



UN MINUTO DE SALUD CON LOS CDC

Deje de fumar por un día (Step Away from the Cigarette)

Gran Día de No Fumar en los Estados Unidos - 19 de noviembre de 2009
Recorded: November 10, 2009; posted: November 12, 2009

Este programa es una presentación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. CDC – gente - segura - saludable.

La Sociedad Americana del Cáncer patrocinará por trigésimo cuarto año consecutivo el Gran Día de No Fumar en Estados Unidos, el 19 de noviembre. En este día, se hace un llamado a los fumadores de todo el país a que no fumen aunque sea por un día o, si es posible, más.

Pese a que el tabaquismo en los Estados Unidos ha disminuido de manera constante en los últimos 40 años, esta tendencia se ha estancado. Más de 46 millones de adultos siguen fumando y todos los días unos 1,000 jóvenes comienzan a fumar. Fumar es la causa principal de muertes y enfermedades prevenibles. Dejar de fumar es la mejor manera para que los fumadores protejan su salud y la de sus familiares y amigos.

Gracias por sintonizar *Un minuto de salud con los CDC*.

Para obtener la información de salud más precisa visite www.cdc.gov/español o llame a cualquier hora al 1-800-CDC-INFO, es decir, 1-800-232-4636.