

La Verdad Acerca del Cigarrillo

Preguntas

Escribe una “V” al final de cada frase si crees que la declaración es verdadera. Escribe una “F” al final de la frase si crees que la declaración es falsa.

1. El fumar es dañino sólo si fumas por mucho tiempo – 20 o 30 años o más.
2. El mismo químico que se usa para matar ratas se encuentra en el cigarrillo.
3. La nicotina en el tabaco es una droga extremadamente adictiva.
4. Las personas jóvenes quienes no fuman a diario no se volverán adictos.
5. Cigarrillos con bajo nivel de alquitrán y nicotina son sanos para fumar.
6. A las personas que comienzan a fumar después de los 21 años de edad les cuesta más dejar de fumar que a las personas que comienzan a más temprana edad.
7. Si pasas tu adolescencia sin fumar, es muy probable que pases el resto de tu vida libre del vicio del cigarrillo.
8. Es más fácil empezar a fumar que dejar de fumar.

La Verdad Acerca del Cigarrillo

Respuestas

1. El fumar es dañino sólo si fumas por mucho tiempo – 20 o 30 años o más.

Falso. Algunas enfermedades causadas por el cigarrillo, tales como el cáncer y las enfermedades del corazón, pueden tomar mucho tiempo para desarrollarse. Pero el daño a tus pulmones comienza con el primer cigarrillo que te fumas. Por eso es que la mayoría de la gente tose y se siente mareada, con náusea, o falta de aire la primera vez que fuman.

2. El mismo químico que se usa para matar ratas se encuentra en el cigarrillo.

Verdadero. Los cigarrillos contienen cianuro, un veneno mortal que se usa para matar ratas. Otros químicos venenosos que se encuentran en los cigarrillos incluyen la nicotina, la cual se usa para matar insectos.

3. La nicotina en el tabaco es una droga extremadamente adictiva.

Verdadero. La nicotina es tan adictiva como la heroína o la cocaína.

4. Las personas jóvenes quienes no fuman a diario no se volverán adictos.

Falso. No hay un nivel sano para fumar. Cualquier uso regular de la nicotina entre la gente joven puede llevar a la adicción.

5. Cigarrillos con bajo nivel de alquitrán y nicotina son sanos para fumar.

Falso. No existe un cigarrillo sano, no adictivo. Los puros y el tabaco de masticar no son alternativas sanas al cigarrillo.

La Verdad Acerca del Cigarrillo

Respuestas (continuadas)

6. A las personas que comienzan a fumar después de los 21 años de edad les cuesta más dejar de fumar que a las personas que comienzan a más temprana edad.

Falso. Las personas que empiezan a fumar antes de los 21 años de edad pasan más trabajo para dejar de fumar. Mientras más joven es la persona cuando empieza a fumar, más probabilidad tienen de volverse muy adictos a la nicotina.

7. Si pasas tu adolescencia sin fumar, es muy probable que pases el resto de tu vida “libre del vicio” del cigarrillo.

Verdadero. Más de un 80 por ciento de los fumadores adultos empezaron antes de los 18 años de edad. Pocas personas empiezan a fumar después de adultos. Así que si pasas tu adolescencia sin fumar, probablemente nunca empezarás.

8. Es más fácil empezar a fumar que dejar de fumar.

Verdadero. Tres de cada cuatro adolescentes quienes fuman a diario dicen que siguen fumando porque es muy difícil dejar de fumar.