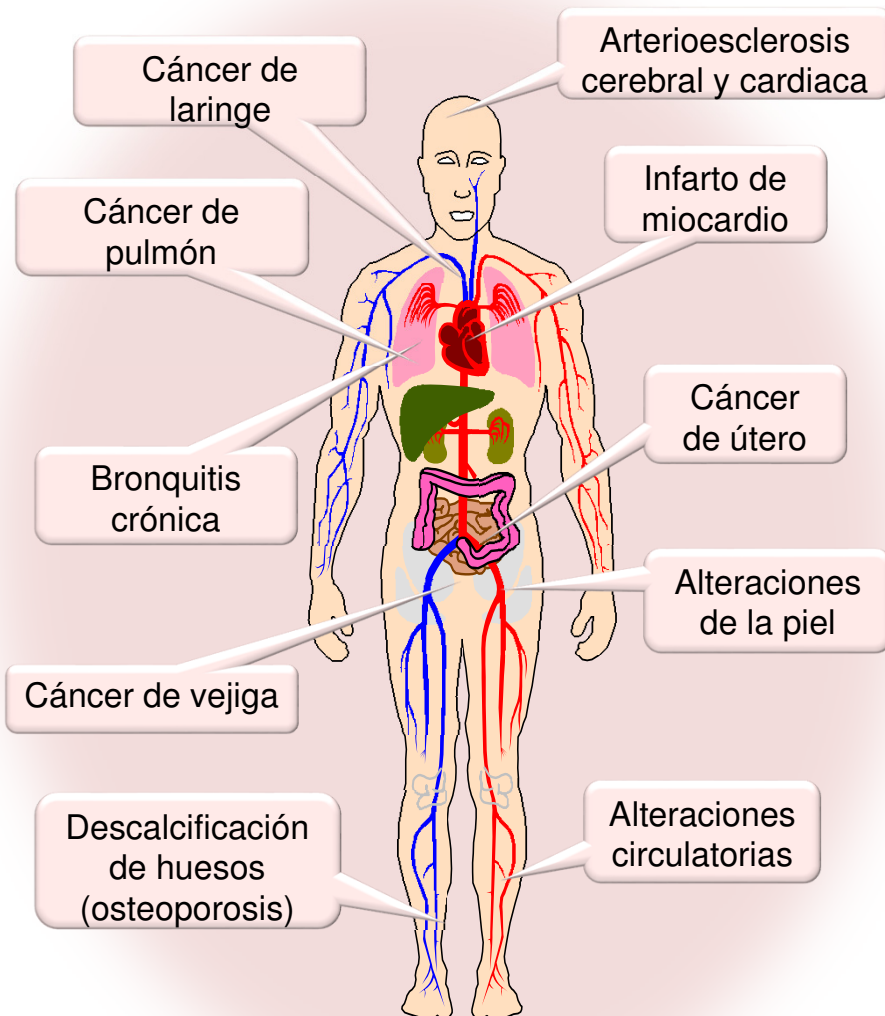


EFFECTOS NOCIVOS DEL TABACO

LOGO

EL TABACO ES EL RESPONSABLE DE

- 23 % de las **MUERTES** en el mundo
- 13 % de las **MUERTES** en España
- La **REDUCCIÓN** entre 10 y 30 años de la **EXPECTATIVA DE VIDA** de los fumadores



VENTAJAS DE DEJAR DE FUMAR

- Sentirse libre, y no depender de algo
- Mejorar la autoestima
- Constituir un ejemplo para los hijos
- Recuperar el olfato y el gusto
- Saborear las comidas mejor
- Ahorrar dinero
- Mejorar el aspecto físico. La piel está más limpia y menos gris
- Mejor adaptación al ejercicio físico. Se cansará menos y más tarde
- Servir de estímulo para los compañeros de trabajo
- Beneficioso para los que le rodean
- No tener que salir de casa por la noche para comprarlo
- Su casa, su ropa y usted olerán mejor
- Mejorar la higiene bucal. Mejor aliento y dientes más blancos
- Mayor aceptación social
- Mejor calidad de vida



*Dejar de fumar es la **MEJOR DECISIÓN** que puede tomar un individuo respecto a su **SALUD***