

## RAZONES PARA DEJAR DE FUMAR



1. Vivirás más tiempo y con mejor calidad de vida.
2. El humo de tus cigarrillos no perjudicará la salud de tus hijos/as, tus familiares y de todas las personas que te rodean.
3. Recuperarás tu capacidad de hacer ejercicio físico, gracias a una mejor oxigenación.
4. Sufrirás menos catarros y resfriados, no tendrás irritación de garganta y nariz.
5. Tendrás un importante ahorro de dinero.
6. Mejorará de forma espectacular el aspecto de tu piel y tu dientes y desaparecerá el mal aliento.
7. Tu ropa, tu casa, tu coche, dejarán de oler como un cenicero.
8. Recuperarás el gusto por la comida y el olfato.
9. Evitarás conflictos y situaciones desagradables, ya que nadie de abroncará por fumar en su presencia.
10. Podrás ir a cualquier parte con tranquilidad a disfrutar del aire limpio. Cada vez hay menos lugares en los que se permite fumar.