31 DE MAYO - DÍA MUNDIAL SIN TABACO
"El tabaco es una amenaza para todos"

Fuente:

DATOS Y CIFRAS

- El tabaco mata hasta a la mitad de las personas que lo consumen.
- Cada año, más de 8 millones de personas fallecen a causa del tabaco. Más de 7 millones de estas defunciones se deben al consumo directo de tabaco y alrededor de 1,2 millones son consecuencia de la exposición de no fumadores al humo ajeno.
- Más del 80% de los 1300 millones de consumidores de tabaco que hay en el mundo viven en países de ingresos medianos o bajos.

UNA DE LAS PRINCIPALES CAUSAS DE MUERTE, ENFERMEDADES Y EMPOBRECIMIENTO

La epidemia del tabaquismo es una de las mayores amenazas para la salud pública que ha tenido que afrontar el mundo, es perjudicial en todas sus modalidades y no existe un nivel seguro de exposición al tabaco.

El tabaco sin humo es sumamente adictivo y perjudicial para la salud (vapeadores); contiene muchas toxinas cancerígenas y su consumo incrementa el riesgo de cánceres de cabeza, cuello, garganta, esófago y cavidad bucal (como cáncer de boca, lengua, labios y encías), así como de varias enfermedades dentales.

El tabaco es un gran generador de pobreza; en algunos países, los niños trabajan en el cultivo de tabaco para aumentar los ingresos familiares, además origina elevados costos sanitarios derivados de tratar las enfermedades que causa.

EL HUMO AJENO MATA

• No hay un nivel seguro de exposición al humo de tabaco ajeno, que provoca anualmente más de 1,2 millones de muertes prematuras y graves trastornos cardiovasculares y respiratorios.

• Casi la mitad de los niños respiran habitualmente aire contaminado por humo de tabaco en los lugares públicos y, 65000 mueren cada año por enfermedades atribuibles al humo ajeno.

LOS CONSUMIDORES NECESITAN AYUDA PARA ABANDONAR EL TABACO

Los estudios demuestran que pocas personas conocen los riesgos concretos para la salud que entraña el consumo de tabaco. Ahora bien, cuando los fumadores pasan a ser conscientes de los peligros del tabaco, la mayoría quieren dejarlo.

Sin apoyo para dejar de fumar, solo el 4% de los intentos funcionan.

El apoyo profesional y una medicación de eficacia probada pueden duplicar las probabilidades de éxito para abandonar el tabaco.

CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS

Los cigarrillos electrónicos no contienen tabaco, si nicotina y algunos agentes cancerígenos, que son perjudiciales para la salud y no son seguros. Actualmente se cuenta con poca evidencia para ofrecer una respuesta clara sobre los efectos a largo plazo de su uso o la exposición a ellos.

Son especialmente peligrosos para los niños y los adolescentes. La nicotina es un producto muy adictivo y el cerebro de los jóvenes sigue desarrollándose hasta los 25 años, aumenta el riesgo de cardiopatías y afecciones pulmonares. Su uso también conlleva riesgos considerables para las mujeres embarazadas, ya que puede perjudicar el crecimiento del feto.

COMPROMÉTETE A DEJARLO

La pandemia de COVID-19 ha llevado a millones de consumidores de tabaco a afirmar que desean dejarlo.

Ingresa al siguiente enlace:
https://www.youtube.com/watch?v=uATdLb_mHD4&ab_channel=WorldHealthOrganization%28WHO%29

Área de Salud – Bienestar Universitario