

EFFECTOS EN LA SALUD POR EL CONSUMO DEL TABACO

En esta edición de nuestro Boletín PUNTO INFORMATIVO hablaremos de los efectos en la salud por el consumo del tabaco que, para el año 2011, se estimaron seis millones de muertes asociadas al consumo de tabaco, 80 % de las cuales fueron en países con ingresos medio y bajo.

El hábito del tabaquismo es considerado por la Organización Mundial de la Salud, y por otras organizaciones como una práctica no segura: no es "libre y exenta de todo peligro, daño o riesgo". Se considera como un factor de riesgo alto para muerte por enfermedad cardiocerebrovascular y muertes asociadas a cáncer, en especial, el de pulmón.

Además de los riesgos para el fumador, existe el humo de segunda o humo de tabaco ambiental, el cual también disminuye la supervivencia y aumenta los casos de enfermedades prevenibles en los no fumadores.



Enfermedad cardiocerebrovascular

El consumo de tabaco se asocia a enfermedad aterosclerótica, daño, oclusión arterial y trombosis coronaria. En el sistema vascular también se relaciona con aneurisma de la aorta abdominal y con enfermedad vascular periférica.



Compromiso pulmonar

Los componentes del tabaco afectan el pulmón, bronquios y tráquea. Además de la relación con el desarrollo de cáncer pulmonar, también se relacionan con tos crónica, asma, bronquitis, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) y con infecciones respiratorias como influenza, neumonía y tuberculosis.

Salud materna y neonatal

El tabaquismo se relaciona con embarazo ectópico, retraso del crecimiento intrauterino, bajo peso al nacer, abrupcio placentario, placenta previa, ruptura prematura de membranas, parto prematuro, aborto espontáneo y muerte fetal. En el neonato aumenta el riesgo de síndrome de muerte súbita del infante, alteración desarrollo pulmonar, exacerbación del asma e infecciones del tracto respiratorio superior e inferior.

El consumo de tabaco tiene el potencial de afectar cualquier órgano o sistema. Se resumen algunos de sus efectos en la tabla 1.

Tabla 1. Efectos del consumo de tabaco en el cuerpo

<p>OJOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escozor y lagrimeo - Ceguera (degeneración macular) - Cataratas 	<p>OIDOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pérdida de audición - Infecciones 	<p>NARIZ</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cáncer - Deterioro del sentido del olfato 	<p>PIEL Y CABELLO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cambio del color y olor - Psoriasis - Pérdida del tono de la piel - Envejecimiento prematuro, arrugas
<p>DIENTES</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gingivitis - Periodontitis - Caries - Decoloración 	<p>BOCA Y GARGANTA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cáncer de labios, boca, garganta, laringe y faringe - Deterioro del sentido del gusto - Halitosis 	<p>CEREBRO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Accidente cerebrovascular - Ansiedad 	<p>SISTEMA CIRCULATORIO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enfermedad vascular periférica - Enfermedad de Buerger - Trombosis venosa profunda (TVP)
<p>SISTEMA HEMATOPOYÉTICO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cáncer de médula ósea - Leucemia mieloide aguda - Alteración del sistema inmune 	<p>SISTEMA GASTRO INTESTINAL Y GENITOURINARIO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cáncer gástrico, esófago, colon, hígado y páncreas. - Úlcera péptica - Cáncer renal - Cáncer de vejiga 	<p>GLÁNDULAS MAMARIAS Y SISTEMA REPRODUCTIVO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cáncer de seno - Cáncer cérvix - Infertilidad - Impotencia - Menopausia temprana - Dolor menstrual 	<p>SISTEMA ÓSEO</p> <ul style="list-style-type: none"> - Osteoporosis - Fractura de cadera

RECOMENDACIONES

Diferentes estudios han demostrado que el abandono del consumo de tabaco disminuye el riesgo de enfermedad coronaria y cáncer. Además, también existen pruebas sobre la efectividad de las intervenciones en salud pública para la reducción del consumo como las políticas contra el humo de segunda mano, el aumento del precio, las campañas en los medios y las acciones en la atención en salud.

Existen múltiples estrategias en la atención en salud. A pesar de las dudas sobre su efectividad, la consejería por parte de los Profesionales Salud sobre el abandono del cigarrillo, tiene un gran impacto debido a su alcance.

Se recomienda el enfoque motivacional: relevancia, riesgos, recompensas, obstáculos y repetición. Indicar la importancia de dejar de fumar por motivos personales y familiares, las posibles consecuencias negativas del consumo de tabaco, los beneficios, las limitaciones y recordar en cada atención.

REFERENCIAS

American Cancer Society. World Lung Foundation. Tobacco Atlas. [Internet]. [Consultado marzo de 2012]. Disponible en: <http://www.tobaccoatlas.org/>

Real Academia Española. [Internet]. Consultado mayo de 2012. Disponible en: <http://www.rae.es/RAE/Noticias.nsf/Home?ReadForm>

Stead LF, Bergson G, Lancaster T. Physician advice for smoking cessation. Cochrane Database Syst Rev. 2008 Apr 16;(2):CD000165.

U.S Department of Health & Human Services. Office of the Surgeon General. Tobacco cessation guideline. [internet] 2008. [Consultado en mayo de 2012]. Disponible en: <http://www.surgeongeneral.gov/library/reports/preventing-youth-tobacco-use/index.html>