

La adicción al tabaco

Publicado el: 25-06-2018

Antes de entrar en materia sobre la adicción al tabaco, la cual está representada de manera muy universal en el cigarrillo, vamos a recordar lo que significa Adicción. La adicción es un término no médico que se usa para describir la compulsión incontrolada para repetir un tipo de conducta, aun a pesar de sus consecuencias negativas. A la persona que es adicta a algo, se le denomina adicto. Muchas drogas o conductas pueden desencadenar una serie de condiciones médicas entre las que se encuentra la ansiedad y necesidad de cada vez consumir más y más la sustancia química, o repetir la conducta. Esta situación lleva a procesos de tolerancia y dependencia, bien a las sustancias químicas de consumo, o al tipo de conducta. Hoy en día el término Adicción no es utilizado como una expresión diagnóstica, más bien, se utiliza el término Dependencia.

El cigarrillo es fabricado con hojas o picadura de hojas de tabaco, las cuales contienen nicotina, la nicotina es un compuesto orgánico, un alcaloide que se encuentra presente en las hojas del tabaco y constituye más o menos un 5% del peso de la planta de tabaco. La nicotina es un potente tóxico del sistema nervioso y la misma es usada en muchos insecticidas. La nicotina en concentraciones bajas es un estimulante y representa uno de los factores más importantes que llevan al placer y al hábito de fumar.

El hábito de fumar ya era conocido por los habitantes de las Américas, tanto del Norte, como del Centro y del Sur, representa un hábito precolombino que los conquistadores introdujeron en Europa. Hoy en día el hábito de fumar está intensamente distribuido en el mundo, es una dependencia cosmopolita.

Fumar es un placer, fumando espero mi cáncer pulmonar, el cual es la primera causa de muerte del fumador, representado por el cáncer broncogénico, este tipo de cáncer causa más de 3 millones de muertes a nivel mundial. La causa de esta afección está relacionada con las sustancias carcinógenas que se producen durante el proceso de combustión del cigarrillo. Además del cáncer de pulmón, el hábito de fumar puede llevar a otras afecciones tales como: enfisema pulmonar, accidentes vasculares cerebrales, infarto al miocardio, enfermedades vasculares periféricas, inducir defectos congénitos en los hijos de mujeres fumadoras, la enfermedad de Buerger, impotencia, enfermedades crónicas o agudas en los bronquios.

El uso de la nicotina tiene más desventajas que ventajas para el ser humano, tan sólo se ha indicado que la nicotina podría tener un efecto protector contra la enfermedad de Alzheimer, algo que aún está bajo estudio y se han presentado resultados algo contradictorios sobre este particular.

Luego que la persona se ha convertido en dependiente del hábito de fumar, se le hace muy cuesta arriba dejar de fumar, son incontables los métodos y técnicas para dejar de fumar y la decisión de continuar o no fumando es algo muy personal y sólo la persona que realmente entre en un proceso o necesidad de dejar de fumar, quizás lo pueda lograr.

Hay personas que deciden parar de fumar de una manera súbita, esto puede llevar a síntomas de abstinencia y hacer un poco más difícil el dejar de fumar, así que las recaídas es lo más común entre los fumadores. La recaída es un fantasma que acosa de manera constante y sin piedad al fumador, no es nada fácil, implica una serie de toma de decisiones por parte de la persona. A

veces el miedo a enfermarse o a morir, viendo a otro fumador que muere por las consecuencias de fumar lleva a una persona a dejar de fumar. Son muchas las situaciones del cada día que están muy relacionadas al condicionamiento clásico del fumador y al incentivo destacado del cada día, como asociar el beber café o alcohol con el fumar. El fumador será fumador para toda su vida, no existen exfumadores.

La educación para la salud y los programas de educación preventiva, particularmente entre los adolescentes, son muy necesarios e importantes para lograr que existan menos fumadores, los cuales, a la larga, sufrirán las consecuencias adversas a su salud, física y mental.

Aquel que fuma, debe decirle al cigarrillo: Si me engañas una vez, tuya es la responsabilidad, cigarrillo, pero si me engañas dos, la responsabilidad es mía. (Modificado de Anaxágoras).

Dr. José A. Serrano.

AVISO LEGAL

Toda la información que se brinda en esta nota está destinada al conocimiento general. En ningún caso sustituye el asesoramiento de un médico. No olvide consultar a su médico ante cualquier duda que pudiera tener con relación a su estado de salud.

Fuente: <https://netsaluti.com>