



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE DEJAR DE FUMAR ANTES DE LA CIRUGÍA?

- ▶ Los fumadores que se someten a una cirugía tienen un índice de complicaciones de más del doble en comparación con las personas que no fuman.
- ▶ Los fumadores tienen mayor probabilidad de sufrir:
 - ◆ infecciones en el sitio quirúrgico
 - ◆ sepsis (infección en la sangre)
 - ◆ neumonía
 - ◆ infarto
 - ◆ accidente cerebrovascular
 - ◆ recuperación más lenta o inadecuada de huesos y tejidos (fundamental después de una cirugía)

¡HAY BUENAS NOTICIAS!

- ▶ Si deja de fumar tan solo tres o cuatro semanas antes de la cirugía, se ha demostrado que disminuye la probabilidad de sufrir complicaciones.
- ▶ Cada día sin fumar, disminuye su riesgo de tener un infarto. Por cada semana sin fumar a partir de las cuatro semanas, sus chances de recuperación aumentan un 19 %.
- ▶ Si tiene inquietudes respecto a cómo fumar puede impactar el resultado de su cirugía, hable con su médico sobre opciones médicas y terapéuticas para ayudarlo a dejar de fumar.

HAY AYUDA SIN COSTO DISPONIBLE:

El asesoramiento y los medicamentos para dejar la nicotina son gratuitos por intermedio de varios programas y pueden duplicar o triplicar sus probabilidades de dejar de fumar de forma definitiva.

Para obtener más información sobre asesoramiento individual y otras opciones sin costo, consulte:

Líneas de ayuda:

1-800-QUIT-NOW

Envíe QUITNOW al 333888 (apoyo por mensaje de texto sin costo)

1-855-372-0040 (programas por teléfono y en línea)

Sitios web:

www.lifespan.org/centers-services/behavioral-medicine-clinical-services/smoking-cessation-counseling

www.quitlogix.org

www.smokefree.gov

www.ycq2.org – para integrantes de las Fuerzas Armadas de EE. UU.

Aplicaciones:



quitSTART



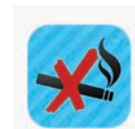
Smoke Free



Quit Guide



Quit Vaping



Quit It Lite