



## 'Fumar es peor que respirar durante una contingencia ambiental'

Redacción Conecta | Región Ciudad de México

La forma activa y pasiva del cigarrillo afecta más que la contingencia ambiental al ser humano, pues aquellos que respiran el humo del cigarro, **inhalan sustancias tóxicas concentradas**, aseguró el doctor José Rogelio Pérez Padilla, médico especialista y profesor del Tec de Monterrey.

En el marco del **Día Mundial sin Tabaco**, el doctor Pérez Padilla recuerda que durante la pasada [contingencia ambiental](#) en la Megalópolis a principios de mayo, uno de los síntomas que más aquejó a la población fueron **malestares en vías respiratorias**, producto de la **alta concentración de partículas PM 2.5**.

*“La densa capa de humo que cubría a la ciudad contenía partículas PM 2.5 diluidas en el aire mismas que también se encuentran presentes en el cigarro, pero donde la gran diferencia es la concentración, pues un fumador (activo) inhala el humo directamente del cigarro y recibe una dosis más alta y concentrada, que además se ve acompañada de otras sustancias tóxicas”,* dijo. Los fumadores pasivos, por otro lado, inhalan sustancias tóxicas concentradas.

Pérez Padilla explica que dentro de los **agentes dañinos contenidos en el cigarro** hay partículas muy pequeñas que traspasan los pulmones y se introducen en la sangre para llegar a todo el cuerpo, que provocan diversas **enfermedades cardiovasculares; daños al sistema respiratorio** causantes de padecimientos que van desde una gripa, bronquitis y pulmonía hasta la tuberculosis; así como **afectaciones a órganos como la vejiga y riñones**.

Además, el doctor Pérez destaca que **la tercera parte de los cánceres provienen del tabaquismo**.

En el caso de **embarazo, el feto es muy propenso a desarrollar complicaciones en los pulmones si la madre es fumadora activa o pasiva**, explica el académico de la Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud campus Ciudad de México.

Datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS) registran alrededor de **53 mil muertes al año por enfermedades asociadas al tabaquismo en México**, lo que representa el 10% de las muertes nacionales. A nivel mundial la cifra se eleva a ocho millones de muertes a causa del tabaco.

### **Tabaquismo, una adicción comparable a la cocaína**

El tabaquismo es una adicción comparable a la que se tiene por drogas como la cocaína o heroína, y se debe tratar como tal, sentencia el doctor José Rogelio Pérez Padilla. En función del número de cigarros consumidos diariamente se recomienda tomar diversas acciones para su erradicación, agrega.

Si una persona fuma menos de diez cigarros al día, se aconseja utilizar parches o medicamentos con nicotina que ayudan a controlar el síndrome de abstinencia. Para los fumadores crónicos o reincidentes, recomienda además tomar medicamentos y combinar con tratamiento psicológico, como el que se brinda en clínicas especializadas para dejar de fumar, dijo el académico.

*“Para evitar enfermedades se debe cuidar la calidad del aire que respiramos y en esto inciden varios factores. Si bien, no podemos controlar todos, sí es recomendable realizar acciones que están bajo nuestra entera responsabilidad como dejar de fumar”, dice Pérez Padilla.*

De no tomarse medidas para eliminar o reducir los altos índices de tabaquismo, **la OMS estima que para el 2020, el 12% de las muertes en el mundo serán causadas por el tabaco**, lo que superaría el porcentaje de fallecimientos por VIH/SIDA, tuberculosis, mortalidad materna, accidentes automovilísticos, homicidios y suicidios en conjunto.