

La Organización Mundial de la Salud advierte:

- El consumo de tabaco causa la muerte a más de 5 millones de personas al año y es responsable de la muerte de 1 de cada 10 adultos.
- Más del 70% de las muertes por cáncer de pulmón, bronquios y traquea son atribuibles al consumo de tabaco.
- La mitad de los más de 1.000 millones de fumadores en el mundo morirán prematuramente de una enfermedad relacionada con el tabaco.
- Además de los elevados gastos de salud pública relacionados con el tratamiento de enfermedades causadas por el tabaco, el tabaco mata a las personas en la cúspide de su vida productiva.

**"USA TU CEREBRO,
NO LO LLENES DE HUMO, NO FUMES"**

Dr. Dorado. Neurólogo del Hospital Los Madroños

"FUMAR ACORTA LA VIDA"

Dr. Rubio. Jefe de Servicio de Cardiología del Hospital Los Madroños

Enfermedades y trastornos que provoca el tabaco

Las **enfermedades relacionadas con el tabaco** son muchas y variadas. Unas están directamente causadas por el **tabaco**, otras se agravan:

- **Cáncer:** de pulmón, el de los labios o lengua, el cáncer de garganta, y las menos conocidas, pero igualmente devastadoras como el cáncer de esófago y el de vejiga.
- **Los problemas de colesterol:** el tabaco produce en nuestro organismo lo que se conoce como colesterol malo.
- **Las enfermedades del corazón y de vasos:** la obstrucción de las arterias son la causa de los infartos de miocardio, de los ataques de apoplejía, de crisis cardíacas, de la angina coronaria...
- **Las bronquitis y el enfisema:** consecuencias directas del hábito de fumar.
- **Enfermedad por reflujo gastroesofágico:** causa acidez estomacal.
- **Enfermedad vascular periférica:** mala circulación en las arterias de las piernas.
- **Diabetes:** factor muy agravante en este tipo de enfermedad.
- **Degeneración de la retina:** riesgo de perder la vista.
- **Problemas durante el embarazo:** aumenta el riesgo de aborto espontáneo, anormalidades de la placenta, hemorragias... y después del embarazo, el síndrome de la muerte súbita del lactante, la disminución de la cantidad y calidad de la leche materna.

No hay que olvidar que el **tabaquismo pasivo** es muy vicioso, ya que tiene consecuencias en personas que ni siquiera son conscientes de que corren un riesgo.

“El tabaco es directamente responsable de, aproximadamente, el 90 % de las muertes por cáncer de pulmón y del 80-90% de la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y enfisema, siendo la primera causa de invalidez y muerte prematura en el mundo”

Tabaco y cáncer

- El cáncer es una de las principales causas de muerte en todo el mundo.
- Al dejar de fumar, el riesgo de cáncer disminuye constantemente cada año, a medida que las células anormales son remplazadas por células normales. Si bien el riesgo disminuye, muchos investigadores piensan que nunca vuelve a ser igual al de un no fumador.
- Los tipos de cáncer más frecuentes en todo el mundo son (por orden de mortalidad):
 - En los hombres: pulmón, estómago, hígado, colon y recto, esófago y próstata.
 - En las mujeres: mama, pulmón, estómago, colon y recto, y cuello uterino.

¿Qué contiene un cigarrillo?

Entre otros muchos componentes, un cigarrillo contiene:

Nicotina: se deposita en los pulmones del fumador en forma de una potente mezcla de partículas y gases. Es rápidamente absorbida en la sangre y llega al cerebro en unos 10 segundos.

Monóxido de carbono: todo humo de cigarrillos contiene monóxido de carbono, el mismo gas venenoso expulsado por los tubos de escape y las fugas de gas.

Alquitrán: es un término colectivo que se utiliza para miles de sustancias químicas que se desprenden en el humo del cigarrillo. Asimismo, el alquitrán es la sustancia amarillenta y pegajosa que mancha los dientes y dedos de los fumadores, depositándose asimismo en los pulmones.

Gas cianhídrico: el humo visible es tan sólo el 5-8% del total de lo que se produce al consumir cigarrillos.

Amonio: se utiliza para cristalizar la nicotina, un proceso similar al que se hace para convertir el polvo de cocaína en crack.

