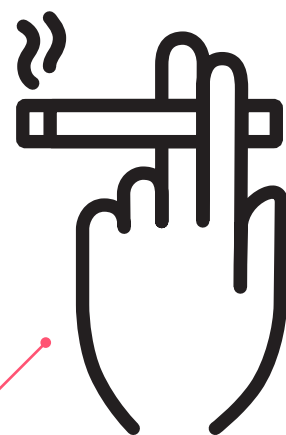
700 MILLONES DE NIÑOS

en el mundo (aprox. 50% de los niños), respiran aire contaminado por humo de tabaco (más del 40% tienen al menos un progenitor fumador).

¿POR QUÉ VOLVEMOS A FUMAR?

OLVIDO DE LA MOTIVACIÓN

ESTRÉS



VIDA SOCIAL

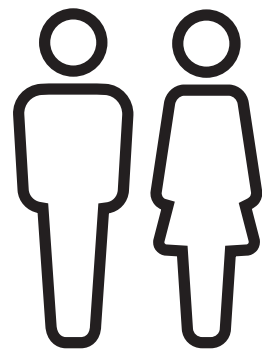
NECESIDADES FISIOLÓGICAS

BUSCA APOYOS PARA DEJAR DE FUMAR

7 de cada 10 fumadores intentan dejar de fumar solos, y de media lo intentan hasta **4 veces**.

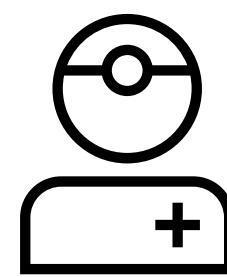
DEJAR DE FUMAR EN PAREJA

El 50% de parejas que dejan de fumar al mismo tiempo, lo logran⁶ (solo lo logra un 8% cuando lo deja un solo miembro)



ACUDE A TU MÉDICO

Una conversación de entre 2 y 5 minutos con el médico aumenta las posibilidades de éxito⁷ (sólo un 8% acudiría al médico)



RECUERDA:

¡¡ES POR TI & POR ELLOS!!

REFERENCIAS: 1. Allan Hackshaw, Charles Rodeck Sadie Boniface; Maternal smoking in pregnancy and birth defects: a systematic review based on 173 687 malformed cases and 11.7 million controls; Human Reproduction Update, Volume 17, Issue 5, 1 September 2011, Pages 589–604, <https://doi.org/10.1093/humupd/dmr022> 2. Seana Gall, Quan Long Huynh, et al; Exposure to parental smoking in childhood or adolescence is associated with increased carotid intima-media thickness in young adults: evidence from the Cardiovascular Risk in Young Finns study and the Childhood Determinants of Adult Health Study; European Heart Journal, Volume 35, Issue 36, 21 September 2014, Pages 2484–2491, <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehu049> 3. World Health Organization; Gender, Women, and the Tobacco Epidemic; 9. Pregnancy and Postpartum Smoking Cessation; Newly Pregnant Spontaneous Quitters; http://www.who.int/tobacco/publications/gender/en_tfi_gender_women_pregnancy_postpartum_smoking_cessation.pdf 4. Geetha Raghuvver, David A. White, et al; Cardiovascular Consequences of Childhood Secondhand Tobacco Smoke Exposure: Prevailing Evidence, Burden, and Racial and Socioeconomic Disparities: A Scientific Statement From the American Heart Association; Circulation 2016;134:e336-e359; Originally published September 12, 2016; <http://circ.ahajournals.org/content/134/16/e336#ref-18> 5. World Health Organization; Training Package for the Health Sector World Health Organization; Second-hand tobacco smoke (SHS) and children; STOP THE LIFE CYCLE OF THE EFFECTS OF SMOKING ON HEALTH; pág 45; October 2011; <http://www.who.int/ceh/capacity/tobacco1.pdf?ua=1%20%20http://circ.ahajournals.org/content/134/16/e336#ref-18> 6. JAMA Intern Med. 2015;175(3):385-392. doi:10.1001/jamainternmed.2014.7554. <http://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/fullarticle/2091401> 7. Hughes JR. New Treatments for Smoking Cessation. CA Cancer J Clin. 2000; 50: 143 – 151 8. Guía de Tabaquismo en Pediatría. Eugenio de la Cruz Amorós. Ed Editorial Club Universitario. Alicante, 2013

