

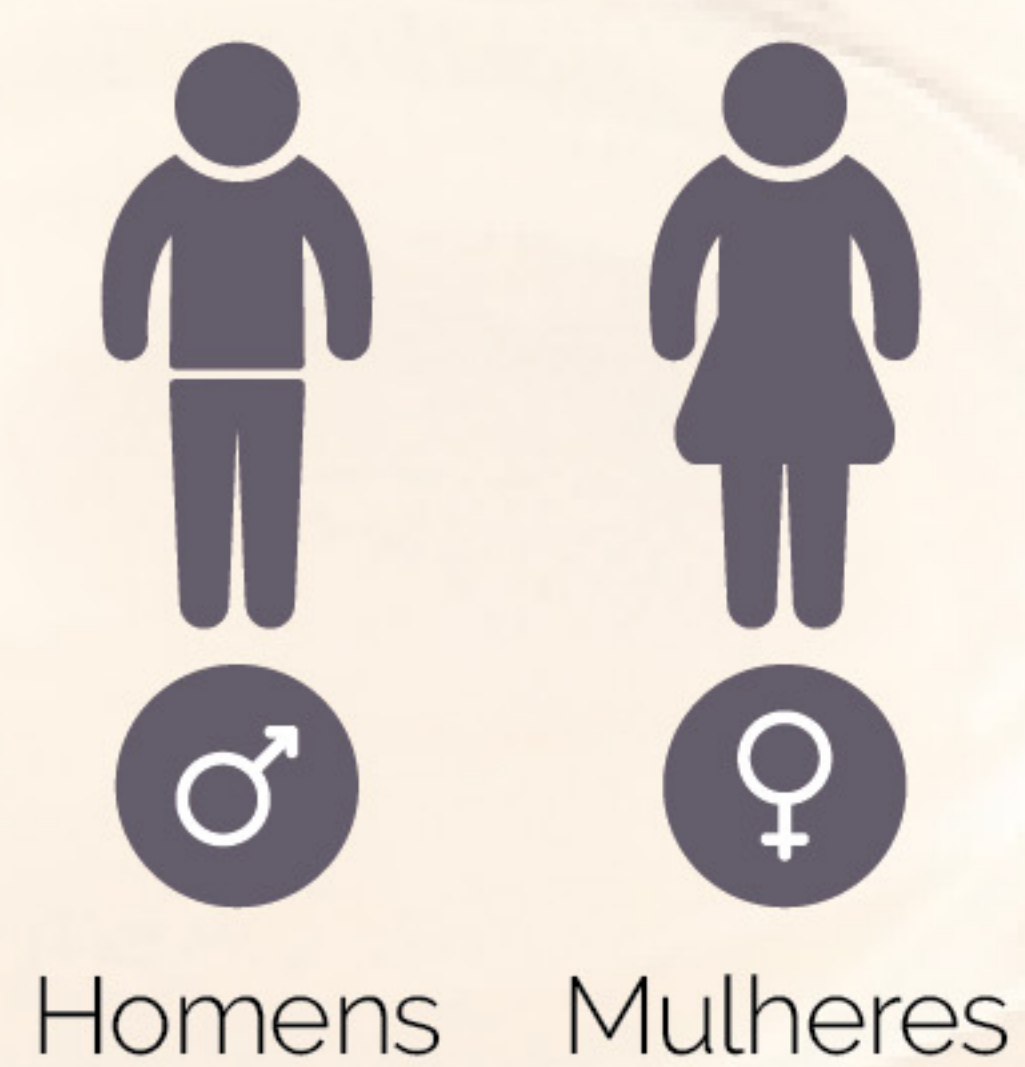
CUIDADO COM O ÁLCOOL E O TABACO

Para prevenir doenças e manter a boa forma,
SIGA ESTES CONSELHOS E TENHA...

Peça ajuda ao seu médico ou farmacêutico
para o ajudar a conseguir **deixar de fumar** e
a **moderar o consumo de álcool**.

...MAIS
SAÚDE

1 unidade de álcool corresponde a:



Não devem
beber mais que

14 UNIDADES
de álcool
por semana



OU



OU



PELA
SUA SAÚDE,
DEIXE DE
FUMAR!

MODERE
O CONSUMO
DE ÁLCOOL!

NUNCA É TARDE
PARA ADOTAR UM
**ESTILO DE VIDA
SAUDÁVEL!**