



DEJAR DE FUMAR

Ya es posible en el Centro de Hipnosis Profesional de Gandia.

La nicotina es el principal causante de la adicción que produce el tabaco. Se trata de una sustancia incolora que se vuelve marrón al quemarse, dando el olor característico al tabaco. Su nombre se debe a Jean Nicot, embajador francés, quien en 1550 envió plantas y semillas de tabaco de Portugal a París y promovió su uso médico.

La nicotina es un potente veneno, una gota pura mata a una persona promedio. Un exceso de nicotina (entre 40 y 60 mg.) resulta letal para el ser humano. Un cigarrillo suele tener en torno a los 10 mg. de nicotina.

En el caso de los cigarrillos, la nicotina se absorbe en los pulmones pasando a la sangre y alcanzando el cerebro en torno a los 7 segundos después de su inhalación. Al llegar al cerebro, la nicotina por un lado eleva el flujo de adrenalina, lo que provoca el au-

mento de la frecuencia cardíaca y la presión arterial, y por otro aumenta los niveles del neurotransmisor dopamina en los llamados circuitos de gratificación, de lo que se deriva su naturaleza adictiva.

Endurece las paredes de las arterias, provocando que dejen de ser elásticas, cuando decidimos hacer un ejercicio, con estas venas poco elásticas puede provocar accidentes vasculares, en el cerebro y en el corazón.

El humo del cigarrillo tiene más de 4.000 productos químicos como amoníaco (para limpiar baños) y arsénico (veneno de ratas), de los cuales alrededor de 40 son cancerígenos.

Los estudios demuestran que los fumadores pierden siete minutos de vida cada vez que fuman un cigarrillo.



Los hijos de los padres que fuman tiene más catarros, alergias, infecciones de oído y asma.

Fumar durante el embarazo aumenta el riesgo de tener aborto espontáneo, bebés de bajo peso o prematuros.

El humo de segunda mano mata muchas personas no fumadoras por año.

Hay más muertes por enfermedades causadas por el tabaco que las causadas por el SIDA, accidentes de coche, drogas ilegales, asesinato y suicidios juntos. De cada 1.000 muertes evitables 1 se debe a drogas ilegales, 2 al SIDA, 20 a accidentes de tráfico y 150 al tabaco. De todos los fumadores que existen en el mundo, la mayoría morirá de forma precoz a causa del tabaco.

Las compañías de tabaco gastan 13 millones de dólares diarios en propagandas de cigarrillo. Ellas saben que si empiezas a fumar en la adolescencia te convertirás en un adulto fumador. Por otro lado, si no empiezas en la adolescencia lo más probable es que no fumarás nunca.

Toma entre 5 y 10 años para igualarte el no fumador en el riesgo de sufrir cáncer y enfermedades del corazón.

¿Qué es el piloto automático?

Todo lo que hacemos de forma rutinaria, lo hacemos con programaciones en el inconsciente. Esto es muy beneficioso, ya que una vez aprendido "algo" podemos hacerlo sin pensar, por lo que lo hacemos más rápidamente.





Pero, cuando lo que aprendemos es perjudicial para nuestra salud, es donde reside el peligro.

El fumar se ha vuelto rutinario en nuestra vida. Todos los fumadores tienen conectado el PILOTO AUTOMÁTICO, de forma que a veces, encienden un cigarrillo sin haber acabado el que tienen en el cenicero.

En estos casos el PILOTO AUTOMÁTICO, es muy potente, ya que “refuerza” cada vez que REPETIMOS un hábito. Los fumadores tienen fuertemente gravados esos conductos neuronales que les impiden dejar de fumar, de forma voluntaria. Con la Hipnosis Profesional Resolutiva, se le da un fuerte impulso motivador para que dejen el tabaco de una forma total y absoluta.

¿Por qué es mejor la Hipnosis Profesional para eliminar el tabaco de sus vidas?

Porque la “instalación” de su conducta está en su inconsciente y es desde allí donde se

debe proceder a su “desinstalación”. Todos nuestros aprendizajes se “registran” allí y el único método para acceder es a través de la Hipnosis.

En el Centro de Hipnosis Profesional, se utiliza el método más eficaz, el cognitivo – conductual adaptado al protocolo de Hipnosis Resolutiva, para así unidos resolver con eficacia, rapidez y de forma definitiva, todos sus problemas de adicciones.

¿Es usted un sufridor/a del tabaco?

Ahora puede eliminar el tabaco de su vida para siempre. Llame al Centro de Hipnosis Profesional y podrá disfrutar de una calidad de vida sin humos, para usted y para los suyos. ■

Centro de Hipnosis Profesional Gandia

C/ Ctra de Barx, 34 - 2^o - 12.

46702 Gandia

Tel. 96 070 93 93