

## Una campaña para dejar el tabaco visita Xàbia

"HELP - Por una vida sin tabaco" pasó por Xàbia ayer por la mañana, como parte del tour que esta campaña de la Unión Europea está realizando por la geografía valenciana. Su objetivo es contribuir a que miles de ciudadanos den el primer paso para dejar el hábito de fumar.



Las personas que pasaron por el stand de esta campaña de concienciación tuvieron la oportunidad de recibir asesoramiento médico gratuito y realizarse una cooximetría para ver cuál es su concentración de monóxido de carbono en los pulmones.

El monóxido de carbono (CO) es un gas contaminante extremadamente tóxico, asociado a la combustión, y uno de los componentes más peligrosos del humo del tabaco -tanto para los fumadores como para los que los rodean-, que reduce la eficiencia del sistema cardiovascular y eleva el riesgo de formación de coágulos sanguíneos, entre otros riesgos.

Además, el público también tuvo la oportunidad de compartir a través de una grabación en vídeo sus trucos y consejos para dejar de fumar, o para no empezar.

"HELP - Por una vida sin tabaco" tiene como público objetivo a los jóvenes de 15 a 24 años, así como a los adultos de 25 a 35, y aborda el problema del tabaquismo desde varios aspectos. A través de la web [www.help-eu.com](http://www.help-eu.com) se puede encontrar información sobre los efectos del tabaquismo y sus riesgos, además de todo tipo de consejos para dejar de fumar o ni siquiera empezar.

El portal incluye vídeos con trucos absurdos para dejar este vicio que cada año mata a 650.000 personas -de los cuales 19.000 son fumadores pasivos- en la Unión Europea, lo que supone uno de cada siete fallecimientos y la principal causa de muerte evitable.

Y luego hay tanto revuelo con la gripe A...

Más información en [www.help-eu.com](http://www.help-eu.com)