Ofrecen terapias gratuitas para dejar de fumar

Posted on 22 de enero de 2023 by Diario Humano

Gobierno del Estado proporciona atenciones gratuitas de profesionales de psicología ayudan a las personas que buscan desistir de este consumo

Diario Humano | La Paz, Baja California Sur. –Como parte del fomento de hábitos de vida saludable que son decisivos para fortalecer las condiciones de bienestar de las y los sudcalifornianos, el Gobierno del Estado, a través de la Clínica de Ayuda para Dejar de Fumar, proporciona atenciones gratuitas a las personas que en este inicio de 2023 se establecieron el propósito de abandonar el consumo de tabaco.

En esta unidad médica que se encuentra en la ciudad de La Paz y que es coordinada por la Red Estatal de Salud Mental y Adicciones (RESMA), se brindan alternativas terapéuticas gratuitas a las y los ciudadanos que están decididos a dejar de fumar, con la perspectiva de prevenir aquellos padecimientos que están asociados a este consumo, informó la secretaria de Salud en la entidad, Zazil Flores Aldape.

Las atenciones se ofrecen a toda persona sin importar derechohabiencia. Estas constan de 10 sesiones de terapia psicológica que ha demostrado ser eficiente, basada en un modelo cognitivo-conductual que incrementa y potencia la motivación de las personas para desistir de este hábito, enfrentar la abstinencia y romper con su dependencia, agregó.

Flores Aldape indicó que los beneficios para la salud al dejar de

fumar son muchos, ya que a corto plazo mejora la presión arterial y oxigenación pulmonar; después del primer año, el riesgo de afecciones cardiacas se reduce; al dejar de fumar se disminuyen además las posibilidades de conforme de desarrollar cáncer pulmonar y de otro tipo.

De igual manera, al abandonar ese consumo se evita que otros integrantes de la familia se conviertan en fumadores pasivos por exposición al humo de tabaco, subrayó la funcionaria al puntualizar que las personas interesadas en este servicio deben llamar al número 612-122-4659 de la Clínica para Dejar de Fumar o acudir directamente a las instalaciones en calle Bravo esquina con Josefa Ortiz de Domínguez, en el primer piso.