

LUCHA CONTRA EL TABAQUISMO



El tabaquismo se ha convertido en un problema de salud pública a nivel mundial, en México, el 18.5% de la población son fumadores, ocasionando 60,000 muertes al año. Para 2030 se espera que haya 8 millones de muertes anuales en el mundo.

Los costos directos de la atención médica ascienden a 10 mil 656 millones de pesos al año en el país. También genera pérdidas generadas por muertes prematuras, ausentismo laboral, pérdidas por productividad.

Las estrategias de la OMS, están encaminadas en la creación de políticas para el control del uso del tabaco, estas estrategias son:

- Vigilancia de su consumo.
- Protección a la población del humo de tabaco.
- Ofrecer ayuda para su abandono.
- Advertir sus peligros a la salud.
- Restricción de patrocinios, promociones y publicidad.
- Aumentar los impuestos a las cajetillas.

Las enfermedades más caras debidas al tabaquismo fueron el infarto agudo al miocardio y la enfermedad cerebro vascular, tomando en cuenta sólo el tratamiento. El 12% de las defunciones por cardiopatías son atribuibles a la exposición al humo de tabaco. Actualmente, 9 de cada 10 personas con cáncer de pulmón son derivados del tabaquismo, las sustancias tóxicas del tabaco debilitan el sistema inmune del cuerpo, dificultando la muerte de células cancerosas y daña el DNA celular, ocasionando un crecimiento celular, sin control. Dejar de fumar disminuye los riesgos de cáncer de pulmón, boca, garganta, esófago y laringe.

Existen criterios para establecer un trastorno por dependencia a la nicotina los cuales incluyen la tolerancia a la sustancia y síndrome de abstinencia.



El tratamiento para el abandono del consumo de tabaco, además de la psicoterapia, incluye la terapia de reemplazo de nicotina. Son productos que usan dosis bajas de nicotina que evitan el síndrome de abstinencia y la ansiedad, con distintas presentaciones como parches cutáneos, goma de mascar, aerosol nasal o pastillas.

La terapia farmacológica debe ser parte de un programa integral para el abandono del tabaco con apoyo del médico, actúan a nivel del sistema nervioso central y no contienen nicotina. Hay medicamentos que tienen propiedades psicoestimulantes y son indicados también como antidepresivos. Hay otra alternativa farmacológica, que además de combatir la ansiedad y abstinencia, disminuye los efectos de la nicotina, todos son medicamentos que sólo puede prescribir el médico tratante.

El uso de cigarrillos electrónicos es controversial ya que estudios recientes demuestran que sus ingredientes son tan tóxicos como la nicotina, su uso no está autorizado en países y hay pocas fuentes de información sobre las sustancias que emplean y sus efectos distintos.

El 31 de mayo se celebra el Día Mundial Sin Tabaco y las campañas están enfocadas en la sensibilización a la población sobre la relación existente entre el consumo de tabaco, las cardiopatías y enfermedades cardiovasculares.

Referencias:

<http://journals.plos.org/plosbiology/article?id=10.1371/journal.pbio.2003904>
<http://www.who.int/tobacco/quitting/background/es/index1.html>
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007438.htm>
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/007439.htm>
http://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=article&id=311:prevencion-control-tabaquismo&Itemid=387
<https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/spanish/enfermedades/tabaquismo-cancer.html>
<http://www.who.int/campaigns/no-tobacco-day/2018/event/es/>
http://www.milenio.com/cultura/tabaquismo-cuesta-sector-salud_0_438556148.html



Realizado por:

Dr. Carlos Octavio Martínez Molina

Contacto:

Dr. Mario A. Roque Linares | Gerente Gestión Médica

+52.55.5387.6000 | e. 6532 | mario.roque@aon.com | aon.com.mx