

Enfermedades de salud causadas por el tabaquismo



Regulación del estado de ánimo

Podría parecer que fumar mejora el estado de ánimo, pero los estudios demuestran que el placer de fumar se debe al alivio de los síntomas de abstinencia de nicotina.



Ansiedad e irritabilidad

Con el tiempo, un fumador se vuelve más nervioso, inquieto y experimenta un aumento en la sensación de ansiedad.



Olor desagradable

El humo del tabaco se asienta en las superficies, impregna la piel, el cabello, la ropa y los muebles, creando un olor desagradable.



Dientes poco saludables

Los dientes amarillentos, el mal aliento y el aumento de bacterias pueden provocar infecciones y aumentar el riesgo de pérdida dental.



Bronquitis

Mayor riesgo de bronquitis. Los fumadores también tienen más probabilidades de desarrollar infecciones pulmonares, tuberculosis y otras enfermedades pulmonares.



Tos persistente

Una tos persistente, voz ronca y sibilancias suelen ser signos tempranos de enfermedad pulmonar obstructiva.



Enfermedades del corazón

Los fumadores tienen el doble de probabilidades de desarrollar enfermedades cardiovasculares. El 25% de las muertes relacionadas con el corazón están asociadas con el tabaquismo. El humo pasivo puede aumentar el riesgo de enfermedades cardíacas en un 25-30%.



Niveles de colesterol

Fumar reduce el nivel de colesterol "bueno" (HDL) en la sangre y aumenta los niveles de colesterol "malo".



Sistema inmunológico

Fumar suprime el sistema inmunológico. Los fumadores son más propensos a sufrir infecciones respiratorias superiores.



Infertilidad

Fumar afecta negativamente la fertilidad tanto en hombres como en mujeres, reduciendo la duración de la fertilidad y la capacidad de concebir.



Disfunción eréctil

Debido al daño en los vasos sanguíneos, fumar aumenta la probabilidad de disfunción eréctil. También puede reducir los niveles de testosterona en los hombres.



Complicaciones de la diabetes

Los fumadores tienen un mayor riesgo de desarrollar diabetes tipo 2. Fumar aumenta la resistencia a la insulina, lo que dificulta el manejo de la diabetes y provoca complicaciones en órganos como los riñones, el corazón y los ojos.



Coagulación de la sangre

Fumar promueve la coagulación de la sangre, aumentando la adhesión de las plaquetas (células responsables de la coagulación).



Menopausia temprana

Las mujeres fumadoras pueden experimentar una menopausia más temprana y también pueden sufrir sofocos.



Trastornos de la visión

Fumar aumenta el riesgo de deterioro de la visión, incluido el daño retiniano y las cataratas. El humo también puede causar alergias y conjuntivitis.



Alteraciones del gusto y olfato

Los químicos en el humo del cigarrillo son tóxicos para el epitelio respiratorio. La exposición regular atenúa el sentido del olfato y del gusto.



Cáncer de pulmón

Fumar causa entre el 80-90% de los casos de cáncer de pulmón. Los fumadores tienen hasta 20 veces más probabilidades de desarrollar cáncer de pulmón que los no fumadores.



EPOC

Fumar causa entre 8-10 de cada 10 casos de enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Aunque la enfermedad es incurable, su progresión se desacelera significativamente si se deja de fumar.



Falta de apetito

Debido a las terminaciones nerviosas suprimidas, los fumadores pueden no sentir hambre, lo que puede llevar a una falta de apetito.



Vasos sanguíneos estrechados

La nicotina estrecha los vasos sanguíneos, haciendo que el corazón trabaje más, aumentando la presión arterial.



Cáncer de cuello uterino

Fumar duplica el riesgo de cáncer de cuello uterino. El riesgo es especialmente alto con el uso prolongado e intenso del tabaco.



Dedos amarillentos

Debido a la exposición constante a los cigarrillos, los dedos y uñas de los fumadores pueden volverse amarillos.



Complicaciones del embarazo y riesgos para el recién nacido

Fumar puede aumentar el riesgo de parto prematuro en un 25%. Fumar durante el embarazo eleva significativamente el riesgo de bajo peso al nacer, muertes perinatales, parto prematuro y complicaciones durante el embarazo y el parto.



Envejecimiento de la piel

Fumar acelera el envejecimiento de la piel. La piel de los fumadores tiende a arrugarse y volverse grisácea y opaca antes que la de los no fumadores.



Otros tipos de cáncer

El tabaquismo y el humo del tabaco aumentan el riesgo de cánceres en la boca, garganta, estómago, vejiga y riñones.



Riesgo de cáncer de sangre

Fumar aumenta el riesgo de cánceres de sangre, como la leucemia.