

SIÉNTETE BIEN POR DEJAR DE FUMAR

LA BUENA NOTICIA ES QUE DEJAR DE FUMAR PUEDE REVERTIR MUCHO DEL DAÑO.

20 MINUTOS

DESPUÉS DE DEJAR DE FUMAR,
TU PRESIÓN ARTERIAL DISMINUYE.

8 HORAS

DESPUÉS DE DEJAR DE FUMAR,
EL NIVEL DE OXÍGENO EN TU SANGRE SE NORMALIZA.

3 MESES

DESPUÉS DE DEJAR DE FUMAR,
TU FUNCIÓN PULMONAR MEJORA HASTA UN 30%.

1 AÑO

DESPUÉS DE DEJAR DE FUMAR,
TU RIESGO DE UN ATAQUE CARDÍACO SE REDUCE A LA MITAD.

10 AÑOS

DESPUÉS DE DEJAR DE FUMAR,
TU RIESGO DE MORIR DE CÁNCER DE PULMÓN ES CASI LA MITAD DEL DE UN FUMADOR.

15 AÑOS

DESPUÉS DE DEJAR DE FUMAR,
TU RIESGO DE SUFRIR UNA CARDIOPATÍA CORONARIA ES EL MISMO DE ALGUIEN QUE NO FUMA.