

¿Como podemos ayudarle?

La nicotina que se consume al fumar es una sustancia muy adictiva y es el principal problema con que se encuentran los fumadores que intentan eliminar este hábito

Nuestro tratamiento es aplicado por médicos especializados y se apoya en una terapia farmacológica y conductual para superar el síndrome de abstinencia:

- **Tratamiento farmacológico:** Ayuda a superar la dependencia física por un mecanismo de compensación
- **Tratamiento conductual:** Ayuda a la deshabituación

Con este tratamiento será fácil para usted dejar de fumar, y lo avala más de un 80% de éxito

eQuam
grupo médico

C/ Rodríguez San Pedro, 66 • 28015 Madrid • Tfno.: 91 544 24 93
www.gmequam.com • equam@gmequam.com

1ª CONSULTA INFORMATIVA GRATUITA



¿Quiere
dejar
de fumar?
Nosotros podemos ayudarle

Ahora es el momento:
A partir del 1 de Enero de 2006
no se podrá fumar en el trabajo
ni en centros públicos

Razones para dejar de fumar

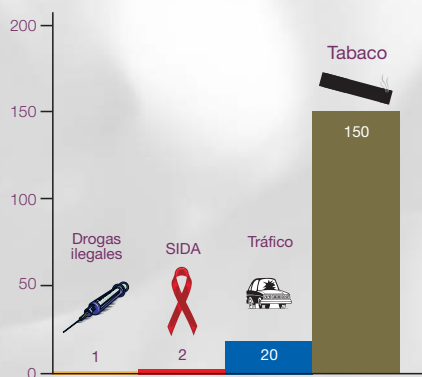
- 1 Fumar es un hábito que crea **dependencia** y **adicción**
- 2 El **75-80%** de los **cánceres** están relacionados con el tabaco
- 3 El humo contiene más de **4.500 sustancias tóxicas**
- 4 El humo provoca **efectos antiestéticos**: Tez pálida, envejecimiento precoz de la piel, ojeras, mal aliento, mal olor del cabello y la ropa
- 5 Su hábito **perjudica a otras personas**:

Niños: Los niños que conviven con fumadores tienen más riesgo de contraer graves enfermedades: Cáncer de pulmón, otitis, asma bronquial irritaciones oculares, nasales y de garganta, infección de pulmón y neumonías

Embarazadas: El tabaquismo pasivo aumenta el riesgo de parto prematuro, aborto espontáneo, mortalidad prenatal y bajo peso neonatal

- 6 El tabaco es la causa evitable de muerte más importante del mundo

Distintas causas de muerte en España



Lo que puede **ganar** si deja de fumar

Dejar de fumar tiene beneficios inmediatos, que podrá valorar cada día superados dos o tres semanas:

- Respirará mejor
- Mejorará su **rendimiento físico**
- Su **piel recuperará el equilibrio** que el humo le había hecho perder
- Se sentirá **más relajado**
- Dormirá mejor
- Reducirá drásticamente los **riesgos de dolencias graves** (cáncer, infarto, enfermedades pulmonares)
- Sentirá **satisfacción** por haber logrado con su voluntad dominar la dependencia
- Recuperará el sentido del **gusto y olfato**
- Respetará el **derecho a respirar aire puro** de los que le rodean

eQuam
grupo médico