

Consulta Intensiva de Cessação Tabágica



Lembre-se:

Fumadores de 20 ou + cigarros/dia que:

- sofrem de patologia grave relacionada com tabaco
- pensem deixar de fumar no próximo mês
- fumam o seu 1º cigarro nos primeiros 30 minutos após acordar
- já tentaram e não conseguiram manter-se sem fumar
- após parar de fumar apresentam síndrome de privação intensa

www.arslvt.min-saude.pt

Grupo Regional de
Cessação Tabágica

arslvt
LISBOA E VALE DO TEJO

USF DO PARQUE
Unidade de Saúde Tabágica