

# EL CUERPO DEL FUMADOR

El cáncer de pulmón y las cardiopatías no son los únicos causantes de serios problemas de salud y de defunciones



Según la **Organización Mundial de la Salud**, el tabaquismo se cobra una vida cada 8 segundos. Las investigaciones realizadas llevan a pensar que las personas que empiezan a fumar durante la adolescencia (como ocurre en más del 70% de los casos) y siguen haciéndolo durante 20 años o más vivirán entre 20 y 25 años menos que quienes nunca hayan probado el tabaco. El cáncer de pulmón y las cardiopatías no son los únicos causantes de serios problemas de salud y de defunciones. A continuación se describen algunos efectos secundarios menos conocidos del tabaco, cuyo consumo nos afecta de la cabeza a los pies.

## 1. Caída del cabello:



El tabaco debilita el sistema inmunitario (defensas) y hace que el organismo sea más vulnerable a enfermedades del cuero cabelludo, que pueden ocasionar la caída del pelo.

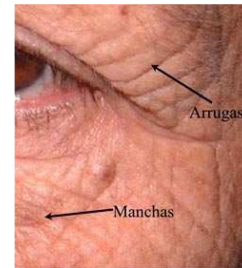
## 2. Catarata:



Se considera que el tabaco causa o agrava varias afecciones oculares. El porcentaje de personas con **catarata**, (es una opacificación del cristalino que impide el paso de la luz y puede causar ceguera), es un 40% mayor entre los fumadores. El consumo de tabaco

también se asocia con la **degeneración macular** relacionada con la edad, una oftalmopatía incurable causada por el deterioro de la zona central de la retina, llamada mácula. En esta zona se enfocan las imágenes, lo que nos permite leer, conducir vehículos, reconocer rostros o colores y apreciar los detalles de los objetos.

### 3. Arrugas:



El tabaco provoca un envejecimiento prematuro de la piel debido al desgaste que ocasiona de las fibras que le dan elasticidad, así como a la reducción del riego sanguíneo que sufre el tejido. Los fumadores tienen una piel seca, áspera y surcada por arrugas diminutas, especialmente en torno a los labios y los ojos.

### 4. Pérdida de oído:



El tabaco hace que se formen placas en las paredes de los vasos sanguíneos, con la consiguiente reducción del riego del oído interno. Por ello, los fumadores pueden perder oído a edades más tempranas. Asimismo, los fumadores son tres veces más propensos que los no fumadores a padecer infecciones del oído medio que pueden acarrear otras complicaciones, como meningitis y parálisis facial.

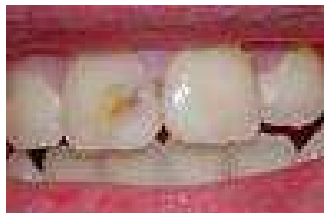
### 5. Cáncer de piel:



El riesgo de los fumadores de padecer carcinoma de piel se duplica respecto a los no fumadores.

El tabaco no causa melanoma (un tipo de cáncer de piel que puede resultar mortal) pero sí aumenta las probabilidades de morir como consecuencia de él.

## 6. Deterioro de la dentadura:



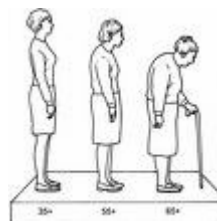
El tabaco, provoca un exceso de sarro, tiñe los dientes de amarillo y acelera el deterioro de la dentadura. El riesgo de perder los dientes se multiplica por 1,5 en los fumadores.

## 7. Enfisema:



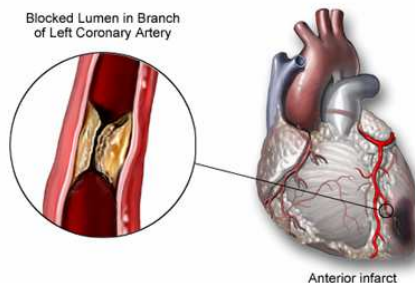
Además del cáncer de pulmón, el tabaco causa enfisema (distensión y ruptura de los alvéolos del pulmón) y reduce la capacidad pulmonar de captar oxígeno y expulsar dióxido de carbono. En casos extremos, se somete al paciente a una traqueotomía

## 8. Osteoporosis:



El monóxido de carbono, el gas más nocivo proveniente del humo de combustión de los vehículos y del tabaco, es absorbido por la sangre mucho más rápidamente que el oxígeno, lo que reduce hasta en un 15% la capacidad de transporte de oxígeno de la sangre. Como consecuencia de ello, los huesos de los fumadores pierden densidad, se fracturan más fácilmente y tardan hasta un 80% más en soldarse. Los fumadores tienen hasta cinco veces mayor tendencia a sufrir problemas de espalda.

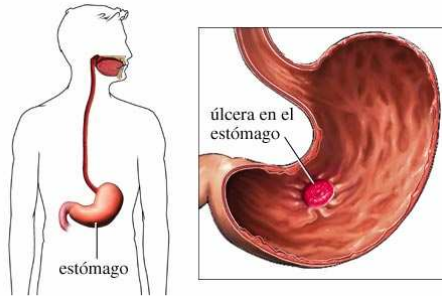
## 9. Cardiopatías:



Las enfermedades cardiovasculares son la causa de una de cada tres defunciones en el mundo. **El consumo de tabaco figura entre los principales factores de riesgo asociados a las enfermedades cardiovasculares.** Estas dolencias se cobran anualmente más de un millón de vidas en los países en desarrollo. En los países desarrollados, las enfermedades cardiovasculares relacionadas con el consumo de tabaco matan cada año a más de 600 000 personas.

El tabaco **acelera la frecuencia cardíaca, eleva la presión arterial**, aumenta el riesgo de hipertensión y de obstrucción de las arterias, lo que **puede provocar ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares.**

## 10. Úlcera gástrica:



El consumo de tabaco reduce la resistencia a las bacterias que causan las úlceras del estómago. Asimismo, reduce la capacidad de éste para neutralizar el ácido después de las comidas, lo que propicia la erosión de las paredes del estómago. Las úlceras de los fumadores responden peor al tratamiento y tienden a recidivar más a menudo.

## 11. Discromía de los dedos:



El alquitrán que contiene el humo del tabaco se acumula en los dedos y las uñas y los tiñe de un color pardo amarillento.

## 12. Cáncer de útero y aborto espontáneo:



ADAM.



Además de aumentar el riesgo de cáncer cervicouterino y **cáncer de útero**, el tabaco trae problemas de **infertilidad** en las mujeres y provoca complicaciones durante el embarazo y el parto. El consumo de tabaco durante el embarazo aumenta el riesgo de que el recién nacido, tenga problemas de salud en el futuro. **El aborto espontáneo es entre dos y tres veces más frecuente entre las fumadoras**, al igual que la **muerte prenatal**, debido a la privación de oxígeno que sufre el feto y las anomalías que afectan a la placenta como consecuencia del monóxido de carbono y la nicotina del humo de los cigarrillos. **El síndrome de muerte súbita del lactante** también se asocia al consumo de tabaco. Por último, el tabaco puede **reducir el nivel de estrógenos**, y adelantar así la menopausia.

### 13. Deformación de los espermatozoides:



El tabaco puede alterar la morfología de los espermatozoides y dañar su ADN, lo que aumenta el riesgo de **aborto espontáneo y defectos congénitos**. Según algunos estudios, los hombres fumadores tienen más probabilidades de engendrar un niño que padezca cáncer. El tabaco también reduce el número de espermatozoides y dificulta el riego sanguíneo del pene, lo que puede provocar **impotencia**. La esterilidad es más frecuente entre los fumadores.

En la mujer puede generar **frigidez**.

### 14. Psoriasis:



La psoriasis, una enfermedad inflamatoria y no contagiosa de la piel que se manifiesta en forma de manchas rojizas, que afectan a todo el cuerpo, es entre dos y tres veces más frecuente entre los fumadores.

### 15. Enfermedad de Buerger:



La enfermedad de Buerger, también conocida como tromboangitis obliterante, es una inflamación de las arterias, venas y nervios, principalmente de las piernas, que reduce el riego sanguíneo. Si no se trata, puede provocar **gangrena** (muerte de los tejidos) y hacer necesaria la amputación de las zonas afectadas.

### 16. Cáncer:



Se ha demostrado que más de 60 componentes del humo de tabaco son cancerígenos. El riesgo de cáncer de pulmón es 22 veces mayor en los fumadores que en los no fumadores. Y, cuantos más años se lleve fumando, más se multiplicará el riesgo de padecer otros tipos de cáncer: nariz, lengua, boca, glándulas salivales, faringe, garganta, esófago, laringe, estómago, riñón, vejiga, pene, páncreas, colon, y ano. Algunos estudios han hallado también una relación entre el tabaco y el cáncer de mama.

**Fuente:**

*Producto del departamento de comunicaciones de TFI  
Creando un espacio para la salud pública.  
ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD, Ginebra, 2004*

**¡INVIERTA EN SU SALUD! DEJE DE FUMAR AHORA.**

Dr. Manuel Nogales Mendoza

“Viva la Radio”- Cadena 3 Argentina