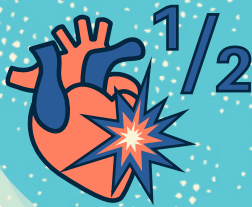


5 anys

El risc de patir un atac de cor disminueix fins a ser similar al d'un no fumador.

10 anys

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



12 mesos

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



8 mesos

Disminueixen els problemes respiratoris i la fatiga.



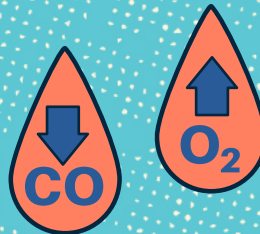
2 setmanes

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



20 minuts

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



8 hores

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



24 hores

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



Què passa quan deixes de fumar?