

La nicotina mette sotto sforzo il cuore



La nicotina, una neurotossina, nuoce alla salute. Essa ...

- aumenta le pulsazioni e la pressione del sangue, cosa che porta a un aumento non necessario dell'attività cardiaca,
- restringe i vasi sanguigni piccoli e grandi (arterie), che riforniscono i muscoli di sangue,
- provoca una maggiore resistenza contro cui il cuore deve pompare di più,
- aumenta il fabbisogno d'ossigeno del 15%.

Conclusione

Il rendimento (<https://coolandclean.ch/it/themen/tabak/Rauchen-mindert-die-Ausdauerleistung>) diminuisce, le prestazioni sportive si riducono.

Maggiori informazioni sull'argomento:

Fumare diminuisce le capacità di resistenza (<https://coolandclean.ch/it/themen/tabak/Rauchen-mindert-die-Ausdauerleistung>)

Gioco «Fumare danneggia la salute» (<https://coolandclean.ch/it/themen/tabak/Banditen-Verfolgung>)

Per maggiori informazioni: <https://www.coolandclean.ch>