

# COVID-19

## UNA RAZÓN MÁS PARA DEJAR DE FUMAR

Las personas fumadoras tienen más probabilidades de desarrollar síntomas graves de la COVID-19 y de fallecer a causa de esta enfermedad, que ataca principalmente los pulmones.

Entre los efectos nocivos del tabaco al organismo se encuentra la reducción de las defensas y el deterioro de la función pulmonar. Por eso quienes fuman podrían ser más vulnerables al nuevo coronavirus, así como a otras enfermedades respiratorias.

**DE 1 A 9 MESES:**  
se reducen la tos y la disnea

**DE 2 A 12 SEMANAS**  
mejora la circulación y la función pulmonar en un 30%, y es más fácil caminar

**A LAS 72 HORAS:**  
**LOS BRONQUIOS SE RELAJAN Y SE RESPIRA MEJOR**

**A LOS 20 MINUTOS DEL ÚLTIMO CIGARRILLO:**  
se restablece la presión arterial, el pulso, y la temperatura de los pies y las manos

**A LAS 12 HORAS:**  
se normaliza el monóxido de carbono y el oxígeno en la sangre

**A LAS 24 HORAS:**  
disminuye la probabilidad de un ataque cardíaco

**A LAS 48 HORAS:**  
regresa el gusto y el olfato

