

# TIPOS DE CIGARROS Y SU EFECTO



**¿Cuáles son las diferencias en los riesgos para la salud entre los cigarrillos tradicionales, los puros y los cigarrillos electrónicos?**

los cigarrillos tradicionales y puros son muy dañinos debido a los químicos tóxicos en su humo, mientras que los cigarrillos electrónicos pueden ser menos dañinos pero aún contienen compuestos tóxicos y nicotina.

🌐 [NIDA.NIH.GOV](https://www.nida.nih.gov) | Instituto Nacional s...



**¿Cómo afecta el humo de segunda mano de cigarrillos y puros a las personas no fumadoras, especialmente niños?**

el humo de segunda mano contiene sustancias tóxicas que pueden provocar cáncer, enfermedades cardíacas y respiratorias, asma e infecciones en los niños expuestos.

🌐 Enfermedades y afecciones que co...





## ¿Por qué los productos de tabaco sin humo, como el tabaco de mascar o snuff, también son peligrosos para la salud?

Estos productos, a pesar de no producir humo, pueden provocar cáncer bucal, enfermedades cardíacas y problemas dentales debido a la absorción directa de sustancias químicas nocivas.

🌐 NIDA.NIH.GOV | Instituto Nacio...



shutterstock.com • 1461074918

## ¿Cuáles son los efectos de la nicotina en el cuerpo y cómo contribuye a la adicción al tabaco?

La nicotina estimula la liberación de adrenalina, aumentando la presión arterial y la frecuencia cardíaca, y modifica el cerebro, reforzando el consumo repetido y previniendo el comportamiento habitual. 🌐 Productos de tabaco



**¿Existen diferencias significativas en el impacto del tabaco en fumadores frecuentes frente a aquellos que fuman de forma ocasional?**



Fumar ocasionalmente puede ser menos dañino que fumar habitualmente, pero no existe una cantidad de consumo segura y fumar esporádicamente puede aumentar el riesgo de enfermedades graves como cáncer y enfermedades pulmonares.



*Impactos*



## NEGATIVOS

### Impacto en la salud

El consumo de tabaco es una de las principales causas prevenibles de enfermedades y muertes en el mundo. “WHO report on the global tobacco epidemic, 2021: addressing new and emerging products”(OMS).

**Enfermedades cardiovasculares:** El tabaquismo aumenta significativamente el riesgo de infartos, accidentes cerebrovasculares y enfermedad arterial periférica. “Informe de la OMS sobre la epidemia global de tabaquismo, 2021 (OMS)”.

**Cáncer:** El cigarro es responsable de aproximadamente el 85% de los casos de cáncer de pulmón. También está relacionado con cáncer de boca, garganta, esófago, páncreas, vejiga, entre otros. “American Cancer Society, "Tobacco-Related Cancers Fact Sheet," actualizado en 2023 (American Cancer Society)”

## POSITIVOS

impacto en Generación de empleo y economía

### Industria tabacalera como fuente de empleo:

La producción, distribución y venta de productos de tabaco generan empleos para millones de personas en todo el mundo. En países productores como China, India, Brasil y Estados Unidos, la industria tabacalera contribuye significativamente a las economías locales. Según la Food and Agriculture Organization (FAO), más de 100 países producen tabaco, y millones de agricultores dependen del cultivo como su principal fuente de ingreso (FAO, 2021).

### Recaudación fiscal:

Los impuestos sobre el tabaco son una fuente importante de ingresos para los gobiernos, que a menudo se destinan a financiar programas de salud pública o infraestructura. Por ejemplo, en países como el Reino Unido, los impuestos al tabaco

**Enfermedades respiratorias:** Fumar contribuye a la enfermedad pulmonar obstructiva crónica, enfisema y bronquitis crónica. “GBD 2019 Tobacco Collaborators, “The burden of tobacco use and exposure in 2019: a global study,” The Lancet, 2020”.

**Daño a cor to plazo:**Fumar afecta el sistema inmunológico, reduce la capacidad pulmonar y dificulta la cicatrización. “OMS, “Tobacco,” actualizado en mayo de 2023 (OMS).”

Un estudio publicado en The Lancet revela que fumar causa 8 millones de muertes al año a nivel mundial, de las cuales 1.2 millones son atribuibles a la exposición al humo de segunda mano.

generan miles de millones de libras anuales. Un informe del Banco Mundial de 2022 destaca que los ingresos fiscales del tabaco representan una fuente de financiamiento crucial en economías emergentes.

### Investigación científica y médica

#### Uso de tabaco en investigaciones:

Aunque controversial, el tabaco y sus componentes, como la nicotina, han sido estudiados para fines médicos y farmacológicos. La nicotina se utiliza en tratamientos de reemplazo para dejar de fumar y está siendo investigada por su posible papel en enfermedades neurodegenerativas como el Parkinson y el Alzheimer. Estudios de Nature Medicine (2020) indican que la nicotina podría tener efectos neuroprotectores bajo condiciones controladas, aunque se necesitan más investigaciones para confirmar su viabilidad terapéutica.





**EL HUMO SE VA,  
EL TABACO  
QUEDA...**

**QUEDA EN LAS SUPERFICIES  
POR HORAS, INCLUSO DÍAS  
DESPUÉS DE FUMAR**

**VAPEAR NO ES LA SOLUCIÓN  
ES PARTE DEL PROBLEMA**

**Vapear no es un  
tratamiento para  
dejar de fumar**

Más información:  
[www.saludcantabria.es](http://www.saludcantabria.es)

GOBIERNO  
DE CANTABRIA  
CONSEJO DE SALUD  
DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD PÚBLICA

AÑO FUMAR  
LIBRE  
2023 y 2024

## *Apreciación personal*

El cigarro, desde una perspectiva personal y sincera, ofrece una sensación de alivio momentáneo, pero a largo plazo trae más problemas que beneficios. Además de los efectos en la salud, también afecta la calidad de vida en aspectos inmediatos, como aliento, olor en la ropa y cómo uno se siente físicamente día a día. La atención es que el cigarro es una relación entre las personas, emociones y adicciones.

