

El fumar y las enfermedades del corazón

¿Cuál es la relación entre fumar y las enfermedades del corazón?

El uso de tabaco es una de las actividades más peligrosas que puede hacerle a su cuerpo. La nicotina tiene muchos efectos malos y puede elevar el riesgo para desarrollar problemas cardiacos y la posibilidad de tener un ataque al corazón o una embolia cerebral.

El cigarrillo es la principal causa prevenible de las enfermedades al corazón, y también incrementa las probabilidades para desarrollar cáncer.

Si fuma o está alrededor de otros que fuman en su hogar o trabajo, su riesgo para las enfermedades al corazón es mayor porque:

- El cigarrillo aumenta el colesterol malo y reduce el colesterol bueno.
- Sus arterias se vuelven más estrechas.
- La nicotina puede coagular la sangre dentro de un vaso y obstruir la circulación de la sangre.
- La nicotina puede hacer que su corazón lata más rápido y eleve su presión sanguínea.
- El cigarrillo hace que su corazón trabaje más.

¿Cómo puedo dejar de fumar?

- Hay muchas maneras de dejar de fumar. Hable con su médico sobre la mejor manera para usted.
- Llame a la línea de asistencia para fumadores de California al (800) No Butts (1-800-602-8887).

¡Esté activa, coma saludablemente, deje de fumar, hágase sus exámenes!

Este recurso fue desarrollado con fines educativos por la Oficina de Salud de la Mujer del Departamento de Servicios de Salud del Condado de Los Angeles. No sustituye las instrucciones de su proveedor de la salud. Hable con su médico sobre los riesgos y los beneficios de los tratamientos.

