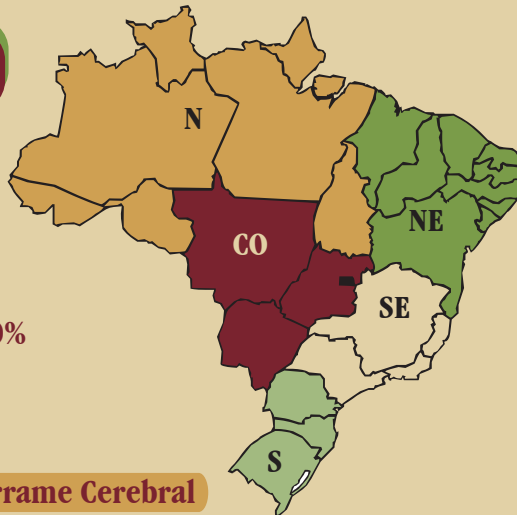


Dia Mundial Contra o Tabagismo

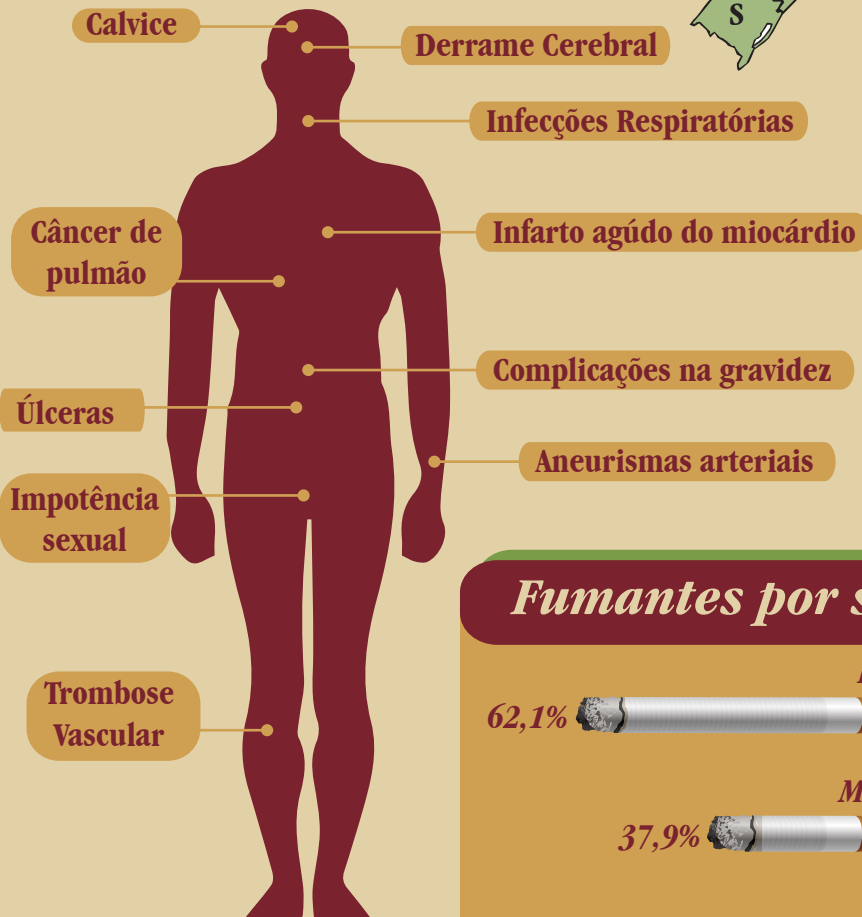
Dia 31 de Maio é o dia Mundial da luta contra o Tabagismo. Essa data visa informar os usuários sobre o perigo à saúde e reduzir as mortes. Fumar enfraquece o sistema imunológico e torna o corpo vulnerável a doenças. Além da nicotina e do alcatrão, os cientistas já conseguiram isolar mais de quatro mil substâncias diferentes presentes em uma tragada, onde mais de quarenta entre elas podem provocar câncer.

Fumantes por região

- 1º Lugar - Sudeste (SE) - 46,1%
- 2º Lugar - Nordeste (NE) - 22,3%
- 3º Lugar - Sul (S) - 19,0%
- 4º Lugar - Norte (N) - 6,5%
- 5º Lugar - Centro Oeste (CO) - 6,0%



Principais problemas



Fumantes por sexo



Depois que a pessoa deixa de fumar:

Após **20** minutos, a pressão sanguínea e a pulsação voltam ao normal;

Após **2** horas, não há mais nicotina circulando no sangue;

Após **8** horas, o nível de oxigênio no sangue se normaliza;

Após **12 a 24** horas, os pulmões já funcionam melhor;

Após **2** dias, o olfato já percebe mais os cheiros e o paladar degusta melhor;

Após **3** semanas, a respiração se torna mais fácil e a circulação melhora;

Após **1** ano, o risco de morte por infarto do miocárdio já foi reduzido à metade;

Após **5 a 10** anos, o risco de sofrer infarto será igual ao das pessoas que nunca fumaram.