#### LEY 26.687

El primero de junio 2011 se sancionó en forma unánime una ley para combatir el tabaquismo en nuestro país. Los aspectos más importantes son:

- La Prohibición de fumar en todos los espacios cerrados de uso público o privado. Queda expresamente prohibido fumar en lugares de trabajo. Sólo quedan exceptuados de esa prohibición los patios, terrazas, balcones y demás áreas al aire libre, excepto en las escuelas y servicios de salud donde tampoco se podrá fumar en los patios.
- La Prohibición de la publicidad, promoción y patrocinio de cigarrillos o productos elaborados con tabaco en los medios de comunicación y también en la vía pública.
- La obligatoriedad de incluir advertencias sanitarias con imágenes en los envases.
- 4. El funcionamiento de una línea gratuita 0800 222 1002 del Ministerio de Salud de asesoramiento para dejar de fumar.
- La Prohibición de la venta a menores de 18 años por lo que se prohibe también la venta de cigarrillos sueltos, en atados de menos de diez unidades y a través de máquinas expendedoras.
- La Prohibición de la venta de cigarrillos en centros de enseñanza, establecimientos hospitalarios, edificios públicos, medios de transporte, y en museos, clubes o lugares de espectáculos públicos, como teatros, cines o estadios deportivos
- Habrá Multas por incumplimiento de la ley, que recaerán sobre el dueño del lugar y no sobre el fumador

### SON OBJETIVOS DE ESTA LEY:

- Reducir el consumo de productos elaborados con tabaco y la exposición a efectos nocivos del humo de cigarrillo.
- Reducir el da
  ño sanitario y ambiental producido por el tabaco, prevenir la iniciación en el tabaquismo especialmente en niños y adolescentes.

En nuestros Centros de Salud realizamos talleres de cesación tabáguica.

Acercate a tu Centro de Salud de SUTEBA más cercano ó a tu médico de cabecera, realizá una consulta y controlá tu salud.

para más información ingresá a nuestro sitio web o seguinos en Twitter:



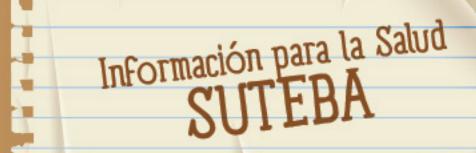
Secretaria de Salud











RECOMENDACIONES PREVENTIVAS

## ¿Por qué es importante REDUCIR EL CONSUMO DE TABACO

Porque se pueden prevenir las enfermedades crónicas y sus complicaciones modificando en la vida cotidiana, hábitos y conductas que incluyen el tipo de alimentación, actividad física, el tabaquismo y el stress.





# ¿QUÉ DEBEMOS SABER SOBRE EL TABACO?

## LA IMPORTANCIA DE LA NUEVA LEY

Desde el SUTEBA te invitamos a conocer los efectos del tabaco y a repasar algunas de las recomendaciones para tener en cuenta en tu casa, en tu escuela y en tu barrio.

- El 70 % de las personas que sufren un infarto son fumadoras.
- Dos de cada cinco muertes relacionadas con el fumar son debidas a enfermedades cardiovasculares.
- Causa aumentos inmediatos y a largo plazo de la presión de la sangre y del ritmo del corazón.
- Reduce el gasto cardiaco y el flujo coronario de sangre.
- Reduce la cantidad de oxígeno que llega a los tejidos del cuerpo.
- Modifica las propiedades de los vasos sanguíneos y de las células de la sangre - lo que permite que el Colesterol y otras sustancias grasas formen concentraciones (se acumulen).
- Contribuye a aumentar la presión de la sangre y aumenta el riesgo de formación de coágulos.

- Duplica el riesgo de ataque cerebral isquémico (reducción del flujo de sangre al cerebro).
- Además, el fumar se ha asociado con la depresión y con los trastornos psicológicos.
- A los 5 años de abandonar el cigarrillo, la probabilidad de padecer una enfermedad cardiovascular disminuye un 50 %.
- Si las ganas de fumar se imponen, es mejor hacerlo fuera de la casa.
- Ejercé el derecho a que los ambientes laborales y los espacios públicos cerrados sean 100% libres de humo de tabaco.

Si estás pensando dejar de fumar podés llamar en forma gratuita al

> 0800-222-1002 para recibir ayuda.

Daña los vasos sanguíneos.