

NON GETTARE LA TUA BELLEZZA IN FUMO



Giornata mondiale
senza tabacco

31 maggio 2017



Lilt Sezione provinciale di Sassari

Via Amendola 40/L

079 214688

legatumorisassari@tiscali.it



LILT SASSARI

Sai perché il fumo è nemico della bellezza? I capelli perdono vitalità e lucentezza; le rughe compaiono più velocemente, la pelle diventa grigiastra e invecchia prima; i denti e le dita ingialliscono; si hanno maggiori difficoltà a rimanere incinte. Ma il fumo è anche la principale causa di morte per tumore.



Università degli Studi di Sassari

Azienda Ospedaliero - Universitaria - Sassari

Istituto di Malattie dell'Apparato Respiratorio

Direttore: Prof. Pietro Pirina

-Ambulatorio per la disassuefazione dal fumo di sigaretta-

PER SMETTERE DI FUMARE NON È MAI TROPPO TARDI.

**ECCO COSA SUCCEDE NEL VOSTRO FISICO
QUANDO NON FUMATE DA:**

8 ore i livelli di nicotina e monossido di carbonio nel sangue si riducono della metà e i livelli di ossigeno ritornano normali

24 ore il monossido di carbonio viene eliminato dal corpo e i polmoni iniziano ad espellere le sostanze nocive depositate nel tessuto

48 ore non c'è più traccia di nicotina nel corpo. Si riscoprono odori e sapori

72 ore il respiro diventa più facile; vi è un progressivo rilassamento bronchiale e proverete una diffusa sensazione di benessere

2 settimane migliorano i parametri della circolazione sanguigna

6 mesi la pelle del viso riacquista colorito, tonicità ed elasticità recuperando 10 anni di età biologica

9 mesi le ciglia vibranti dell'apparato respiratorio precedentemente paralizzate dal catrame riprendono la loro attività per difendere dalle infezioni

5 anni il rischio di problemi cardiaci e polmonari si dimezza

10 anni il rischio di problemi cardiaci e polmonari diminuisce e si allinea a quello di chi non ha mai fumato.

Fonte Lega Italiana contro i Tumori

SMETTERE DI FUMARE CONVIENE!!

**PER MAGGIORI INFORMAZIONI CONTATTA L'AMBULATORIO
PER LA DISASSUEFAZIONE DAL FUMO DI SIGARETTA AI NUMERI**

079 228370 - 079 2151095