



“PROHIBIDO FUMAR”



AJUNTAMENT DE VALENCIA
REGIDORIA DE SANITAT I CONSUM

31 DE MAYO, DIA MUNDIAL SIN FUMAR

El fumador es una persona con gran capacidad de autocontrol, aunque se crea todo lo contrario, y muy respetuosa con la norma. Muy pocos fumadores son, los que en lugares donde está prohibido fumar, transgreden la ley.

El abstenerse de fumar en lugares donde está prohibido no les provoca ningún malestar, es decir, síntomas de síndrome de abstinencia. Ejemplos de ello tenemos muchos. Cuando como espectador permanece sentado en la sala de un cine sin importarle el tiempo que dure una película. De compras en centros comerciales. Cuando está en la parada del autobús y se sube sin esperar a terminarse el cigarrillo, etc.

En esta línea, el gobierno de la ciudad de Nueva York, estos días ha promulgado una norma legal, en sintonía con el mensaje de la **OMS** que intenta evitar los efectos nocivos de humo del tabaco sobre los pulmones, y en lógica prohíbe fumar en lugares que son “los pulmones de la ciudad”, es decir, en los parques y jardines de nuestras ciudades. En San Francisco y Chicago le han precedido.

Sin embargo hay un espacio que el fumador nunca respeta. El espacio formado por su propio cuerpo. Afortunadamente, no hay norma legal que lo impida, por aquello de la libertad individual, aunque ésta, quizás no fue respetada en el momento de elegir ser o no ser fumador, debido a las presiones externas que recibió desde su entorno.

Por ello hay que apoyar todas aquellas medidas que van dirigidas a favorecer un mayor grado de salud de la población, como la del **Día Mundial Sin Tabaco**, que conmemora todos los años la **OMS** el día **31 de Mayo**. Con ello la **OMS**, pretende motivar a todos los estados a que desarrollen políticas antitabaco que además de proteger la salud de todos están demostrando su eficacia en los fumadores como elemento motivador para abandonar su hábito tabáquico.



Más información sobre el [Tabaquismo](#):

www.valencia.es/ayuntamiento/drogodependencias.nsf/vDocumentosTituloAux/5487DA0AC680A595C12575740047A4BC?OpenDocument&bdOrigen=ayuntamiento%2Fdrogodependencias.nsf&idapoyo=7B7E31A8145E3060C12572D000428C20&lang=1&nivel=4

Descargar el cartel 2011.

www.sp.san.gva.es/DgspPortal/docs/Cartel_DiaMundialsinTabaco2011.pdf



Iniciativas de la Dirección General de Salud Pública para dejar el hábito tabáquico:



www.sp.san.gva.es/tabaquismo/



www.sp.san.gva.es/DgspPortal/fotos/quercus/valenciano/paratarespirar.htm

www.sp.san.gva.es/DgspPortal/fotos/quercus/castellano/Dateunrespiro.htm



Más información de la OMS sobre la **Iniciativa Liberarse del Tabaco**

www.who.int/tobacco/wntd/2011/es/index.html



Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco.

www.who.int/fctc/text_download/es/index.html



Iniciativa de la AECC (Asociación Española contra el Cáncer) para el año 2011:
Dia Mundial sin Tabaco – ROMPE CON EL TABACO –

“Rompe con el tabaco” www.rompetabaco.es



Consulta a los expertos. Infórmate.

Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo. CNPT

www.cnpt.es



Ministerio de Sanidad - TABAQUISMO

www.msps.es/ciudadanos/proteccionSalud/tabaco/home.htm