

# Non y puntu

porque fumar nun presta

María Jesús Chacón Huertas

Romina Soto

+11



Esti llibru fízose gracias al patrociniu de GSK cola  
collaboración de Cátedra Respira Vida de la UAM :



WEEBLEBOOKS

© 2019

Autora: María Jesús Chacón Huertas  
Ilustraciones: Romina Soto  
Corrección de testu: Dolores Sanmartín

<http://www.weeblebooks.com>  
[info@weeblebooks.com](mailto:info@weeblebooks.com)

Madrid, España, mayu 2019

Códigu: NP-ES-CPU-OGM-190014\_V1\_052019

A efectos de trespereancia, informámos-y que GSK collaboró na financiación d'esta espublización. El so contenú amuesa les opiniones, criterios, conclusiones y/o pescudamientos propios de los autores, que puen o non coincidir necesariamente colos de GSK. GSK recomienda siempre l'usu de los sos productos acordies cola ficha técnica aprobada poles autoridaes sanitaries.

# Col reconocimiento y/o aval social de:



**Pa la mocedá valiente  
que s'altreve a caltener  
les sos ideas.**

El consumu de tabacu convirtióse nuna de les esmoliciones cimeres en rellación cola salú pública.

¿Por qué s'entama a fumar? ¿Qué s'escuende tres esti vezu? ¿Conoz la mocedá los riesgos y les enfermedaes que puen alcontrar nel futuru?

L'aceptación social ye la primer causa qu'atrái a la mocedá al tabacu. El desafíu a les normes, la presión de los amigos y hasta compartir la vivienda con unos pas fumadores son otros.

Esti llibru trata d'esa primer rellación de los adolescentes col tabacu. Inxértase como un xuegu que va enganchando pasín a pasu hasta que se vuelve una adicción.

Pero tamién trata de cómo otros mozos valientes non sólo nun caen nel tabaquismu, sinón que lu combaten y lluchen polos sos amigos.

El retu de la nuestra sociedá ye evitar que la mocedá entame a fumar. Pa ello fai falta, de mano, apurri-y información, da-y exemplu y, sobre manera, facer que seyan valientes y digan NON.

Estaya de Rellaciones con Pacientes GSK España

A los míos amigos y a min préstennos los viernes pela tarde. Esa sensación d'acabar el cole xu y l'insti, de dir dar una vuelta ensin priesa pa volver pa casa, yera increíble. Siempre que'l tiempu nos dexaba, avezábemos a dir en bici al nostru vieyu escampáu. N'iviernu, nesos díes grises y lluviosos nos que nun nos apetecía facer nada, quedábemos tranquilos na caseta la güela de Javito. Entós, víemos una peli o xugábemos a dalgún xuegu d'esos qu'había perhí.

Pocos díes faltáremos a la nuestra cita selmanal, y eso que más d'una vegada acabábemos discutiendo. Lueu, al viernes siguiente xuntábemonos como si nada.

**Somos siete na camaretada: tres mozos y cuatro moces, de terceru y cuartu de la ESO. Y, aunque foos nos conocemos dende siempre, va dos años que nos prestaba salir asina, a la nuestra manera.**



Javito ye'l mio mejor amigu. Ye poco falador, mui introvertíu pa les sos coses. Cuésta-y espresar el so mundu y los sos sentimientos. A min, sicasí, préstame falar, sedrá por eso que somos uña y carne. Cuando aconceyamos toos, él prefier escuchar. Dende la vuelta a clas nótolu dalgo raru, nun sé, a mi nun m'engaña. Él diz que non, pero yo creo que-y sigue prestando Julia.

Julia ye la llista del grupu, la que nunca estudia y siempre saca bones notes. Mios pas dicen qu'eso acabará dalgún día. Amás, toca'l pianu desque yera neña. L'añu pasáu convidónos al so conciertu de fin de cursu y prestónos a esgaya. Dende entós, entovía la almiramos más. Ella diz que somos unos esaxeraos, que nun ye pa tanto.

Quando, a la fin, falé con Javito de lo que-y pasaba, confesó que Julia nun yera la razón pola que taba asina.



—Que non, daveres, Sergio, que yá nun me gusta. Si en verdá nun me pasa nada, nun creas. Namái quería que supieres que..., qu'esti branu fumé un poco. Pasábame eso: que taba fastidiáu porque nun lo sabíes. ¡Hala, yá lo solté! Nun-y lo digas a naide, ¿eh?

Quedé a cuadros. Nun lo podía creer. Javito y yo tuiéremos munchos alderiques sobre'l tabacu y siempre dicíemos qu'examás fumaríemos. Mirélu a los güeyos y namái m'altreví a dici-y:

—Bono, hai otres coses peores.

Los vienres falamos de too. A vegaes tamién vienen los nuestros otros amigos, y eso

mola porque asina tenemos más temas de conversación. Ye la tarde na que compartimos les nuestros rises, los nuestros problemes y ilusiones y, por qué non, tamién les nuestros llocures...



## Un vienres de primeros d'ochobre, nun sitiu separtáu de la ciudá

—¡Vamos, mozos, que yá falta poco pa llegar! —animé a los mios amigos, ensin parar de pedaliar.

—¡Tu siempre igual, Sergio! Nun ye verdá, entavía falta muncho, ¡graciosu! —quexóse la mio hermana pa nun variar.

—¡Ye que tu nun canses enxamás! —contestó Carlos sorrollante.



Güei fai una tarde pímpana pa dir al escampáu. Aprovechando'l bon tiempu, fui quien a convencelos pa pedaliar un pocoñín más de lo normal. Raquel, la mio hermana, tuvo los trenta y tres minutos que nos costó llegar ensin parar de protestar. Yo, como toi avezáu a ella, nun-y faigo munchu casu.

Ye la tercer vegada que venimos esti cursu. Inda tamos poniéndonos al día de les histories del branu y de les novedaes del colexu y l'insti. Javito cuntónos lo bien que lo pasare nes fiestes del so pueblu. Carlos, el graciosín del grupu y el que más sal de toos, quexóse de que-y tocaren los profes más esixentes. Eso sí, prometió qu'esti añu diba estudiar un pocoñín más. María, la meyor amiga de Ruth, nun paraba de dici-y a Carlos que qué suerte tenía con sos pas porque los suyos nun dexaben de controlala y tar enriba d'ella tol día. A tolos mozos-yos prestaba Ruth, pero a ella nun-y gustaba nengún. A Ruth prestába-y mucho pintar. Julia llamentábase de que-y tocare'l peor profesor de Llinguax Musical de tol conservatoriu. Raquel y yo cuntámos-yos que muchos de los nuestros amigos del pueblu yá fumaben daveres. Y que nuestro tío Antonio morriera había tres años pol tabacu.

Vi cómo Carlos y María se miraben disimuladamente.



Entós Carlos aprovechó la situación pa meter la mano nel bolsu y sacar un cigarru. María ufiertó-y el chisqueru. Prendiólu dulces y, depués de delles calaes, entamó a contanos:

—Como veis, mozos, María y yo tamién fumamos. Bono, en realidá, yo fumo un poco más qu'ella, unu de xemes en cuando. ¡Eso nun ye fumar! Nun fumáremos con vós entovía porque sabemos que nun vos presta.

—Yo fumo mui poco, ¿eh?, ufiertáronme esti branu nel camping y, claro, nun diba dicir que non. Amás, noté qu'hasta me relaxa un poco —xustificóse María énte los sos amigos.

—¿Queréis una calada? —entrugó Carlos.

—NON —retruqué enfadáu.

—Nun sé por qué nun lo pruebes, Sergio, nun pasa nada —insistió.

—**¡NON y puntu!** —volví retrucar. Amás, nun tengo por qué date esplicaciones.

—Tu yes el que pierdes. ¡Fumar presta!, ¿verdá, María?



Julia, Ruth, Raquel y Javito tamién dixeron que non cola tiesta. Vi cómo Javito, incómodu pola situación, púnxose dalgo coloráu.

El mio “non” rotundu, xunto col fumu molesto que caldiaba l’ambiente, estropiare la nuestra tarde. Esta vegada foi la mio hermana la que m’echó un cable:

—Amás, supongo que sabéis qu’a nós tamién nos contamináis col vuestro mal fumu, ¿non? Lo malo nun ye que fuméis vós, el problema ye que fumamos toos. Contamináinos col fumu qu’echáis.

—¡Qué esaxerada, ne! —esclamó María roceana.

—Que non, María, nun esaxero, ye verdá. Sélo porque’l médicu dicía-ylo a mio tío Antonio. Insistía-y en que l’aire contaminao pol fumu del tabacu ye peor que lo que respira’l fumador. Asina, faciéndu-y ver que perxudicaba a los de so, intentaba convencelu pa que dexare de fumar. A la fin convenciólu, pero mui tarde...

—Bono, bono, nun sé, nun creo que seya pa tanto —duldó Carlos.

Carlos y María insistieron en que nun-y diéremos tanta importancia, que nun taben enganchaos y que podríen dexalo cuando quixeren. Y asina, como ellos nun-y dieron importancia, nós decidimos nun dá-yla tampoco.

**Dende entós, el tabacu, los cigarros y el fumu acompañábenos tolos vienres pela tarde. Ellos tamién s’axuntaron a la camaretada, yeren unu más de nosotros y, por desgracia, unu de los nuestros temas seguros de conversación.**



## Un viernes de primeros de xineru, na caseta la güela

—Mio güelu fumó tola vida y vivió hasta los noventa años —dixo Ruth arguyosa—. Y yá sabéis que mio pá fuma dende siempre. Tien muncha tos y dalgún catarru de xemes en cuando. Según él, nada importante. Eso sí, diz que-y falta l'aire cuando va dar un paséu con mio ma. El mio hermanu mayor yá lleva tres años fumando. Compra un paquete al día. Diz que nun los fuma toos, que los reparte pante los sos amigos. Asina que les úniques que nun fumamos en casa somos mio ma y yo. ¿Y a que nun aldovináis quién va más al médicu?

—Quién va ser, ta claro, ¡to pá! —contestó Julia ensiguida.

—¡Pues non! Ye mio ma la que nun para de dir al médicu últimamente. ¡Ea, la única que nun fuma!

—Igual ye porque ye más sano fumar que nun fumar, ja, ja, ja —ría Carlos burllonamente.

Como vio que'l so comentariu nun nos ficiere nin plizca gracia, amestó:

—Nun vos pongáis asina, mozos, vaya caretos. ¡Namás yera una broma!



Javito, que tuviere a piques d'intervenir delles vegaes, atrevióse a dicir:

—Igual to ma va tanto al médicu porque to pá fuma tol día, ¿non? Pol aire contaminao eso que dicía Raquel.

—Ye verdá, pue ser —afitó Julia.

Ruth, enfadada pol comentariu de Javito, riñólu:

—¡Cómo va dir al médicu por eso! Va porque se fatiga muncho. Sedrá que se fai mayor, namás. Ye que tienes unes coses, Javito...

La conversación animó a Carlos a prender un pitu. Dicíanos que desque fuma siéntese más importante, más guapu. Y asina lliga más...

—¿De xuru que lligues más? Enxamás echaría un noviu que fume, colo mal que güel l'aliendu, ¡puafff, qué ascu! Amás, colo caro que ye un paquete, prefiero dir al cine, por exemplu.

Carlos, inorando'l comentariu de Julia, dixo irónicamente:

—¿Unu a medies, María? Yá sabes, pa nun dir al médicu, ja, ja, ja.

—Val, ¿dalguién quier una calada?

Ruth, que tuviere tentada a probalo delles vegaes, esta vez cayó.

—Venga, va, pero una namái.

María desplicó-y qué tenía que facer pa nun atragantase.  
Ruth molestóse por ello.



—A ver, que llevo tola vida viendo fumar a mio pá, que yá sé lo qu'hai que facer.

Carlos dio la primer calada, lueu pasó-y lu a María y, pa rematar, a Ruth.

Les nuestres miraes centráronse nella. Dispuesta a demostranos lo fácil que yera, dio una calada tan fuerte que s'atragantó ensiguida y tuvimos que da-y delles palmaes pa que dexare de tusir. Toos rimos pola cara que punxo.

—Nun ye tan fácil, non. Cof, cof, cof. Sedrá cuestión de práctica —dixo.



Asina foi como ente l'escampáu y la caseta pasamos el cursu y llegó'l branu. Lo peor del branu yera que dexábemos de venos cuasi tres meses. De mano siempre intentábemos quedar, pero cuasi nunca lo conseguíemos. Lueu, como cansábemos d'intentalo, desaparecíemos del mapa hasta qu'en setiembre volvíemos al colexu o al insti.

## Un viernes de primeros d'ochobre, nel mesmu sitiu separtáu de la ciudá

—¡Ufff, cuasi nun lleigo! Paez que l'escampáu ta más lloñe esti cursu, ¿non? —  
quexábase Raquel, cansada de tanto pedaliar.

—¡Yá falta menos, venga, quexica! —animé a la mio hermana.

Que la mio hermana y yo teamos na mesma camaretada tien les sos ventayes, pero tamién les sos torgues. A min préstame facer deporte, a ella non tanto; poro, protesta y, claro, cuasi siempre reñimos por ello. Sacante esto, tengo que reconocer que nos llevamos bien, nel fondu ye un cachu pan.

Esti cursu namái vinimos dos vegaes al  
nuestro escampáu. Punxímonos al día del  
branu más rápido que l'añu pasáu.  
Supongo que nos cuntamos menos coses  
porque hai coses que nun fai falta cuntar.

Agora, Carlos y María yá nun fumen de xemes en cuando.  
Fumen caldía. Agora, ye Ruth la que fuma dacuando. Asina que  
yá tenemos tres fumadores na camaretada... Bono, en realidá,  
cuatro pa mi.



Mientras Ruth y María fumaban a medias un pitu, Carlos disfrutaba del suyu. Ente calada y calada, cuntónos cómo entamó a fumar.

—Foi naquela fiesta a la que m'invitaron los míos collacios de balonmano, ¿alcordáivos? Pues nesa, va unos dos años. Cuasi toos fumaban y yo nun quería ser el raru, asina que di unes cuantes calaes. Convenciéronme porque dicíen que fumar tampoco ye tan malo, qu'hai muncha xente que fuma y nun pasa nada. El casu ye qu'agora creo que toi engancháu, nun sé si sedría quien a dexalo. Míos pas entavía nun lo saben, nun me garraron entá. Ellos nun fumen enxamás, cuasi naide de la mio familia fuma.



Quedó pensando un momentu lo qu'acababa de dicir y reculó:

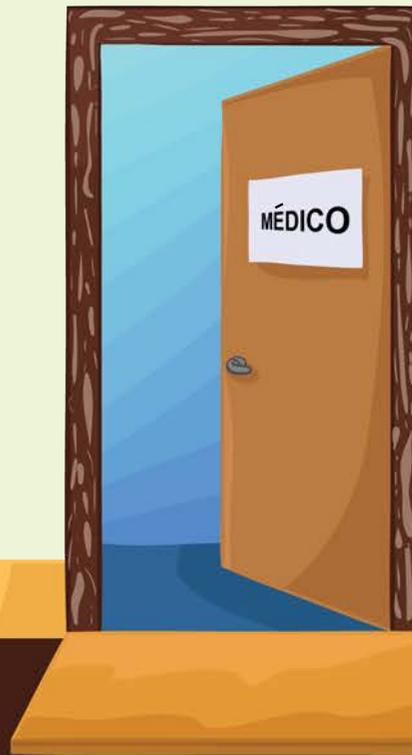
—¡Ah, sí! El tío Juan sí que fuma, sí. Sé que tuvo ingresáu delles vegaes últimamente. Claro que, teniendo en cuenta que fuma dos paquetes al día, supongo que sedrá normal. Desque yera pequeñu, recuérdolu con un cigarru ente los deos. ¡Ye como si naciere con seis deos envede con cinco!

L'ecu de les rises resonó nel escampáu.

—Pues, falando de paquetes, ¿a que nun sabéis qué? ¿Alcordáisvos de que vos cuntamos que nuestro tío morriere pol tabacu? —dixo Raquel.

—Sí, sí.

—Mio tía Marga, la so muyer, ta diendo al médicu porque siente que-y falta l'aire, fatígase muncho; como to madre, Ruth. Y ella tampoco fumó nunca. Mio tío Antonio tamién fumaba dos paquetes al día como to tío Juan, Carlos. Cuando pienso nél,



recuérdolu escondíu na ñublina de los sos cigarros, fumando ensin parar na cocina de so casa. ¿Alcuérdeste, Sergio...? La tía díxome ayeri que tenía que dir al médicu l'hospital dientro poco. Toi pensando n'acompañala, si pueo.

—Val, asina comprobarás que lo que-y pasa nun tien nada que ver col tabacu. Y yo de pasu tamién quedaré más tranquila por mio ma.

—Yá podía ser asina, pero creo que vas tar equivocada, Ruth.

Javito, que sintiere con interés la desplicación de Carlos sobre cuándo entamó a fumar, entrugó-y:

—Y si te garren tos pas, ¿qué fadríes?

—Tu fales poco, Javito, pero cuando fales... ja, ja, ja —retrucó-y Carlos burllonamente—. Pues qué voi facer... ¡ta claro! Siguir fumando, pero a escondíes. Amás, si me lo prohibieren, más emocionante, ¿non? Pero, vamos, nun creo que me garren, cuasi nun los veo...



Nun pasaren nin diez minutos desque Carlos apagó'l cigarru hasta que volvió a prender el siguiente. Dio una calada, pasó-y lu a Ruth, y esta ufiertónos:

—¿Dalguién quier una caladina?

—¡Que NON! —diximos Javito, Julia, Raquel y yo.

Nun-yos dimos tiempu pa que nos entrugaren el por qué. Mirámonos, cuntamos hasta tres en silenciu y esclamamos:

—**¡NON y puntu!**



Ruth yá nun s'atragantaba al fumar. Garraba'l cigarru cola elegancia de les actrices de les series de moda. Echaba suavemente'l fumu del so pitu. Por supuestu, María y Carlos acompañábenla. Depués de delles calaes, entamó a cuntanos:

—Mio ma foi ayeri otra vegada al médicu porque siempre ta mui cansada y agora, pa más, tien una tos de perru... El so médicu del centru de salú derivóla al especialista del hospital porque al final cuntó-y que toos fumamos e n casa menos ella. Y, claro, cuando s'enteró, echó les manes a la cabeza. Díxo-y que con tan mal fumu en casa yera normal que tuviere asina. Amás, como ma trabaya dende casa, malapenes sal. Insistió en que convenciere a pá pa que fuere a visitalu darréu.

—Sí que tienes mal fumu, sí, cuando t'enfades nun hai quien t'aguante —comentó Carlos.

—¡Ja, ja, ja!, ¡qué graciosu!

—Jo, pues nun ye por asustate, Ruth, pero recuérdame a mio tío Antonio y a mio tía Marga —opiné.

—Asina, que yá saben en to casa que fumes y como si nada, ¿non? ¡Qué suerte! —esclamó envidiosa María.





Ruth quedó pensando no que-y dixere de mios tíos, pero nun dixo nada. Prefirió contesta-y a María.

—Pues tu, cuando quieras, vienes a casa y podremos fumar tranquilamente. Yá verás cómo mola nun tener qu'escondese de naide. Voi enseñate los mios últimos dibuxos, ¿val? Y llueu podemos ver una peli, si quies...

—¡Val! —esclamó María, emocionada pola propuesta de Ruth—. Desque me garraron el branu pasáu, mios pas nun paren de dame la murga tol tiempu. L'otru día hasta apaecieron en casa con dellos paquetes de los sos compañeros de trabayu y lleéronme lo que dicíen como si fuere una neña de cuatro años: Fumar mata, Fumar daña los pulmones, El so fumu ye malo pa los sos fíos, familia y amigos, Fumar aumenta'l riesgu de ceguera...

—¿En serio? ¡Vaya pas pesaos que tienes! Pues, la verdá, sí que tengo suerte, sí — reconoció Ruth arguyosa.



—Yo, la verdá, nun sé..., nun entiendo por qué fumáis —manifestó la mio hermana.

—¿Que por qué fumamos? Pues a min, por exemplu, fumar un cigarru depués de xintar o cuando toi nerviosa colos esámenes tamién me relaxa, como a María. Creo qu'hasta m'ayuda a concentrarme.

—Eso dicen los fumadores profesionales, Ruth, que fumar relaxa. ¡Norabona! —reprochó-y Raquel.

—Amás, digo yo, si fuere tan malo pa la salú como dicen tos pas, María, nun habría tantes películes nin programes de televisión nos que paez que fumar ta bien, ¿non? —dixo Carlos.

—Eso, eso —sofitó Ruth.





—Mios pas dícenme que la nicotina del tabacu crea hasta más dependencia que cualquier otra droga —afirmó María.

—¡Qué esaxeraos, nun lo creo! —burlóse Carlos—. El tío Juan, amás de tener los dientes mariellos, ta mui engurriáu. Ye de la edá de mio pá y paez que tien diez años más. Diz que nun tien olfatu nin gustu, que nun distingue los golors nin los sabores. Y falando de pelis, él ye actor, anque, bono, agora trabaya poco porque ta cada dos por tres nel hospital.

—De xuru que too eso tamién ye pol tabacu. Lo de los dientes mariellos ye de les poques cosas que sabemos. T i e n tantos efectos negativos... —afirmó Julia.



—¡Ta ocurriéndoseme una idea! Como mio tío ye médicu y trabaya nel hospital, pueo dici-y que si podemos quedar dalguna tarde con él. Asina podrémos face-y toles entrugues que queramos. ¿Qué vos paez?

—Nun ye mala idea, Julia —opinó Ruth.

—Val, bien —dixeron Carlos y María ensin más.

—¡Perfecto! Cuando fale con él, dígovos.

¡Qué bona idea tuviere Julia! Per un momentu, pensaba na posibilidá de que los míos amigos dexaren de fumar dalgún día. Nes pelis siempre dicen que los sueños cúmplense, ¿non?





Cuando nos despedimos esa tarde, Javito díxome que si podía venir a casa un momentu. Díxi-y que sí, claro.

Javito seguía fumando solo un poco y a escondíes. Naide sabía que fumaba nin quería que lo supieren. Creo qu'eso yera bono. Yo, por supuestu, guardé-y el so secretu y nun-y lo cuntare nin a la mio hermana.

—Enantes, cuando Carlos faló de so tío Juan, quedé cola intriga de lo de la piel engurriao. ¿Crees que fumar tamién avieya?, ¿qué pienses, Sergio?

—Pues que vamos comprobalo, y..., ¿si buscamos n'internet?

—¡Perbién!

Preparamos unes pizzas y daqué pa picar y zarrámonos nel mio cuartu col portátil. Mio tío Carlos, que sabe muncho d'internet, díxonos delles páxines nes que la información yera fiable. Cuanto más lleímos del tabacu, menos nos gustaba y más nos encendíemos...

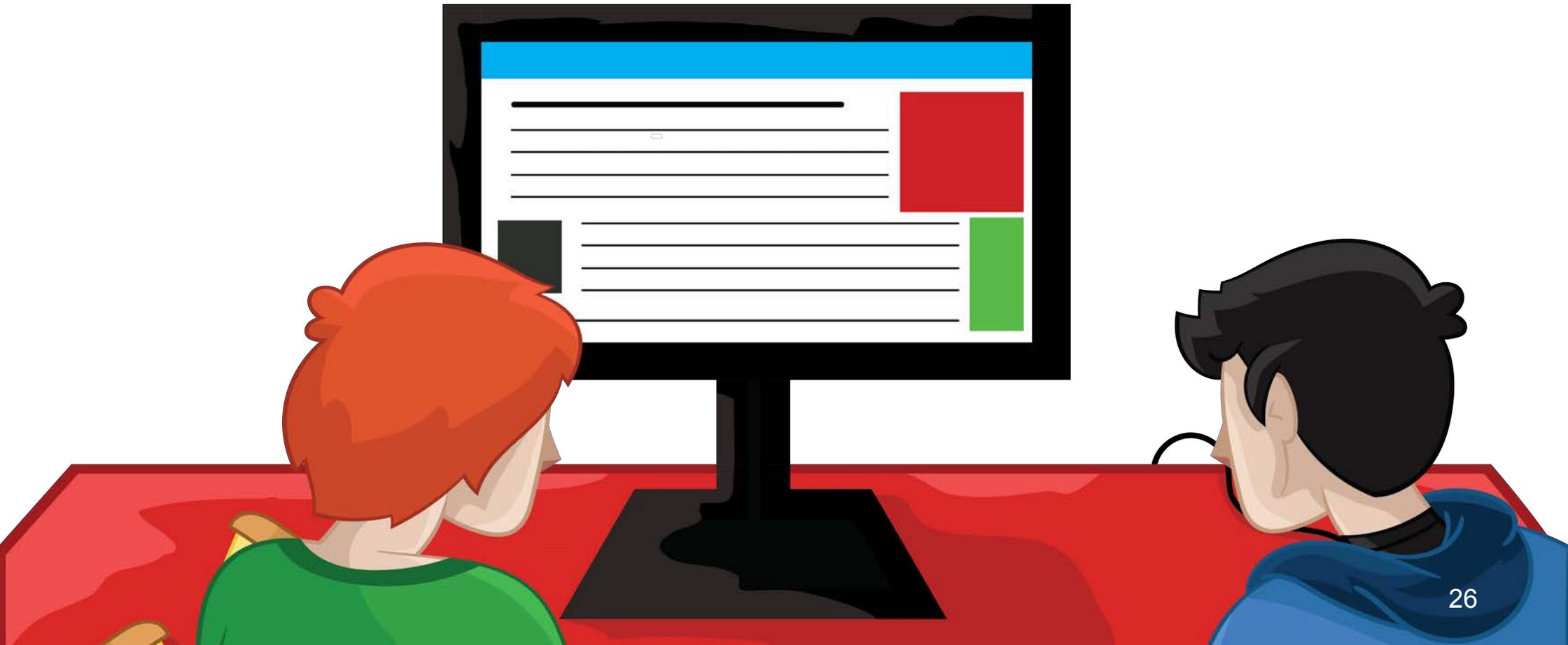


—Mira, Sergio, llei aquí, ¡ye verdá lo que nos dixo María!

**El tabaquismu ye una enfermedá adictiva. El tabacu ye una droga que produz más dependencia que cualquier otra droga.**

Y seguimos lleendo:

**Hai una enfermedá relativamente poco conocida, llamada epoc. La epoc ye una enfermedá pulmonar obstructiva crónica, qu'en munchos casos queda ensin diagnosticar. La principal causa de la epoc ye la esposición al fumu del tabacu, yá seyan fumadores activos o pasivos. La so evolución ye lenta. Unu de los sos síntomas más avezaos ye la disnea, esto ye, la dificultá pa respirar y la tos crónica.**



Javito y yo mirámonos apavoriaos polo qu'acabábemos de lleer. Agora entendíemos lo que taba pasando. Albidramos por qué taba mio tía Marga asina y por qué taba diendo la ma de Ruth tanto al médicu.

**Nel fumu de tabacu hai más de 4.000 sustancias químiques, de les que más de 50 son canceríxenes, provoquen enfermedaes de corazón... Amás, el tabacu engurria la piel, mancha los dientes y les uñes, atrofia l'olfatu y el gustu...**

—Jooo, tamién ye verdá lo de qu'avieya. ¿Sabes qué te digo, Sergio?

—Pues non, nin idea.

Javito dexó de mirar la pantaya del portátil y, ensin duldar nin un segundu, entamó a dicime:

—¡Acabóse! Nun pienso fumar nin un cigarru más. Sabía que yera malo, pero agora sé que malo ye poco. Asina que...

Nun lu dexé acabar, faciame munchísima ilusión dicilo los dos xuntos. Sabía que dende esi momentu, Javito nun se pondría coloráu enxamás. Asina, con una sorrisa nos güeyos, esclamamos xuntos:

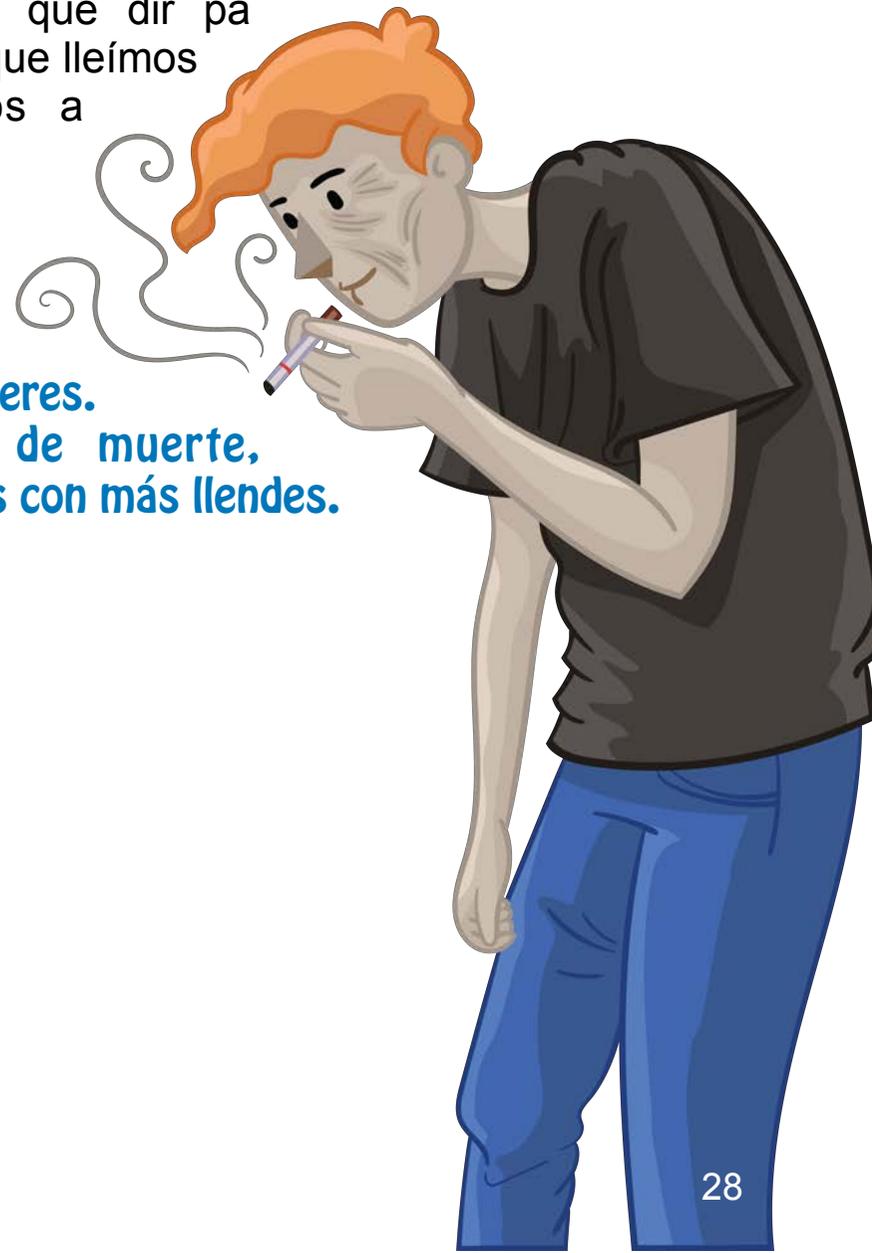
**—¡NON y puntu!**



Decidimos que'l viernes siguiente cuntariémos a los nuestros amigos lo qu'averiguáremos, a pesar de que tábemos convencíos de que nun nos fadríen munchu casu.

El tiempu pasare volando. Javito tenía que dir pa casa. La última información que lleímos sobre la epoc chocáranos a esgaya.

**La enfermedá afecta güei cuasi por igual a homes y mueres. En 2030 sedrá la tercer causa de muerte, convirtiéndose nuna de les enfermedaes con más llendes.**



## Un viernes de primeros de xineru, na caseta la güela

—¿Sabéis qué, mozos? L'otru día mios pas cuntáronme que cuando nós yéremos pequeños, podía fumase en tolos sitios, pero llueu aprobaron una Llei antitabacu n'España. Y con ella prohibióse fumar en llugares nos qu'hasta entós sí se podía: los puestos de trabayu, los chigres, los museos...

—¡Jo, eso sí que molaría! Tu sí que tas al día con tos pas, ¿eh, María? Podíes entruiga-yos qué va cayer nel esame de mates del llunes, ja, ja, ja —rió Carlos irónicamente—. A mi nun m'importaría que mios pas me cuntaren más coses. Enxamás tán en casa. Pela selmana nun paren de trabayar y el fin de selmana salen perhí colos amigos. Asina, ¿cómo me van garrar fumando? ¡Si nun me ven!



—Nun creas, toi farta. Hasta en casa mios güelos salió'l tema d'esa enfermedá tan rara del tabacu, la epoc o... dalgo asina, ¿non? —duldó María.

—La Eee... ¿qué? —entrugó Julia abluçada.

—La epoc —confirmó Raquel—. El día que'l mio hermanu y Javito falaron d'ella, tu nun vinisti, Julia; por eso nun te suena. Verás, cúntote: la epoc ye una enfermedá crónica respiratoria que va consumiendo a les persones adulces por fumar. Lo malo nun ye eso; lo peor ye que tamién mata a les persones non fumadores que viven con elles.





Ruth llevaba delles selmanes dalgo rara. Nun falaba muncho, y lo raro ye que taba fumando poco. Nun-y gustare'l resume que ficiere la mio hermana. Aguantó hasta que nun pudo más. Saltáron-y les llárimas y, empobinándose con rabia a ella, gritó:

— ¡Nun mata a les persones non fumadores, Raquel, nun les mata!

Quedamos ensin saber qué decir. Nunca nun viéremos a Ruth asina. María tranquilizóla apretándola ente los sos brazos. Cuando calmó, comentónos que taba nerviosa porque'l xueves viniente dáben-y los resultaos de les pruebes a sos pas.

— ¡Qué casualidá, Ruth! Yo tamién diré la selmana qu'entra con mio tía al médicu de los pulmones, al neumólogo. Van face-y una prueba que se llama espirometría —dixo Raquel.

—¿Qué ye eso? ¿Pa qué val? —entrugó Julia intrigada.

—Mio tía desplicóme que ye una prueba mui cenciella, que dura unos diez minutos. Consiste n'enllenar los pulmones d'aire al máximo pa depués echar lo más rápido y fuerte posible l'aire nun tubu. Asina comprueben si la capacidá de los pulmones d'esa persona ye la que-y debería corresponder. Con esta prueba diagnostiquen la epoc.

Julia, por quita-y importancia, dixo:  
—Polo menos nun ye dolorosa,  
¿non?

Toos disimulábemos los nuestros nervios. En realidá, tábemos mui asustaos polo que pudiere pasar. Decidimos pasar lo que quedaba de la tarde xugando a esi xuegu que nos prestaba. Asina, conseguimos que Ruth se tranquilizara y toos escaecimos un poco la situación.

Lo mejor de la tarde foi que, per primer vegada en munchu tiempo, volvimos a casa con menos fumu qu'otros vienres. Carlos fumare tres cigarros; María, dos, y Ruth, namái unu.



## Un xueves de mediaos de xineru, nel hospital

—¡Ruth, nun lo pueo creer! —esclamó Raquel.

La mio hermana salía con mio tía Marga de la consulta del neumólogo y ellí taba Ruth, esperando con sos pas.

—¡Qué coincidencia, el mesmu neumólogo y el mesmu día!

—¿Cómo foi?, ¿too bien? —entrugónos Ruth asustada.

Anque los pas de Ruth y mio tía nun se conocíen, mio tía, que ye mui faladora, cuntó-yos ensin torgues:

—Bono, fízome la espirometría y sí, sí, díxome'l doctor Sebastián que tengo epoc, pero  
q u e col tratamientu que me punxo voi meyorar y nun voi cansar tanto. Entamaré con un inhalador. Y llueu, yá veremos.  
¡Yá veis, menuda herencia que me dexó'l mio home!





Diba seguir falando, pero abrióse la puerta y la enfermera llamó al paciente seguinte. Ruth y sos pas entraron rápidamente. La mio hermana propúnxo-y a mio tía esperar hasta que salieren de la consulta. Mio tía aceptó.

Pasaron cuarenta y tres eternos minutos hasta que volvió a abrise la puerta. Cuando la mio hermana vio la cara de Ruth, imaxinaba lo peor. Nin se decatara de que taben ellí, esperándolos. So pá, cola cabeza gacha, cola cara mui seria y un gran sentimientu de culpa, garraba a la ma de Ruth con ciñu pela cintura. So ma, mui pálida, llevaba dos pañuelos, enllos de llárimas y de sueños rotos. Y Ruth, colos güeyos coloraos, enllena rabia y ensin querer asimilar lo qu'acababa de sentir, diba entamar a baxar corriendo les escaleres. Entós, la mio hermana llamóla:

—Ruth, que toi equí, esperándote. Cuéntame, ¿qué pasó?

Ruth, ensin dicir pallabra, púnxose a llorar ensin consuelu. Tuvieron abrazaes un bon cachu, llorando a llárima viva. Cuando foi quien a falar, díxo-y con voz entecortada:

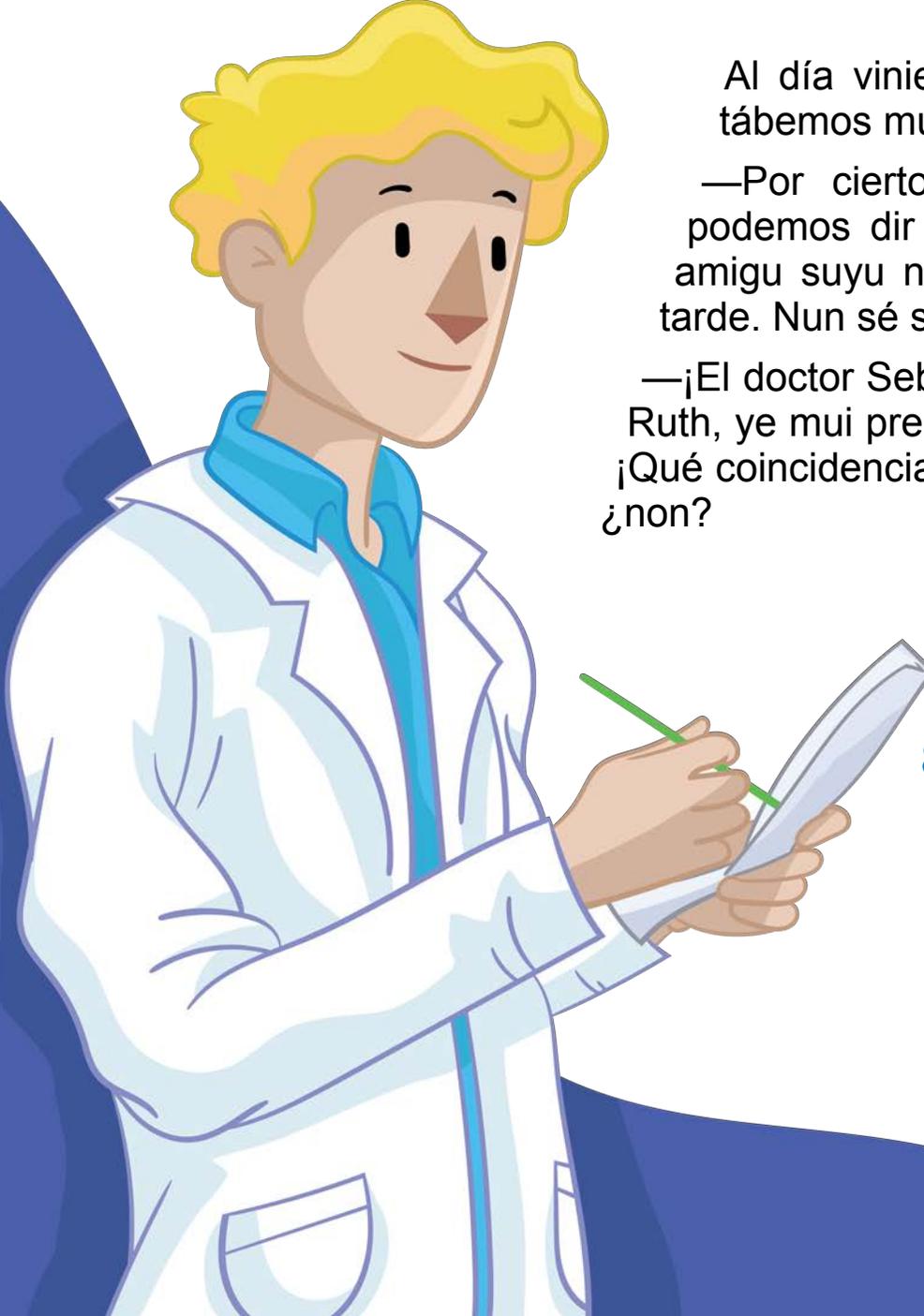
—¡Nun ye xusto, nun ye xusto! Mio pá tien epoc n'estáu avanzáu y mio ma tragó tantu fumu que tien ¡cáncer de pulmón!

La mio hermana quedó ensin falar, nun sabía qué dicir. Namái-y salieron dos palabres:

—Siéntolo, Ruth.

Y Ruth baxó corriendo les escaleres pa llegar hasta onde sos pas.





Al día viniente Ruth nun vieno a la caseta la güela. Toos tábemos mui esmolecíos por ella.

—Por cierto, mio tío yá me dixo que'l viernes qu'entra podemos dir pela tarde al hospital. Él tará de guardia y un amigu suyu neumólogo, el doctor Sebastián, tamién tará esa tarde. Nun sé si vendrá Ruth...

—¡El doctor Sebastián ye'l neumólogo de mio tía y de los pas de Ruth, ye mui prestosu! —esclamó la mio hermana emocionada—. ¡Qué coincidencia! Asina nun nos cortaremos pa face-y entruques, ¿non?

**Carlos y María yá nun fumaben con tanta alegría como enantes. Taba claro que-yos taba afectando tolo que taba viviendo Ruth en casa. Nel fondu, queríen y nun queríen ver al doctor Sebastián...**

## Un viernes de finales de xineru, nel hospital

Llegamos al hospital a les cinco menos cinco. Quedáremos col tío de Julia a les cinco na puerta. Namás faltaba Ruth. El tío de Julia recoyónos puntual y, xusto cuando díbemos xubir, vimos a Ruth apaecer lloñe.

Xubimos a la segunda planta, onde quedáremos col doctor Sebastián. El tío de Julia presentónoslu de Ruth; Alcordábase perfectamente de la mio hermana y sobre manera, de Ruth. Entrugónos si sabíemos dalgo sobre la epoc. Como vio que tábemos informaos, entrugónos:

—¿Y quién de vosotros fuma?, ¿toos?

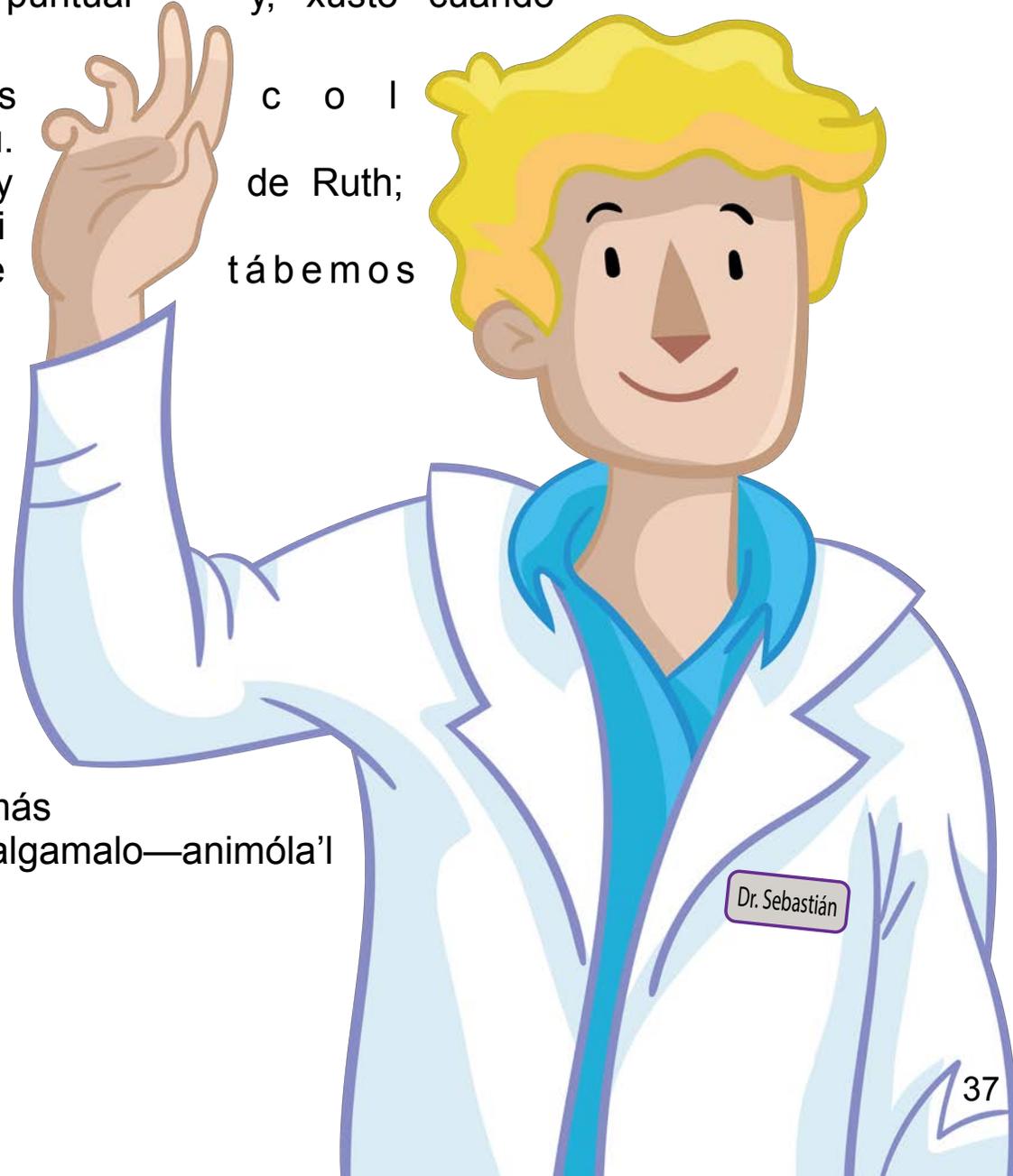
Respondieron Carlos, María y Ruth.

—Yo fumé abondo, sí, pero fumo menos agora.

—Yo tamién fumo menos.

—Yo toi intentando dexalo, pero cuéstame, nun pueo.

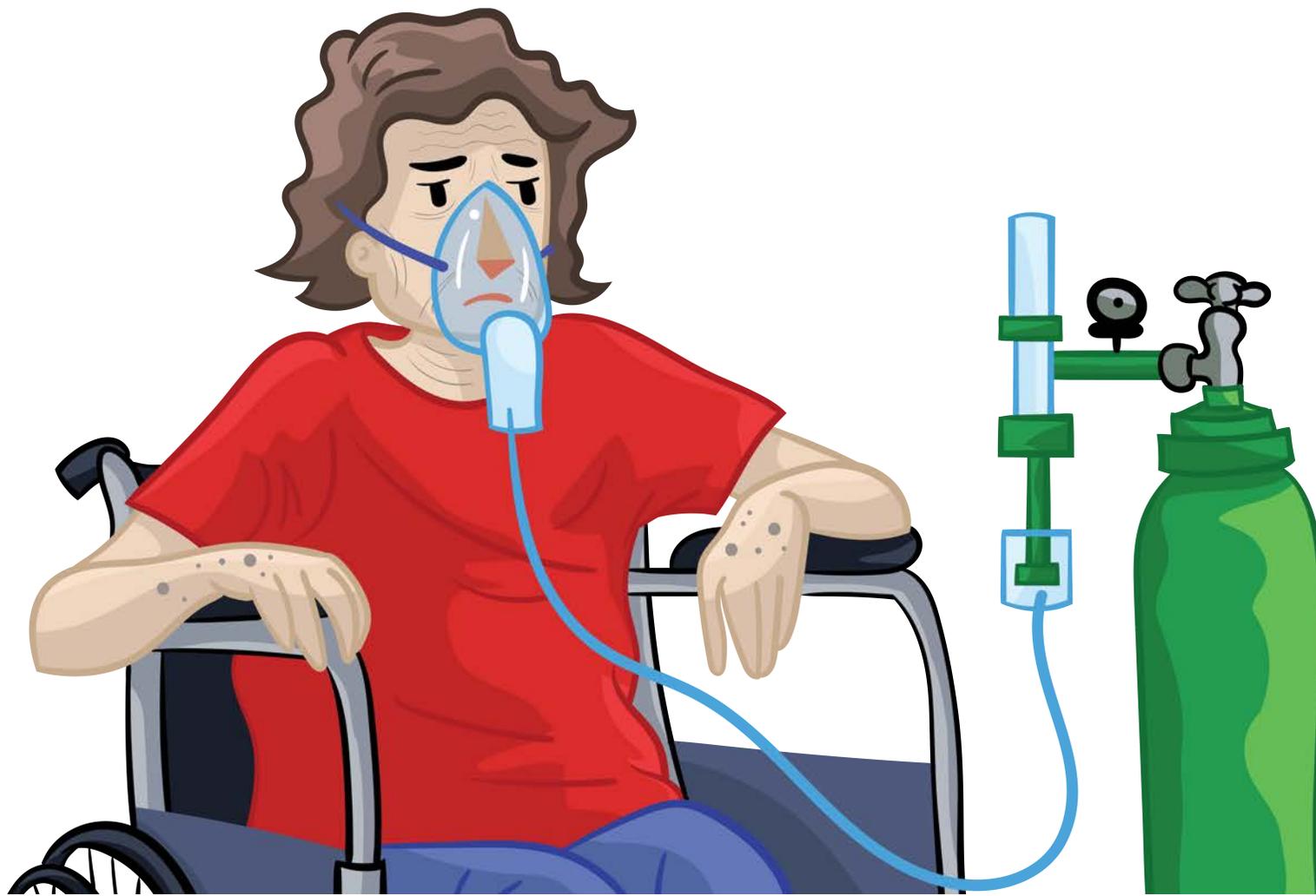
—¡Claro que pues, Ruth! Too ye posible. Namás tienes que querer: ési ye'l primer pasu p'algamalo—animóla'l doctor Sebastián.



—Mozos, ocurriósenos una idea. ¿Qué vos paez si envede entrugame primero, entrugáis después? Pensé que podíamos visitar a los enfermos d'epoc d'esta planta y darréu entrugáisme les duldes que tengáis.

A toos nos paeció bien la so propuesta, asina qu'entamamos a caminar pela segunda planta del hospital, esa planta na que la mayoría de los pacientes con insuficiencia respiratoria teníen epoc.

Díbemos avanzando en silenci u pel llargu pasiellu cuando, de sutaque, el doctor paró. Había una siella ruedes con oxíxenu y una mázcara. El doctor, señalando a Carlos, dixo:



—Tu, Carlos, siéntate nesta siella. Vas facer la visita como si fueres un enfermu d'epoc, ¿val?

A Carlos nun-y prestó la idea, pero accedió y sentóse na siella, col oxíxenu y la mázcara. Julia llevábalu. A pesar de que namás visitamos cuatro pacientes, foi más qu'abondo pa conocer la gravedá de la enfermedá y la dificultá del so día a día. Unu de los enfermos contábanos que-y daba mieu salir a la cai porque s'asfixaba y quedaba ensin oxíxenu pa respirar. Otru dicíanos que nun fuéremos fatos, que nun fumáremos enxamás porque cuando un fumador enferma, tola familia lo fai.

Yo nun dexaba de mirar a Carlos. Taba más blancu que les parés del hospital. Nun dixo nin una palabra nos cuarenta y cinco minutos que duró la nuestra visita a la segunda planta.

**Quedamos a tristayaos, mui impresionaos, ensin palabres...  
El doctor Sebastián entrugónos si tenemos dalguna dulda.  
Como nengunu tenemos ganas de falar, díxi-y en nome de  
foos:**





—Creo que nun tenemos nenguna entruuga, doctor. Yá sabe eso de que “una imaxe val más que mil palabres”. Polo que, quedamos... ensin palabres. Gracias por dexanos conocer la epoc tan de cerca.

**—¡De nada, mozos! Foi un placer. Espero que deprendiereis daqué. ¿Sabéis? El sieglu XX llamóse “El sieglu del cigarru”. Taría bien que nun futuru se recuerde'l sieglu XXI como “El sieglu del NON cigarru”. Namás vos diré una cosa: tenéis tola vida nes vuestres manes. Por favor, nun dexéis que'l mal fumu vos forgue vivir esa vida que tanto suañáis...**

—Gracies, doctor Sebastián —respondimos agradeciós.

Despidímonos d'él y del tíu de Julia. Cuando salimos del hospital, namás pasar la esquina, Carlos atopó a dos de los sos collacios de balonmano.

Dambos diben fumando. Echaron de menos que Carlos nun lo ficiera, polo qu'unu d'ellos díxo-y:

—¿Un cigarru?

Esperábemos con munches ganas la respuesta de Carlos, qu'esclamó:

—¡Non!

A los sos collacios, paeció-yos raru'l rechazu, y entrugáron-y:

—¿Y eso, Carlos?

Entós aportó esi momentu que tanto deseara; esi momentu nel que, a la fin, unu de los mios suaños diba volverse realidá. Toos, enllenos d'ilusión y de ganas de vivir la nuestra vida ensin mal fumu, respondimos al empar:



**¡NON y puntu!**



# Fin



María



Ruth



Raquel



Carlos



Javito



Julia



Sergio

Pues descargar tolos llibros de baldre  
en [weeblebooks.com](http://weeblebooks.com) o na App  
Weeblebooks



[www.weeblebooks.com](http://www.weeblebooks.com)

**Col patrociniu de:**

