PARSALUD
Plan Administrado Rontarca Salud C.A.
RIF: J-30399272-2

Rontarca | Willis
Sociedad de Corretaje de Seguros
RIF: J-00032581-2

TABACO Y SALUD

FACTORES CONSECUENCIAS Y RIESGOS

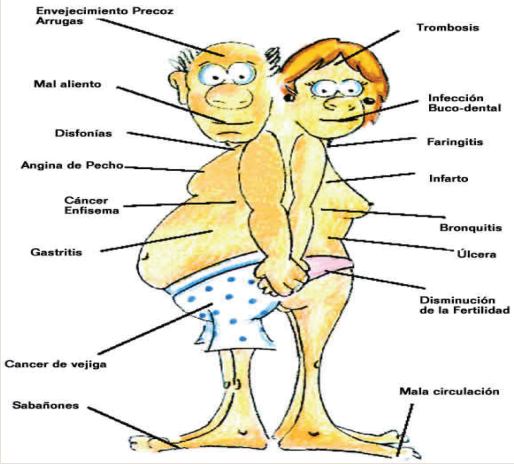
TABACO Y SALUD

El consumo de tabaco constituye la primera causa de pérdida de salud, así como de muerte prematura y evitable en los países desarrollados. Los fumadores presentan, en conjunto un exceso de mortalidad sobre los no fumadores de aproximadamente entre un 40 y 50%.

ENTRE LOS FACTORES DE RIESGO PARA INICIAR LA ADICCIÓN AL TABACO ESTÁN:

- La edad, ya que generalmente esta adicción se inicia entre los 10 y los 16 años de edad.
- La curiosidad, que lleva a probar el tabaco sin darse cuenta que al poco tiempo de consumo ya se genera la dependencia.
- Los retos de los amigos.
- Los medios de comunicación, que presentan en sus anuncios como triunfadores, elegantes y saludables a los consumidores.
- La facilidad para conseguir cigarros, porque a pesar de existir reglamentos que prohíben la venta a menores de edad, clandestinamente los consiguen o consumen los de los padres.
- Tener en casa algún padre o familiar fumador.
- La permisibilidad de fumar en casa o en las escuelas y la aceptación social de esta droga.
- La falta de información y de capacidad para comprender los riesgos y daños a que están expuestos.

EFECTOS NOCIVOS DEL TABACO EN EL ORGANISMO



CONSECUENCIAS DEL TABACO

Cáncer: incrementa los riesgos de desarrollar un cáncer. El aparato digestivo, la vejiga, los pulmones, la lengua y la garganta se ven particularmente afectados.

Enfermedades cardiovasculares: El tabaquismo es uno de los principales factores de riesgo de las enfermedades cardiovasculares: infarto de miocardio, hipertensión arterial, arteritis de los miembros inferiores, accidente vascular, impotencia y trombosis se agravan en los fumadores. El tabaquismo favorece la formación de la placas de ateroma que se depositan en las arterias, obstruyendo las parcialmente y a veces totalmente.

Alergias: el tabaco aumenta el riesgo de rinitis y de conjuntivitis alérgica a causa de su papel irritante.

Manifestaciones respiratorias: asma y bronquitis crónica frecuentemente: El tabaquismo es la primera causa de las enfermedades del aparato respiratorio tales como la bronquitis crónica y el asma. El alquitrán proveniente del humo del cigarrillo altera los pequeños cilios de las paredes de las vías respiratorias.

Efectos del tabaco sobre la piel: Aparición de arrugas debidas una degradación de las fibras elásticas, piel grisácea, aliento desagradable, causa el amarillento de los dientes y mala cicatrización.

Problemas ORL: infecciones relacionadas con la nariz, la garganta y oídos son más frecuentes en los fumadores. Los fumadores presentan más amigdalitis, rinofaringitis, laringitis y otitis. La voz ronca y tos tan típica de un “gran fumador” es identificable en personas fumadoras.

Alteración SNC: el tabaquismo es un factor de riesgo para la enfermedad Coronaria y la enfermedad oclusiva arterial periférica; en fumadores hay un riesgo tres veces mayor de infarto cerebral; si el paciente tiene HTA el riesgo de Hemorragia Subaracnoidea es 15 veces mayor. El consumo de cigarrillos casi duplica el riesgo de una persona de sufrir un accidente cerebrovascular (Acv) isquémico independientemente de otros factores de riesgo. Es responsable directamente de un mayor porcentaje del número total de ACV en adultos jóvenes.

El fumador pasivo también tiene riesgo de ictus porque aumenta el riesgo de progresión de aterosclerosis.

El tabaquismo de las mujeres ha aumentado regularmente a lo largo de estos últimos años. Dejar de fumar antes de los 50 años reduce al 50% los riesgos de muerte en los próximos 15 años.

QUÉ ACARREA EL TABACO EN LA MUJER:

- Ciclos hormonales más irregulares y reglas a menudo más dolorosas.
- Un descenso de la fertilidad y una disminución de las posibilidades de tener un hijo: el plazo de fecundación es en general más largo que en las mujeres que no fuman.
- Las fumadoras necesitan el doble de tiempo para quedar embarazadas.
- Un aumento del riesgo de cáncer de pulmón, del cuello del útero.
- Adelanto de la edad de la menopausia.
- Asociar el tabaco y la píldora aumenta aún más los riesgos cardiovasculares.
- El riesgo de trombosis venosa, presencia de coágulos de sangre en las venas, se multiplican por 40 en las mujeres de más de 40 años que toman la píldora.

TABACO Y EMBARAZO

Los riesgos de tener un aborto espontáneo se multiplican por 2- 3 en las fumadoras. Puede ser más elevado en las grandes fumadoras de más de un paquete al día. El tabaquismo es la primera causa de parto prematuro.

TABACO Y REPERCUSIONES EN EL FETO

Fumar durante el embarazo es perjudicial para la madre y para el desarrollo de su futuro bebé. Las consecuencias del tabaquismo de la futura madre sobre el feto son múltiples: La nicotina pasa a través de la placenta y es absorbida por el feto, es lo que llamamos el tabaquismo pasivo in útero. El monóxido de carbono que proviene del humo de los cigarrillos pasa a la sangre del feto y puede privar parcialmente de oxígeno al feto. El pasaje del monóxido de carbono en la sangre del feto provoca: Una hipotrofia, disminución del peso del bebé al nacer de más o menos 200 gramos como mínimo. Una disminución de la talla y del perímetro craneal. El riesgo de dar a luz a un bebé que pese menos de 2,5 Kg. es dos veces superior en las madres fumadoras. Un peso bajo al nacer expone al recién nacido a complicaciones. Los bebés que han estado en contacto con el tabaco durante el embarazo de su madre tienen más riesgo de volverse fumadores y de fumar precozmente.

LA NICOTINA ACTÚA A DIFERENTES NIVELES:

Acción sobre el Sistema Nervioso Autónomo (SNA), se produce un incremento en la frecuencia cardiaca (FC) y Presión arterial media (PAM); en el SNC la nicotina tiene efectos estimulantes y depresivos sobre el cuerpo. La estimulación del SNC puede causar temblores al fumador. Como agente productor de euforia, la nicotina provoca excitación y relajación en situaciones estresantes.
Alteraciones del sistema de coagulación. La nicotina tiene efectos trombogénicos.

Alteraciones lipídicas, se produce un estado de hipercolesterolemia con aumento de las VLDL y disminución de la HDL, factores que favorecen la deposición lipídica en la íntima vascular y la formación de estrías grasas (ateroesclerosis).

Disfunción endotelial: (epitelio simple que se encuentra tapizando el interior de los vasos sanguíneos), El humo del cigarrillo contiene 300 a 500 partes por millón de óxido nítrico, el cual al reaccionar con oxigeno produce peróxido de hidrógeno, involucrado en el daño endotelial.

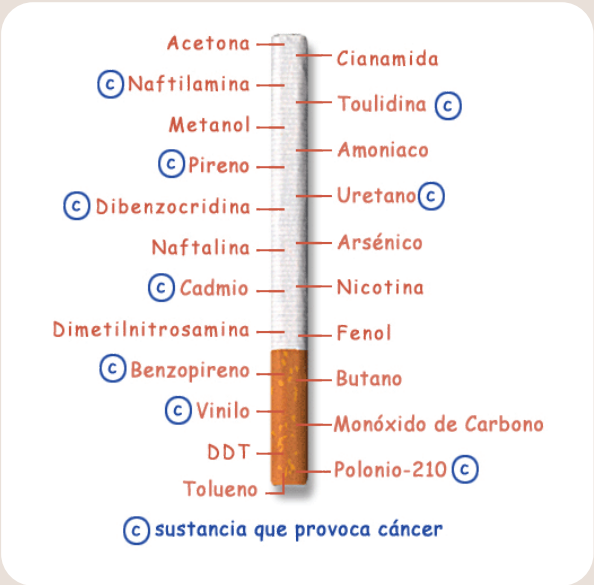
En general, la exposición a la nicotina puede causar una aceleración de la enfermedad de las arterias coronarias, úlcera péptica, trastornos reproductivos, reflujo esofágico, hipertensión, enfermedades y muerte fetal y retardo en la curación de heridas.

RAZONES PARA DEJAR DE FUMAR

- Mejorar tu salud
- Respirar mejor
- Tener menos resfriados y menos tos
- Sentir más energía
- Mejorar tu apariencia física
- Eliminar el mal aliento y tener un sabor más agradable en la boca
- Quitar el color amarillo de los dientes y de los dedos
- Cuidar la salud y el bienestar de tu familia
- Dar un mejor ejemplo a tus hijos
- Prevenir las enfermedades en los hijos, como la bronquitis y los resfriados
- Mejorar las relaciones con tus seres queridos
- Ahorro de dinero
- Evitar los incendios y/o quemaduras
- Vivir muchos años para poder disfrutar más
- Evitar problemas graves de salud en el futuro
- Evitar el cáncer de pulmón y otros tipos de cáncer
- Evitar las enfermedades del corazón

Estudios han demostrado que además de la nicotina, el tabaco contiene 19 carcinógenos conocidos y más de 4.000 sustancias químicas. Fumar es una forma muy adictiva de consumir nicotina, porque al inhalar el humo los pulmones lo reciben rápidamente y en aproximadamente 10-20 segundos está en el cerebro. En los fumadores regulares, las concentraciones de nicotina se acumulan en la sangre.

ALGUNOS COMPONENTES DEL CIGARRILLO:



ELABORADO POR:
Dr. José Ramírez
Sub Gerente Médico
Colaboradores: Staff Médico.
RONTARCA WILLIS