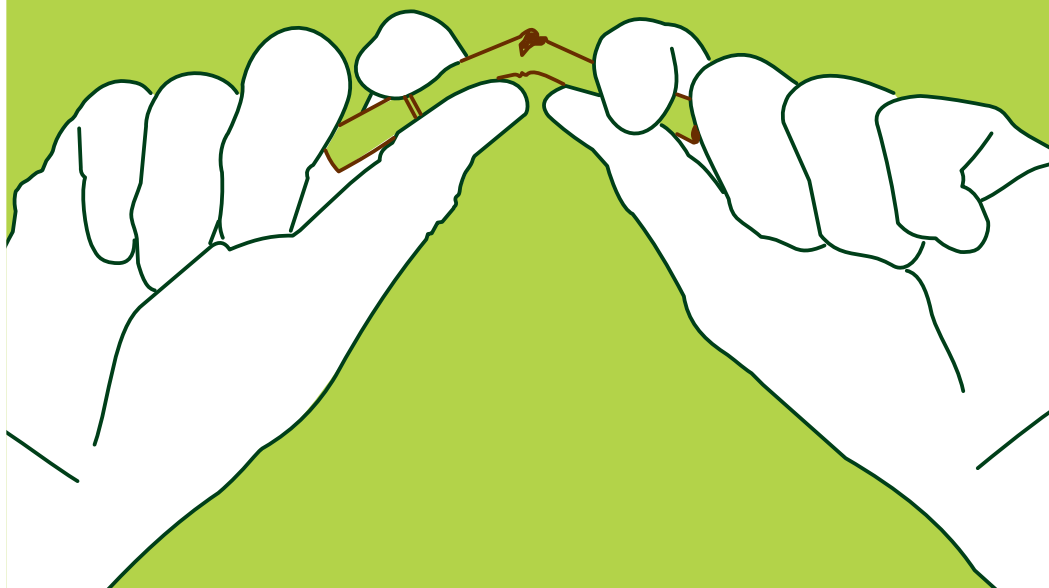


PROGRAMA

VIVA MAIS

Diversos motivos para parar de fumar.



Unimed 
Costa Oeste

Estima-se que 80% dos fumantes queiram parar de fumar, mas acabam sempre deixando esse dia para trás.

Separamos para você uma lista de motivos para superar o vício e largar o tabaco hoje mesmo!

Pela família e entes queridos:



- Dar bom exemplo aos filhos;
- Prevenir doenças como a bronquite, rinite, asma e otite nos filhos;
- Melhorar as relações com familiares, e amigos;
- Economizar muito dinheiro;
- Viver muitos anos para poder desfrutar com seus filhos e/ou netos.

Para melhorar a aparência física:



- Acabar com o mau hálito;
- Eliminar a cor amarela dos dentes e dedos;
- Ter a pele mais saudável, cabelos mais perfumados, sem o cheiro do cigarro;
- Sentir o aroma das coisas;
- Receber um abraço carinhoso e o elogio de estar mais cheirosa (o).

Para ter mais saúde:

- Respirar melhor, ter mais fôlego;
- Ter mais disposição para caminhar;
- Sofrer de menos resfriados e tosse;
- Ter menos problemas digestivos;
- Evitar o câncer de pulmão e outros tipos de câncer;
- Reduzir o risco de infarto, de derrame cerebral e enfisema.



Por você:

Valorize sua vida, cuide-a, previna-se, ame-se, exclua da sua vida esse hábito tão prejudicial a sua saúde, a sua família, e seus amigos... Pense nisso!



Você sabia?

A Unimed Costa Oeste disponibiliza um programa de acompanhamento voltado aos beneficiários que desejam cessar o tabagismo, como objetivo de ajudar você a superar esse malefício.

Saiba como participar:

45 3277-8025 ou **45 9 9138-3941**

ANS - nº 371106

Unimed 
Costa Oeste

Núcleo de Atenção à Saúde

Rua Largo Chico Mendes, 174
85903-260 Centro, Toledo - PR
T. (45) 3277-8090 ou (45) 3277-8025
C. (45) 9 9138-3941

www.unimedcostaoeste.com.br • SAC 0800 42 4554 • SAC - Deficientes Auditivos 0800 642 2009