



Homo Vegetus

El presente documento ha sido transcrito y editado por el equipo de Homo Vegetus,

<http://www.homovegetus.cl>

Efectos Nocivos del Cigarrillo

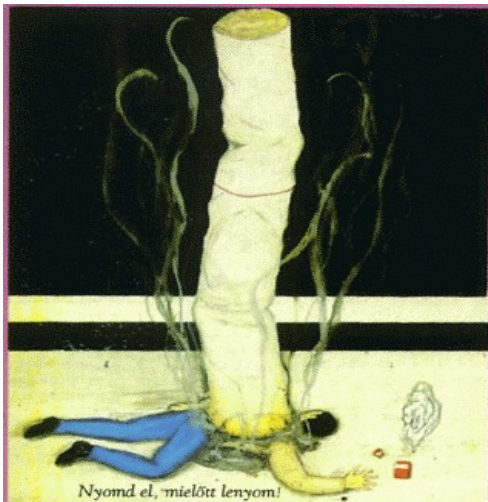
Síntesis por Alejandro Ayala Polanco

Fuentes diversas.

¡ALERTA! El consumo del tabaco produce la muerte de por lo menos tres millones de personas cada año en todo el mundo.

Al consumo de Tabaco se le atribuye:

- El 90% de las muertes por cáncer al pulmón
-
- El 30% de todos los casos de cáncer.
-
- El 25% de muertes por enfermedades cardíacas, coronarias y apoplejía
-
- El 85% de los casos de bronquitis crónica y enfisema, en países donde fumar es un hábito arraigado.



CADA CIGARRILLO ACORTA LA VIDA DEL FUMADOR EN 5 MINUTOS Y MEDIO, NI MÁS NI MENOS QUE EL MISMO TIEMPO QUE TARDA EN FUMARLO

Las personas de 25 años de edad que fuman:

- De 1 a 9 cigarrillos por día tienen su expectativa de vida disminuida en 4,6 años.
-
- Quienes fuman de 10 a 19 cigarrillos diarios pierden 5,5 años.
-
- De 20 a 29 cigarrillos diarios el número de años perdidos sube a 6,2.
-
- Quien fuma 40 cigarrillos o más por día tiene su esperanza de vida disminuida en 8,3 años.

EL HUMO DEL TABACO CONTIENE SUBSTANCIAS SUMAMENTE TÓXICAS Y CANCERÍGENAS ENTRE LAS CUALES PREDOMINAN: LA NICOTINA, LOS ALQUITRANES Y EL MONÓXIDO DE CARBONO.



ALQUITRANES: Materias formadas por partículas que existen en el humo del cigarrillo. Muchos de los constituyentes del alquitrán causan cáncer. Su incidencia es muy fuerte en el cáncer al pulmón, enfermedades bronquiales y coronarias.

MONOXIDO DE CARBONO: Producto gaseoso de combustión incompleta, más conocido como la emisión tóxica de los motores de autos. Los fumadores que la inhalan se someten a niveles de monóxido de carbono mucho más alto que los que se podrían alcanzar inhalando en la avenida metropolitana de más tránsito.

NICOTINA: Sustancia extremadamente tóxica. Pequeñas dosis de alcaloide puro pueden resultar fatales. Se cree que la nicotina es responsable de la mayoría de los efectos inmediatos del fumar, de muchos de los efectos de largo plazo y del hecho que fumar tabaco sea un hábito tan poderoso.



MUCHOS ESTUDIOS MÉDICOS DEMUESTRAN QUE EL TABACO ES ESPECIALMENTE PERJUDICIAL PARA LA MUJER

Existe una relación directa entre la mujer embarazada que tiene el hábito de fumar y:

- Crecimiento fetal lento.
-
- Aborto espontáneo.
-
- Muerte fetal o neonatal.
-

- Complicaciones durante el embarazo.
-
- Efectos negativos durante la lactancia
-
- Síndrome de muerte súbita del infante (SID)
-
- Efectos de largo alcance sobre los niños que sobreviven.
-
- Además: Estudios epidemiológicos señalan que fumar disminuye la fertilidad en la mujer y el hombre. Las mujeres que fuman son más propensas a tener inesperados flujos y hemorragias vaginales. La mujer que usa anticonceptivos orales corre un riesgo mayor de infarto miocárdico que la mujer que usa anticonceptivos orales y no fuma.

EL TABAQUISMO PASIVO AUMENTA EL RIESGO DE CÁNCER AL PULMÓN, ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES, Y OTRAS.



Los médicos señalan que fumar frente a un no fumador equivale a orinarse sobre él.

El ejercicio de la libertad exige respetar la libertad de los otros. Muchos hemos optado por la salud. No fumes en ambientes no ventilados.

La oxigenación deficiente afecta la concentración en las salas de clases y el trabajo, produce jaquecas, náuseas, intolerancia, agresividad, apatía y somnolencia.

La solidaridad y el interés por los demás debe ser un hábito permanente para ser un compromiso sincero.

¡DEMUÉSTRALO ENTONCES EN TODAS TUS ACTITUDES!