

Motivos para dejar de fumar

Adolescentes	<ul style="list-style-type: none"> - Mal aliento - Manchas dentales - Coste - Falta de independencia (sentimiento de ser controlado por los cigarrillos) - Dolor de garganta - Tos - Disnea (puede afectar a la práctica del deporte) - Infecciones respiratorias frecuentes
Embarazadas	<ul style="list-style-type: none"> - Mayor riesgo de aborto espontáneo y muerte fetal - Mayor riesgo de que el bebé nazca con poco peso
Madres y padres	<ul style="list-style-type: none"> - Tos e infecciones respiratorias en hijos de fumadores - Papel ejemplar
Fumadores recientes	<ul style="list-style-type: none"> - Más facilidad para dejarlo
Adultos asintomáticos	<ul style="list-style-type: none"> - Se duplica el riesgo de enfermedad del corazón - Se multiplica por 6 el riesgo de enfisema - Se multiplica por 10 el riesgo de cáncer de pulmón - Se pierden 5-8 años de vida - Elevado coste de los cigarrillos - Coste durante el tiempo de enfermedad - Mal aliento - Escasa conveniencia y aceptabilidad social - Deterioro de la piel
Adultos sintomáticos	<ul style="list-style-type: none"> - Infecciones de las vías respiratorias altas - Tos - Dolor de garganta - Disnea - Úlceras gástricas - Angina de pecho - Claudicación intermitente - Osteoporosis - Esofagitis