

# Combate Mundial y Nacional al Consumo del Tabaco

Lic. Gerardo Barrera Mojica  
Consejo Estatal Contra las Adicciones

Dentro del mundo de las drogodependencias la ignorancia es una parte importante para entender el porque una persona se vuelve adicta a alguna sustancia, la ignorancia es más preocupante cuando la droga es legalmente permitida como puede ser el tabaco. Con esto no quiero decir que la persona que fuma no conozca las consecuencias en su salud que le puede acarrear el uso o el abuso del tabaco, afortunadamente la mayoría de las personas fumadoras saben los daños que le puede ocasionar su hábito, el problema es saber hasta que punto este saber puede desalentar el consumo de tabaco, por que hasta el momento no conozco una persona que no tenga la mínima información de los daños que ocasiona el tabaquismo a su salud, pero a pesar de este saber la población continua fumando cada vez en mayor cantidad y a una edad menor. Esto nos dice todavía que existe una gran ignorancia de lo que representa actualmente el tabaquismo en el mundo, el hecho que sea la causa numero uno prevenible de enfermedad y muerte en el planeta ya nos habla de un problema serio de Salud Pública y de ignorancia.

Muchos de los fumadores desconocen por ejemplo que el tabaco contiene 4,722 sustancias identificadas, de ellas 400 son tóxicas, 45 cancerígenas, 12 gases mortales. Entre éstas podemos encontrar sustancias como el DDT, el gas Butano, Arsénico, Acetona, sustancias radiactivas como el Polonio 210 y Rodon 222 etc. Parte de este desconocimiento, es cuando el fumador cree que el tabaco es igual a nicotina, y no es verdad, la nicotina es una de las 4,722 sustancias que se activan cuando se inicia la combustión al momento de prender un cigarrillo. Pero lo que hace especial a la

nicotina es el gran potencial adictivo que genera en el organismo por medio de la mejor manera y la más eficiente forma de suministrarse nicotina, como es la conducta de fumar.

La nicotina es un estimulante con gran capacidad adictiva, por lo general un fumador se administra nicotina en promedio 1.1 mg de nicotina por cigarrillo común y 0.6 mg por cigarrillo light. Fumar es la manera más eficiente para que la nicotina llegue al cerebro; esta ruta es mejor que la subcutánea, oral o intravenosa. La droga llega al cerebro entre los 7 y 19 segundos después de su inhalación. Esto en parte nos explica el por qué la nicotina es tan adictiva, el que llegue tan rápido al cerebro explica porque el fumador obtiene su gratificación rápidamente. En la nicotina la recompensa que genera esta droga en el organismo es variable de fumador a fumador, pero generalmente su efecto es ansiolítico, es decir disminuye la ansiedad, antidepresivo, euforizante, relajante muscular, además de mejorar la memoria y el aprendizaje. Claro que estos efectos en el individuo fumador no son inmediatos, para conseguir los efectos gratificantes de la droga debe de haber primero lo que los neurólogos le llaman una neuroadaptación. Esto significa que el fumador tiene que esperar por lo menos un año de uso continuo de la sustancia para sentir los efectos gratificantes, ya que nunca se obtiene con la primera aplicación, a diferencia por ejemplo de otro estimulante como es la cocaína la cual en las primeras dosis hacen sentir bien al sujeto. Con la nicotina el cerebro tiene que aprender a expe-

## AUTOPSIA DE UN ASESINO

ACETILALDEHIDO (Irritante de la vía respiratoria)	ÁCIDO CIANHÍDRICO (Veneno empleado en las cámaras de gas)
ACROLEINA (Irritante de la vía respiratoria)	TOLUIDINA
ACETONA (Solvente)	AMONÍACO (Desinfectante)
NAPHTILAMINA	URETANO
METANOL (Combustible para naves espaciales)	TOLUENO (Solvente industrial)
PYRENO	ARSENICO (Veneno potente)
DIMETHILNITROSAMINA	DIBENZACRIDINA
NAPHTALENO (Insecticida)	FENOL (Solvente industrial)
NICOTINA (Obtenida como herbicida o insecticida)	BUTANO
CADMIUM (Utilizado para las baterías)	POLONIO 210 (Elemento radiactivo)
MONÓXIDO DE CARBONO (Gas del tubo de escape)	STIRENE
BENZOPIRENO	DDT (Insecticida)
CLORURO DE VINILO (Utilizado en los materiales de plástico que produce disminución de la libido)	CHAPOPOTE (El más potente cancerígeno)
MERCURIO (Metal utilizado en los termómetros)	PLOMO (En la gasolina y en los tubos de escape)

Cada vez que se enciende un cigarrillo produce un humo que contiene cerca de 4,000 sustancias tóxicas, de las que por lo menos 50 de ellas son cancerígenas. En las cajetillas, sólo se indican los alquitranes y la nicotina. Algunos componentes provienen del entorno (pesticidas, productos radiactivos), otros son incorporados durante la fabricación como son el amoníaco que favorece la fijación de la nicotina y la dependencia. Algunas plantas de tabaco son modificadas genéticamente para hacer la nicotina más "eficaz".

FUENTE: LA LIGUE 101 COMITÉS CONTRE LE CANCER

rimentar placer, ya que al principio no está adaptado para disfrutar esa sustancia.

Estos efectos gratificantes de la nicotina son los que llevan a una persona a hacerse adicta al tabaco, que de otra manera no lo haría. Y no lo haría, porque la nicotina es una de las muchas sustancias que tiene el humo de tabaco y de las cuales son las responsables de los graves daños que ocasiona a la salud. Sólo basta unos datos para darnos cuenta del grave problema que representa el tabaquismo en el mundo y en nuestro país; por ejemplo el Tabaquismo causa cuatro veces más muertes que el abuso de drogas ilegales, suicidios, homicidios, sida, enfermedades infecciosas y accidentes de tráfico juntos. Una persona muere cada 10 segundos en el mundo por enfermedades relacionadas al tabaquismo. Cada año mueren en el mundo 5 millones de personas, en México 45,000 mexicanos mueren al año, es decir 145 mexicanos mueren por día. 29 mil millones de pesos gasta el Gobierno de México en atención de las distintas enfermedades ocasionadas por el tabaquismo.

Los datos son alarmantes, situación que nos debe ocupar en realizar acciones que incidan en bajar las estadísticas de morbilidad y mortalidad que produce el tabaco. Desalentar el consumo y lograr que los fumadores dejen el tabaco parece sencillo, la verdad, es que no. Las adicciones no son sólo un problema de neuroadaptación, implican muchos otros

factores de todo tipo que hacen de este fenómeno un problema de carácter multifactorial, que por su complejidad es sumamente difícil de contrarrestar. Por esta razón las acciones deben de ser integrales, la participación de gobierno y sociedad es muy importante. Afortunadamente México fue el primer país de

Latinoamérica en firmar el convenio Marco de la Organización Mundial de la Salud para el Control del Tabaco, el 21 de Mayo del 2003, esto nos habla del interés en realizar acciones de protección a las generaciones presentes y futuras contra las devastadoras consecuencias sanitarias, sociales, ambientales y económicas del consumo de tabaco y de la exposición al humo de tabaco.



El Convenio Marco es un tratado multilateral iniciado por la asamblea Mundial de Salud, cuerpo que gobierna la Organización Mundial de la Salud. El Convenio Marco fue firmado en México el 21 de Mayo del 2003 y ratificado por el Senado de la República el 14 de Abril de 2004, tiene como objetivo principal emilinar la creciente producción y comercialización y consumo de tabaco a nivel mundial, así como el impacto nocivo que genera en la salud, economía y en la sociedad en general. El Convenio Marco es un tratado donde se ponen a disposición de todos los países firmantes medidas obligatorias que se deben de cumplir para contrarrestar los daños producidos por el tabaco. Medidas que van desde restricciones muy fuertes para limitar los espacios de publicidad de las industrias tabacaleras (desde el año 2003 está prohibido la publicidad de tabaco en radio y televisión en México), hasta obligar a las empresas tabacaleras insertar en la cara trasera de la cajetilla de cigarros una leyenda precautoria de los daños que produce el producto. En el cumplimiento del Convenio Marco México se pone a la vanguardia en la lucha contra el tabaquismo.

En contra del tabaquismo y sus consecuencias se ha hecho mucho, pero falta mucho por hacer, el futuro de la lucha contra este fenómeno será por la vía de la prevención, las futuras generaciones deben de estar más informadas y saber de todas las consecuencias que puede tener el que ha decidido sentir las gratificaciones momentáneas y pasajeras que produce la nicotina, en comparación con los grandes daños que produce a la salud y bienestar del individuo. El futuro es derrotar a la ignorancia y lograr que acuerdos como el Convenio Marco sean las guías que nos lleven a un mundo más saludable y libre de humo de Tabaco.

### Referencias bibliográficas

Raydel Valdés Salgado, Eduardo Lazcano Ponce, Mauricio Hernández Ávila. Primer informe sobre el combate al tabaquismo. Secretaria de Salud, Instituto Nacional de Salud Pública. 2005

Bonilla Uriarte Víctor, Psicofarmacología, Editorial Trillas, 1999. a