

# La noticia de la semana



27.05.2019

## Beneficios de dejar el tabaco

El próximo 31 de mayo tendrá lugar el Día Mundial Sin Tabaco, una jornada impulsada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para concienciar sobre los efectos nocivos del tabaco y la exposición al humo, con especial énfasis, este año, sobre el impacto del tabaquismo para la salud pulmonar. Dejar de fumar es un paso que puede resultar complicado para muchas personas, pero que tiene grandes beneficios, que se experimentan desde el primer momento: a los 20 minutos, por ejemplo, se normaliza la presión arterial y el ritmo del pulso; a las 8 horas, mejora el nivel de oxígeno en la sangre; a las 48 horas, se empiezan a recuperar los sentidos del gusto y el olfato; a los meses, se experimenta una mayor energía y facilidad para respirar; y a los años, disminuye notablemente el riesgo de padecer distintos tipos de cáncer. Para más información, haz clic [aquí](#).

Con la colaboración de:  
 **NOVARTIS**

LA NOTICIA DE LA SEMANA es un proyecto impulsado por FEDE y que cuenta con la colaboración de NOVARTIS. No obstante, NOVARTIS no interviene ni en su diseño ni en su contenido.