

Lo que el

Cigarro

hace en tu cuerpo

- El cigarro no es solo tabaco, contiene miles de sustancias químicas, entre ellas, la nicotina, que es la principal responsable de la dependencia (adicción).
- Aunque es legal, no es inofensivo y su impacto es mucho más fuerte cuando el cerebro aún está en desarrollo.
- En adolescentes, el daño al cerebro es mayor y más difícil de revertir.

Más de 7 mil sustancias químicas.

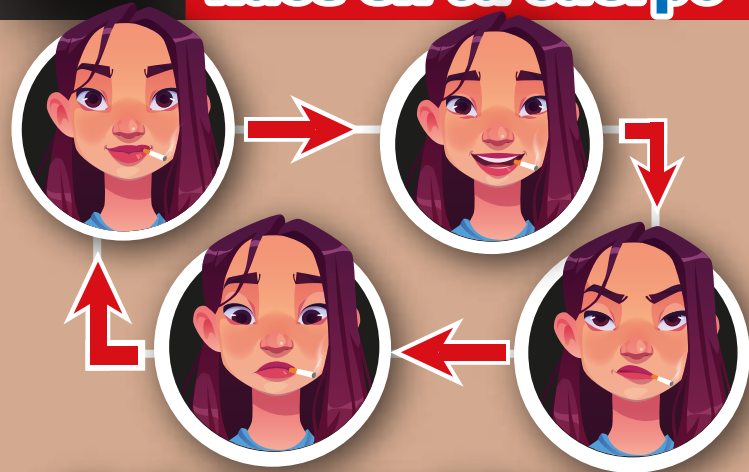
Muchas de estas sustancias son tóxicas y más de 70 son cancerígenas.

Efectos inmediatos

- Aceleración del ritmo cardiaco y presión arterial.
- Mareos.
- Dolor en el pecho o falta de aire.

Efectos a largo plazo

- Ansiedad.
- Dificultades en el aprendizaje.
- Riesgo de tener enfermedades pulmonares y cardiacas.
- Cáncer de pulmón.
- Muerte súbita.



¿Qué sientes al fumar y qué te pasa en realidad?

La nicotina libera endorfinas que te hacen sentir bien, pero esa sensación dura muy poco. Ese "subidón" provoca querer repetir y ahí empieza la dependencia.

Recuerda:

- No es solo una elección, es tu salud la que está en juego.
- Fumar puede abrir la puerta a otros consumos más adelante.
- Tu cuerpo, tu mente y tu futuro merecen algo mejor.



INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL
SEGURIDAD Y SOLIDARIDAD SOCIAL