

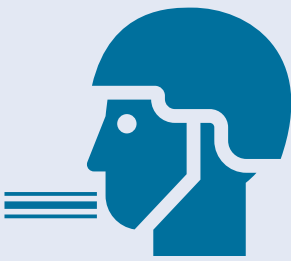
DEJA DE FUMAR, EMPIEZA A SANAR

LOS BENEFICIOS DE DEJAR DE FUMAR



**20
MIN**

La frecuencia cardiaca y la presión arterial se estabilizan; se deja de contaminar el aire



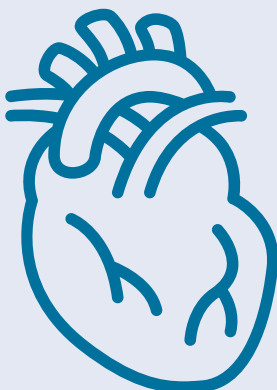
**24
HORAS**

Los niveles de oxígeno ascienden



**2-3
DIAS**

El sentido del gusto y del olfato mejoran; Respirar se vuelve más fácil.



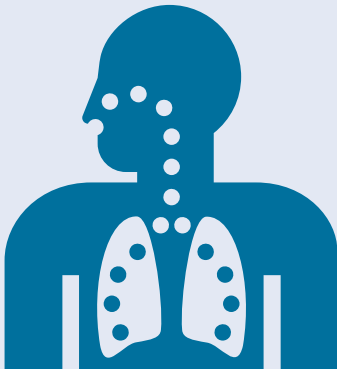
**1-9
MESES**

Baja considerablemente tu riesgo cardiovascular



**1-5
AÑOS**

El riesgo de cáncer de boca, garganta y esófago se reduce a la mitad



**10
AÑOS**

El riesgo de cáncer de pulmón se reduce casi a la mitad en comparación con los fumadores

