

dai, spegni la



Dopo 30 minuti i battiti cardiaci e la temperatura delle mani e dei piedi si normalizzano

Dopo 8 ore aumenta la concentrazione di ossigeno nel sangue

Dopo 12 ore migliora il respiro

Dopo 1 giorno il monoossido di carbonio nei polmoni cala drasticamente e migliora la circolazione

Dopo 1 settimana migliorano gusto, olfatto e alito; capelli e denti sono più puliti

Dopo 1 mese il polmone recupera fino al 30% della funzione respiratoria

Dopo 3-6 mesi diminuisce la tosse cronica; il peso tende a normalizzarsi

Dopo 1 anno il rischio di infarto è dimezzato e si riduce anche il rischio di sviluppare un tumore

Dopo 5 anni il rischio di tumore al polmone si riduce del 50%, quello di ictus è pari a quello di un non fumatore

Dopo 10 anni il rischio di tumore si riduce ai valori minimi di probabilità



LILT

LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

prevenire è vivere

