

Scris de newsreporter pe 27 octombrie 2022, 09:20

Studiu: Care e varsta ideala pentru a te lasa de fumat?

Bine, ideal ar fi sa nu te apuci niciodata dar, daca tot ai facut-o, indicat ar fi sa te lasi pana implinesti 35 de ani. Asta o spun niste cercetatori de la Universitatea din California, San Diego, care s-au apucat sa studieze rata mortalitatii in randul fumatorilor, in functie de categorii de varsta, scrie HotNews.



MmEwMDhjY2MwNmI4NWMyZjZjODE0N2FhNjU=.thumb_.jpg

Astfel, a reiesit ca indivizii care se lasa de fumat pana la varsta de 35 de ani prezinta o rata a mortalitatii similara cu a celor care nu au fumat niciodata. Cum ar veni, e ca si cum nu ai fi fumat in viata ta. Daca, in schimb, o mai amani pana pe la 44 de ani, ai cu 21% mai multe sanse sa te trezesti mort decat nefumatorii. O ultima categorie, cei care renunta la fumat la o varsta cuprinsa intre 45 si 54 de ani, prezinta o rata a mortalitatii cu 47% mai mare decat cei care nu au fumat niciodata.

Ce se intampla cu persoanele care continua sa fumeze si dupa 54 de ani nu ni se mai spune, de unde putem concluziona ca, de acolo... Dumnezeu cu mila. Studiul, publicat in revista [JAMA Network Open](#), a luat in calcul peste 550.000 de persoane, cu varste cuprinse intre 25 si 84 de ani, si s-a intins pe nu mai putin de noua ani. De-a lungul acestei perioade, circa 75.000 de indivizi dintre cei testati si-au pierdut viata.

Chiar daca exista diferente statistice intre anumite grupuri etnice, o concluzie ar fi ca, indiferent

de etnie sau categorie sociala, renuntarea la fumat reduce semnificativ riscurile unei morti premature, ceea ce nu e vreo noutate, dar e de notat.

[HotNews](#)

ADRESA: <http://crct.ro/nAn0>