

La Diabetes, el Fumar, y Su Salud

El fumar tiene efectos negativos en su diabetes y su salud. Cuando deje de fumar, usted tendrá más energía, vivirá una vida más larga, controlara mejor su diabetes y tendrá menos riesgos de sufrir un ataque al corazón o de sufrir una embolia.

Hable a la Línea de Ayuda para Fumadores – es Gratis, es Rápido y es Fácil:
1-800-45-NO FUME ó 1-800-456-6386

Ojos

El fumar hace que sus problemas de la vista empeoren, lo que puede resultar en ceguera.

Dientes

El fumar aumenta el riesgo de desarrollar enfermedades en las encías y puede perder sus dientes.

Nervios

El fumar aumenta el riesgo de dañar a sus nervios. Esto puede causar entumecimiento, dolor y problemas de digestión.

Corazón

Los fumadores con diabetes son 11 veces más propensos a sufrir un ataque al corazón o de sufrir una embolia en comparación con las personas que no tienen diabetes y no fuman.

Pies y Piernas

Fumar puede causar problemas muy serios en sus pies y piernas, como mala circulación, infecciones y úlceras. El fumar aumenta el riesgo de amputaciones.

Glucosa (Azúcar) En La Sangre

El fumar aumenta el nivel de glucosa (azúcar) en la sangre y disminuye la capacidad del cuerpo de usar la insulina, haciendo más difícil el control de la diabetes.

Riñones

El riesgo de desarrollar enfermedades de los riñones aumenta por tres veces de lo normal cuando uno fuma. Las medicinas para prevenir las complicaciones de los riñones no funcionan muy bien en los fumadores.

Colesterol

Mucha gente con diabetes tiene altos niveles de colesterol. El fumar empeora esta condición aumentando la acumulación de colesterol en las paredes de las arterias. Esta condición aumenta su riesgo de sufrir un ataque al corazón o de sufrir una embolia.

¡Deje de fumar hoy mismo!



California
Smokers'
Helpline
1-800-NO-BUTTS

**Habla a la Línea de Ayuda para Fumadores de California
al 1-800-45-NO FUME ó 1-800-456-6386**

Para más información sobre la diabetes:

Programa de Diabetes de California: (916) 552-9888 ó www.caldiabetes.org
Asociación Americana de Diabetes: 1-800-DIABETES (1-800-342-2383) ó www.diabetes.org