

# ¿QUÉ LE SUCEDE A TU CUERPO SI DEJAS DE FUMAR?

**20 minutos después**

La presión arterial y el ritmo cardíaco comienzan a normalizarse.

**24 horas después**

Disminuye el riesgo de infarto de miocardio y los pulmones empiezan a remover mucosidad.

**48 horas después**

Se recupera la capacidad de oler y saborear. La nicotina desaparece del organismo.

**3 días después**

Aumenta la capacidad pulmonar, reduciéndose la tos y aumentando la sensación de bienestar.

**De 1 a 2 meses después**

La presión arterial recupera sus valores normales. Mejora el flujo de la sangre a las manos y los pies.

**De 3 a 6 meses después**

Aumenta la capacidad de resistencia a las infecciones

