

TOBACCO KILLS.

Tobacco use is the #1 preventable cause of death and disability. It is responsible for about 24,000 deaths in Texas and 800 deaths in Travis County each year. Austin Public Health (APH)

In Travis County, there are 15 deaths per week due to tobacco use. APH

Secondhand smoke kills both smokers and nonsmokers. In Texas, 4,300 nonsmokers die each year from exposure to secondhand smoke. APH

Tobacco-free workplaces protect workers and visitors from secondhand smoke and help tobacco users to quit or cut back. Other workplace programs and benefits support those who want to quit in taking their first step in living tobacco-free.



FACTS ABOUT TOBACCO-FREE WORKPLACES

Tobacco-free workplaces create a healthier, more enjoyable, and productive environment for everyone. That's why Live Tobacco-Free Austin encourages all businesses, schools, and organizations to consider having comprehensive tobacco-free worksite policies.

TOBACCO-FREE WORKPLACE POLICIES SAVE LIVES AND SAVE MONEY.

In a place with no tobacco use indoors or outside, workers become healthier, miss less work, are more productive, and have lower health-care costs. Centers for Disease Control and Prevention

The direct economic costs of cigarette use in Texas exceed \$20 billion per year, including health-care expenditures and productivity losses. Four 10-minute smoke breaks a day amount to a full month of work spent smoking. Pennsylvania State University, 2010

Business owners may negotiate lower health, disability, and life insurance rates. Action on Smoking and Health

EXAMPLES OF TOBACCO-FREE WORKSITE STRATEGIES

- Don't allow tobacco use indoors or outdoors on the property, including parking lots.
- Offer a health benefit plan that includes coverage for quit help at reduced or no cost.
- Offer free onsite support groups to employees who want to quit.
- Provide financial incentives to employees who do not use tobacco or who quit.
- Host regular info sessions to share the importance of quitting tobacco and where to go for free help.

NEED SUPPORT TO GO TOBACCO-FREE?

SmokefreeTXT offers 24/7 free advice and tips to help smokers quit smoking and stay quit. Text the word AUSTIN to 47848 or sign up online at <http://smokefree.gov/smokefreetxt.gov>

Austin Public Health can assist your workplace with the tools and help needed to go tobacco-free. For more information, email info@livetobaccofreeaustin.org.

EL TABACO MATA.

El uso del tabaco es la principal causa evitable de muerte y discapacidad. Es responsable de aproximadamente 24,000 muertes en Texas y 800 en el condado de Travis cada año. Salud Pública de Austin (APH)

En el condado de Travis, ocurren 15 muertes a la semana a causa del uso del tabaco. APH

El humo de segunda mano mata tanto a los fumadores como a los que no fuman. En Texas, cada 4,300 personas que no fuman mueren cada año por la exposición al humo de segunda mano. APH

Los lugares de trabajo libres de humo protegen a los trabajadores del humo de segunda mano y ayudan a los consumidores de tabaco a dejarlo o reducir su uso. Otros programas y beneficios para los lugares de trabajo apoyan a las personas que desean dar el primer paso para vivir libre de tabaco.

LAS POLÍTICAS DE LOS LUGARES DE TRABAJO LIBRES DE TABACO SALVAN VIDAS Y AHORRAN DINERO.

En un lugar en el que no se puede usar tabaco ni adentro ni al aire libre los trabajadores son más saludables, más productivos y tienen costos de atención médica más bajos. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

Los costos económicos directos del uso del cigarrillo en Texas sobrepasan los \$20 mil millones al año, incluyendo los gastos de atención médica y las pérdidas de productividad. Cuatro descansos de 10 minutos para fumar al día constituyen un día completo al mes fumando. Universidad Estatal de Pensilvania, 2010

Los propietarios de negocios pueden negociar tarifas de seguros médicos, seguros por discapacidad y seguros de vida más baratos. Action on Smoking and Health

HECHOS SOBRE LOS LUGARES DE TRABAJO LIBRES DE TABACO



Los lugares de trabajo libres de tabaco crean un ambiente más saludable, agradable, y productivo para todo el mundo. Es por eso que Vive Libre de Tabaco Austin alienta a todos los negocios, las escuelas y las organizaciones a que adopten políticas abarcadoras para lugares de trabajo libres de tabaco.

EJEMPLOS DE ESTRATEGIAS PARA LUGARES DE TRABAJO LIBRES DE TABACO:

- No permita el uso del tabaco ni dentro ni fuera de la propiedad, incluyendo el estacionamiento.
- Ofrezca un plan de beneficios médicos que incluya cobertura reducida o a ningún costo para la ayuda dejar de fumar.
- Ofrezca grupos de apoyo en el lugar de trabajo a los empleados que quieran dejar el tabaco.
- Provea incentivos financieros para los empleados que no usen o dejen el tabaco.
- Organice sesiones informativas regulares para compartir la importancia de dejar el tabaco y dónde buscar ayuda gratis.

¿NECESITA APOYO PARA VIVIR LIBRE DE TABACO?

SmokefreeTXT ofrece apoyo y consejos gratis las 24 horas del día, los 7 días de la semana para ayudar a los fumadores a dejar de fumar y no recaer. Envíe por texto la palabra AUSTIN al 47848 o inscríbese en línea en <http://espanol.smokefree.gov/smokefreetxt-espanol-sobre>.

Salud Pública de Austin puede ayudar a su lugar de trabajo con las herramientas y ayuda necesaria para vivir libre de tabaco. Para más información, envíe un mensaje de correo electrónico a info@livetobaccofreeaustin.org.