

DEJA DE FUMAR, ¡TÚ PUEDES!

SI DEJAS DE FUMAR EN...



TENSIÓN ARTERIAL
Y PULSO SE
NORMALIZAN

20
MINUTOS



48
HORAS

MEJORA LA CAPACIDAD
DE PERCIBIR OLORES Y
SABORES



MEJORA LA
CIRCULACIÓN Y
AUMENTA LA FUNCIÓN
PULMONAR

2-12
SEMANAS



12
MESES

EL RIESGO DE SUFRIR
UN ATAQUE CARDIACO
SE REDUCE A LA MITAD



EL RIESGO DE PADECER
CÁNCER DE PULMÓN
SE REDUCE A LA MITAD

10
AÑOS



15
AÑOS

EL RIESGO DE PADECER
CÁNCER Y ENFERMEDAD
CORONARIA ES SIMILAR A LA
DE UN NO FUMADOR