

El Tabaco, una epidemia mundial



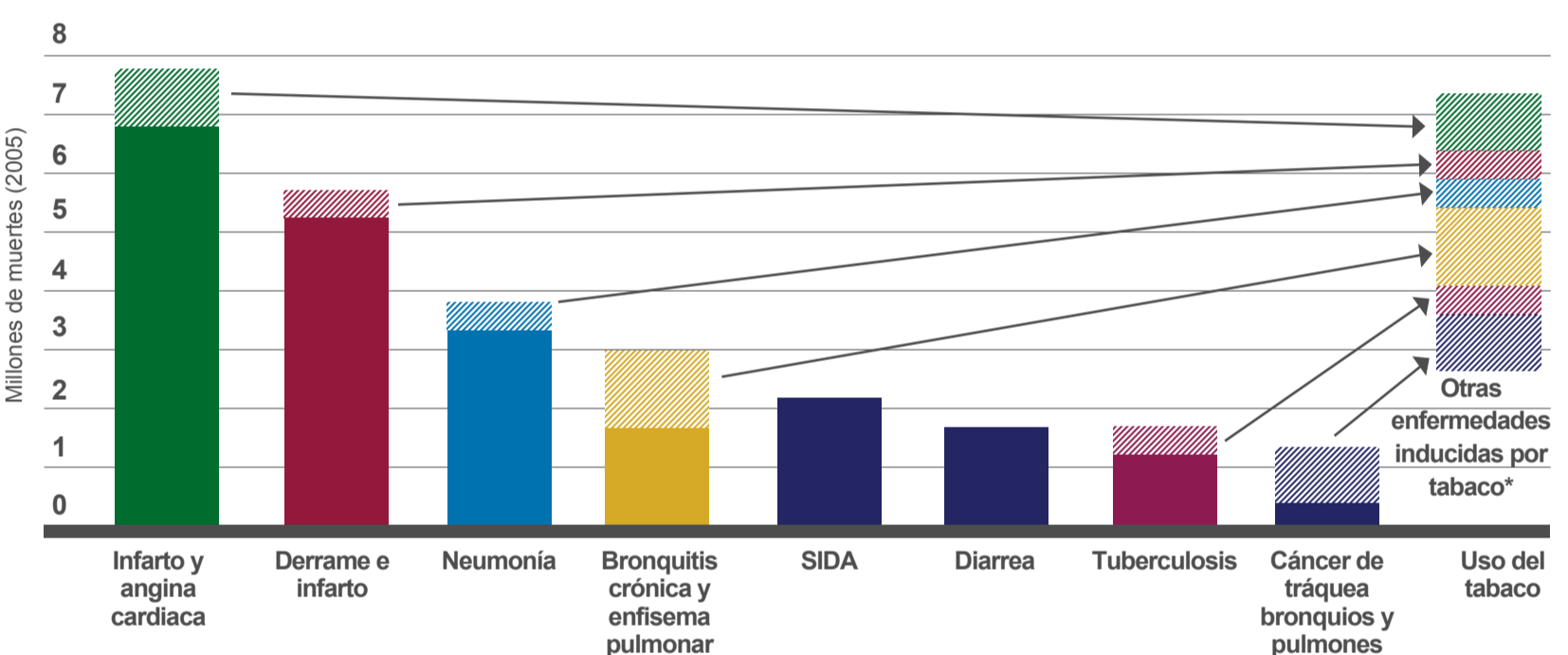
Los seres humanos pasamos gran parte de nuestras vidas tratando de evitar las enfermedades, por eso parece un contrasentido enterarse que hay personas que, sabiendo que el cigarro es dañino para la salud, se expongan a contraer enfermedades mortales inducidas por el tabaco.

En el cuadro adjunto, extraído del reporte global de la Organización Mundial de Salud (OMS) sobre la Epidemia del Tabaco*, resumimos el impacto del cigarro como causa de muerte en el mundo.

Durante el 2005, mató a más de 5 millones de personas y durante el siglo XX causó la muerte de 100 millones de personas. Si no revertimos esta tendencia, en este siglo matará a un billón (mil millones de personas).

¿En cuánto contribuye el fumar a las principales causas de muerte en el mundo?

Tal como se puede apreciar en el cuadro, no solo un millón por cáncer de pulmón, sino también más de un millón por bronquitis crónica, otro millón por infarto al miocardio y más de un millón y medio por otras enfermedades inducidas por el tabaco.



*Cánceres de la boca, la faringe, el esófago, hígado, otros cánceres y otras enfermedades cardiovasculares diferentes a infarto cardiaco y derrame cerebral.

¿Cuáles son las cinco políticas que recomienda la OMS para combatir esta epidemia?

- 1 Monitorear el consumo del tabaco y desarrollar políticas preventivas.
- 2 Proteger a la gente del humo del tabaco.
- 3 Ofrecer ayuda al fumador para que deje el tabaco.
- 4 Advertir de los riesgos del tabaco.
- 5 Prohibir los avisos y anuncios publicitarios promocionando el tabaco.
- 6 Aumentar los impuestos al tabaco.



Revisa estas políticas y aplícalas en tu vida diaria. No permitas que tus hijos o hermanos menores fumen, no expongas a tus hijos o seres queridos al humo del tabaco, solicita ayuda médica si no puedes dejar de fumar - hoy hay nuevas alternativas que ayudarán a dejar el cigarrillo- , comparte este boletín con el mayor número de personas y apoya la iniciativa para que tu centro laboral se declare libre de tabaco.



Recuerda que...

Si fumas solo socialmente, los fines de semana o muy pocos cigarrillos al día, la posibilidad de dejar el cigarrillo está en tus manos; pero si fumas más de 10 cigarrillos al día es muy probable que requieras del apoyo médico para dejarlo.