

UFRJ livre do tabaco
Quixotes da saúde
"O IPPMG diz não ao cigarro"



INSTITUTO DE PUERICULTURA E PEDIATRIA MARTAGÃO GESTEIRA - UFRJ
IPPMG 60 anos

QUIXOTES DA SAÚDE

na LUTA contra o TABAGISMO
na INFÂNCIA e na ADOLESCÊNCIA



Mais saúde, esporte e lazer para toda família brasileira!

31 DE MAIO | Dia Mundial sem Tabaco

VAMOS FAZER A NOSSA TORCIDA!
Profissionais de saúde, estudantes,
professores, voluntários e simpatizantes.



VISTA A CAMISA DA SAÚDE E DO ESPORTE, SEJA CRAQUE NESTA JOGADA,
VOCÊ VAI MARCAR UM GOLÃO E A TORCIDA VIBRAR !

NO PAÍS DA COPA OS QUIXOTES DA SAÚDE

pretendem divulgar informação sobre os malefícios do cigarro, sensibilizar e mobilizar a todos para esta grande Campanha contra o Fumo.

DIGA NÃO AO CIGARRO!

A adolescência é a fase de maior risco para começar a fumar! A Organização Mundial da Saúde estima que a cada dia 100 mil jovens começam a fumar. No Brasil 75% dos fumantes iniciam o hábito de fumar antes dos 18 anos.

FUMOU? É PENALTI!

**Vamos mudar o jogo!
A HORA É ESSA!**

**NOSSO TIME JÁ ESTÁ
ESCALADO!**

**Juntos vamos
TORCER, VIBRAR E VENCER!**

NA LUTA CONTRA O TABAGISMO VAMOS LEVANTAR A TAÇA DA VITÓRIA,
VAMOS DIZER NÃO AO CIGARRO !

CARTÃO VERMELHO PARA O CIGARRO.

A fumaça do cigarro contém mais de 4700 substâncias tóxicas, poluindo o ar e o meio ambiente.

Causa:

Graves doenças respiratórias, cardiocirculatórias e diversos tipos de câncer, além de hálito ruim, dentes amarelados, odor nas roupas e cabelos, ardor nos olhos e tosse, envelhecimento mais rápido e até impotência sexual.

**PARAR DE FUMAR NÃO É
FÁCIL, PEÇA AJUDA A UM
PROFISSIONAL DE SAÚDE.**

**O SUS oferece tratamento gratuito!
DISQUE 136**

**Quixotes da Saúde IPPMG/UFRJ:
komquixotes2014@gmail.com**

VAI COMEÇAR A
PARTIDA...VOCÊ
ESTÁ ESCALADO
NESTA SELEÇÃO
PARA ENTRAR EM
CAMPO NA LINHA
DE FRENTE E, VOCÊ
VAI BRILHAR !

ESPORTE E CIGARRO
NÃO COMBINAM:
VOCÊ TERÁ
MENOS FÔLEGO E
DISPOSIÇÃO !