

¿fumas?

Déjalo antes de que sea tarde. Nosotros podemos ayudarte.

La Farmacia Savall cuenta con amplia experiencia en la deshabituación tabáquica.

**El tabaquismo se cobra una vida cada 8 segundos
Más de 40 componentes del humo de tabaco son cancerígenos**

El consumo de tabaco afecta de cabeza a pies

- **Cáncer.** El riesgo de padecer cáncer de pulmón es 22 veces mayor en los fumadores. Cuantos más años se lleve fumando, más se multiplicará el riesgo de padecer otros tipos de cáncer.
- **Cardiopatías.** Acelera la frecuencia cardíaca, aumenta el riesgo de hipertensión y de obstrucción de las arterias, lo que puede provocar ataques cardíacos y accidentes cerebro-vasculares.
- **Cáncer de útero y aborto espontáneo.** Infertilidad en las mujeres y complicaciones durante el embarazo y el parto. Aumenta el riesgo de que el recién nacido tenga bajo peso y problemas de salud en el futuro. El aborto espontáneo y la muerte prenatal son entre 2-3 veces más frecuentes.
- **Afectación en la fertilidad masculina.**
- **Reducción del número de espermatozoides y dificultad en el riego sanguíneo del pene,** lo que puede provocar impotencia y más frecuentemente esterilidad.
- **Caída del cabello.** Aparición de úlceras bucales y erupciones en cara, cuero cabelludo y manos.
- **Deterioro de la dentadura.** Exceso de sarro, dientes amarillos.
- **Arrugas.** Envejecimiento prematuro de la piel volviéndola seca, áspera y surcada por diminutas arrugas.
- **Cataratas.** Un 40% más frecuente en fumadores. El tabaco causa o agrava varias afecciones oculares.
- **Osteoporosis.** Los huesos pierden densidad, se fracturan más fácilmente y tardan un 80% más en soldarse.
- **Pérdida de oído.** Infecciones de oído medio con una frecuencia tres veces superior; pueden acarrear otras complicaciones, como meningitis y parálisis facial.
- **Úlcera gástrica.** Las úlceras responden peor al tratamiento y tienden a repetirse más a menudo.
- **Discromía de los dedos.** El alquitrán que contiene el humo tiñe los dedos y las uñas de color pardo amarillento.

¿Cuánto puedo ganar?

Vivir sin tabaco mejorará tu aspecto físico, disfrutarás más de la vida, te librarás de una dependencia y no perjudicarás a nadie.

Beneficios de vivir sin tabaco

Tiempo desde que dejas de fumar:

- 20 minutos. Mejora la circulación periférica, la presión arterial y la frecuencia cardíaca.
- 8 horas. Bajan los niveles de nicotina y monóxido de carbono (CO).
- 24 horas. Toda nicotina se elimina. Mejoran el olfato, el gusto y el aspecto de la piel.
- 48 horas. Se normaliza el CO, disminuye el moco bronquial, y el riesgo de infarto de miocardio.
- 72 horas. Se facilita tu respiración. Se relaja el broncoespasmo.
- 2-12 semanas. Mejora la circulación.
- 3-9 semanas. Mejora la tos y la respiración.
- 1 año. Se reduce el riesgo de infarto al 50%
- 10 años. Se reduce el riesgo de cáncer de pulmón al 50%. El riesgo de infarto de miocardio se iguala a una persona no fumadora. Se reduce el riesgo de padecer otros tumores.
- 15 años. El riesgo de sufrir un accidente cerebro-vascular se iguala al de una persona que nunca fumó.

Nuestro método

Sabemos que cada persona es distinta y por eso hemos desarrollado seguimientos individuales y personalizados.

Averiguamos el nivel de adicción a la nicotina y la motivación personal para afrontar el proceso de deshabituación tabáquica.

Controlamos el cumplimiento del proceso mediante la medición de Monóxido de Carbono en aire.

Indicamos el mejor tratamiento a seguir con sustitutos de nicotina.

Te ayudamos a paliar los síntomas del síndrome de abstinencia.

Y sobre todo, no estás sol@. Cada semana y cuando lo necesites,

concertaremos citas para hacer el seguimiento y darte todo nuestro apoyo.