



en...

Si deixes de fumar



Infermera
virtual

20 min

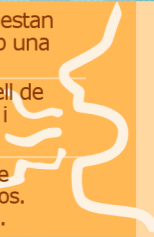
Les mans i els peus estan més oxigenats i amb una millor temperatura

8 h

Es normalitza el nivell de monòxid de carboni i l'oxigen a la sang

24 h

Millora la capacitat de percebre olors i gustos. Respirar és més fàcil.



2 setmanes

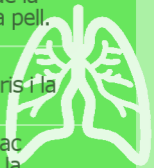
Millora la circulació de la sang i l'aspecte de la pell.

8 mesos

Disminueixen els problemes respiratoris i la fatiga

12 mesos

El risc de patir un atac cardíac es redueix a la meitat.



5 anys

El risc de patir un atac de cor és similar al d'un no fumador

10 anys

El risc de patir alguns càncers és similar al d'algú que no hagi fumat mai.



Infermera
virtual



Més informació



Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Barcelona