

# 31 MAYO DÍA MUNDIAL SIN TABACO

CCOOncienciate, en el trabajo... Mejor sin malos humos!

## 10 RAZONES POR LAS QUE NO FUMAR EN EL CENTRO DE TRABAJO



- 1º) **POR LEY:** *Ley 42/2010, de 30 de diciembre, por la que se modifica la Ley 28/2005, de 26 de diciembre, de medidas sanitarias frente al tabaquismo y reguladora de la venta, el suministro, el consumo, la publicidad de los productos del tabaco.*
- 2º) **PARA EVITAR SANCIONES:** *Las infracciones leves se sancionarán con multa de 30 a 600 euros y las graves, con multa desde 601 euros hasta 10.000 euros.*
- 3º) **DERECHOS HUMANOS:** *gozar del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social.*
- 4º) **HUMO DE SEGUNDA MANO O TABAQUISMO PASIVO:** *este humo contiene los mismos químicos dañinos que los fumadores inhalan. No existe un nivel seguro de exposición.*
- 5º) **HUMO DE TERCERA MANO:** *son los residuos de nicotina y otras sustancias químicas que quedan en las superficies interiores debido al humo (ropa, muebles, paredes, etc.)*
- 6º) **TABAQUISMO DE CUARTA MANO:** *hace referencia al impacto medio ambiental y los riesgos para la salud de las colillas de los cigarrillos. Primera fuente de basura en el mundo y tardan hasta 10 años en descomponerse. Ojo, contaminan más que los plásticos.*



DEPARTAMENTO DE  
DROGODEPENDENCIAS  
Secretaría de Salud Laboral

**CCOO**  
comisiones obreras  
de Castilla y León

**7º) PARA EVITAR ACCIDENTES, INCENDIOS, DETERIORO:** el tabaco es frecuentemente el causante de incendios, de menos o mayor medida en diferentes contextos en los que la prevención lo debe tener en cuenta. Además se da deterioro de las instalaciones y equipos por efecto del humo ambiental.

**8º) IMAGEN DE LA ORGANIZACIÓN:** imagen de empresa preocupada por la salud de su personal, que protege a sus trabajadores, sobre todo a quienes no fuman, y que contribuye a la conservación del medio laboral y mejora del ambiente de trabajo.

**9º) SER MODELO DE ORGANIZACIÓN LIBRE HUMO:** los lugares de trabajo libres de humo de tabaco constituye un punto importante en la reducción de la mortalidad prematura y la morbilidad evitable entre la población activa.

## **10º) POR RESPETO A TODAS LAS PERSONAS, QUE COMPARTIMOS UN ESPACIO EN COMÚN.**

Si estás pensando en dejarlo... **Consultanos!**

983322431

drogodependencias@cleon.ccoo.es



DEPARTAMENTO DE  
**DROGODEPENDENCIAS**  
Secretaría de Salud Laboral

**Sabemos cómo Ayudarte!**

## **BENEFICIOS**

**3 días mejoras...**

La circulación.  
La respiración.  
El olfato, el gusto  
y el aspecto  
de la piel.

**1 año**

**Aumenta la capacidad pulmonar.**  
Se elimina la tos por las mañanas.  
**Se reduce el riesgo de infarto en un 50%.**

**10 - 15 años**

Se reduce el riesgo de cáncer de pulmón.  
Se iguala el riesgo de infarto y el de accidente cerebro - vascular con personas que nunca han fumado.

**Autocuida-t**



comisiones obreras  
de Castilla y León