

PROGRAMA DE DESHABITUACIÓN TABÁQUICA DE LA AECC

El tabaco es responsable de aproximadamente 60.000 muertes anuales en España, del 30% de las muertes por cáncer, del 20% de las producidas por enfermedades cardiovasculares, y del 80% de las causadas por enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).

- El humo procedente de la combustión del tabaco está compuesto por unas 4.000 sustancias diferentes, 40 de ellas altamente tóxicas y cancerígenas.
- El apoyo profesional puede multiplicar por diez las posibilidades de dejar de fumar.
- Sin fumar, la vida sabe mejor. Para conseguirlo se necesita apoyo técnico, consejos, compañía y recompensas.

¿A quién va dirigido? A todos los fumadores mayores de 18 años que hayan tomado la decisión de dejar de fumar.

¿Qué ofrecemos? Un programa de ayuda específica y personalizada para hacer frente al complejo proceso de abandono de forma presencial o online.

Los objetivos:

- Facilitar el proceso de abandono del consumo de cigarrillos.
- Favorecer el mantenimiento de la conducta abstinente, disminuyendo la probabilidad de recaídas.

¿Cómo y dónde se solicita el servicio? Los fumadores interesados pueden ponerse en contacto con la Sede de la aecc de su [provincia](#) o llamando al 900 100 036.

Más información en www.salconmigodeltabaco.com