

**Sociedad Navarra de Medicina de Familia y Atención Primaria - SNaMFAP**

**VII Semana sin Humo (año 2006) – II CERTAMEN CARTA ABIERTA A UN FUMADOR**

2º premio 1º ESO castellano

Autora: Leyre Goñi, colegio “Santo Tomás” (Pamplona)

---

**Es tu responsabilidad**

Querido amigo:

Al ver esta carta lo primero que pensarás será: “Seguro que es como todo lo demás, el tabaco mata, produce cáncer, bla, bla, bla ...” Puede que lo sea, pero eso no lo decido yo, sino tú.

Lo que me propongo con esta carta es que reflexiones sobre el hábito de fumar y sus consecuencias. Te aseguro que nada de lo que viene a continuación me lo he inventado. Si no te importa, me gustaría hacerte una pregunta: ¿QUÉ TE APORTA EL TABACO?

He intentado responderla, pero no se me ocurre nada ya que lo único que se me viene a la cabeza son problemas:

- Te gastas un pastón
- Enfermedades
- La muerte
- Esclavitud ...

Podría continuar, pero esta carta sería demasiado extensa. Vamos a analizar cada uno de los problemas que he citado:

**TE GASTAS UN PASTÓN:** ¿Acaso no es verdad? Hagamos la prueba. Suponiendo que fumas un paquete al día y que una cajetilla te cuesta 2.50 €, a la semana gastas unos 17€, al mes 70 € y al año unos 850€. No creo que el tabaco sea tan necesario como para gastar tanto dinero.

**ENFERMEDADES:** A nadie le gusta estar enfermo. Pues tú, cada vez que pones un cigarro en tus labios, estás más enfermo. Pero no sólo tú, sino todos los que te rodean y sin que te des cuenta los estás enfermado también a ellos. Tú elegiste fumar

libremente pero ellos no, y precisamente a los que fueron valientes para no hacerlo tú les estás causando una enfermedad. Es tu responsabilidad.

**MUERTE:** ¿Tan necesario es para ti fumar que eres capaz hasta de dar la vida? Puedes pensar eso de que “a mí no me va a pasar”, pero ... ¿quien te lo asegura?

**ESCLAVITUD:** Mientras lees esta carta, a medida que vas llegando al final, estás pensando en coger un cigarro, y este hecho te pierde, ya has olvidado reflexionar sobre ella; poco a poco vas desconcentrándote, pensando lo bien que te sentaría en estos momentos un cigarro. Puede que ahora estés leyendo esta carta pero que no te enteres de su contenido, ya que ahora estás intentando recordar donde dejaste esa cajetilla que compraste esta misma mañana en el estanco de la esquina. Ya la has encontrado, te das cuenta que es el último cigarro que queda, lo coges, lo enciendes, y le das una calada.

MAÑANA VOLVERÁS A COMPRAR OTRA CAJETILLA  
TENDRÁS MENOS DINERO  
TE HABRÁS ENFERMADO UN POCO MÁS  
ESTARÁS MÁS CERCA DE LA MUERTE  
Y SENTIRÁS GANAS DE DARLE OTRA CALADA

Estos hechos se repiten en ti cada día. ¿NO ESTÁS YA CANSADO?.

¡DECÍDETE Y PASA DEL TABACO!

Tu amiga:

Yaicai