

# TABACO

No te pases de vueltas, este dato te puede servir

Es la segunda droga legal más consumida causante de muertes prevenibles como el Cáncer. Por los efectos que produce se encuentra en el grupo de los estimulantes, su principal componente activo es la nicotina. El nombre científico de la planta es *Nicotiana glauca*.

Seguramente lo conoces como: **Fallo, canceroso, pucho, cigarrito.**

El tabaco se consume por medio de cigarrillos, las cuales tienen diversas presentaciones (mentolados, puros, light), también se puede dar a través de pipas o masticando el tabaco (estas dos últimas alternativas son poco usuales).

El cigarrillo de tabaco está compuesto por 4.000 sustancias diferentes, **69 son agentes cancerígenos**, entre ellos arsénico, metanol, cadmio, butano, monóxido de carbono, cianuro de hidrógeno, entre otros.

La materia seca (hoja de tabaco) está compuesta a su vez por componentes orgánicos (proteínas, amoníaco, alcaloides, carbohidratos, pectina, resinas, aceites, etc.) e inorgánicos (cromo, níquel, plomo etc.)

La combustión del tabaco desprende un gas tóxico llamado Monóxido de carbono (CO), gas tóxico que cuando llega a la sangre se une a la hemoglobina sustituyendo al oxígeno.

Se ha llegado a comparar el humo que desprende el tabaco con el humo que desprenden los autos en las grandes ciudades con tráfico, llegando a emitir 400ppm (partículas por millón) de concentración de CO. En áreas urbanas encontramos de 9 – 15ppm con picos de 30 – 60ppm.

La **Nicotina, componente activo del Tabaco es extremadamente tóxica**, con sabor picante; y con capacidad para formar vapores en aire caliente.

La concentración de nicotina a nivel del cigarrillo es muy variable, dependiendo de la pureza del tabaco, de sus medios de conservación y de las alteraciones a que va ser sometido en su tratamiento comercial.

**Si en el tabaco no hubiera nicotina, la gente no fumaría.**

La nicotina, después de su combustión en la punta del cigarrillo es absorbida por las mucosas orofaríngeas, laríngea, bronquial, esofágica y gástrica.

Desde el pulmón hasta llegar a la circulación cerebral, la nicotina tarda tan solo entre 8 y 10 segundos.

La nicotina, después de ser absorbida, pasa a la sangre, se difunde por todo el organismo y atraviesa la barrera hematoencefálica, acumulándose en hipotálamo y centros diencefálicos.

## Acciones generales

Los fumadores aseguran que fumar despierta, les facilita la memoria y les calma ayudándoles a solventar el estrés. Estos efectos positivos son experimentados exclusivamente en los fumadores habituales, ya que en los no fumadores la nicotina produce fundamentalmente desorientación, y se requiere la exposición repetida para que se establezcan los efectos de reforzamiento positivo de la nicotina.

## EFFECTOS

La nicotina es la responsable de la dependencia física que produce el tabaco, y de una serie de efectos en el organismo entre los que destacan:

- Incremento de la tensión arterial.
- Incremento de la frecuencia cardíaca (taquicardia).
- Incremento de la glucemia (azúcar en sangre).
- Incremento del movimiento intestinal.
- Incremento de la presión arterial.
- Aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria
- Aumento de la temperatura de las manos y de los pies.

\*Estos efectos van a depender de varios factores:

- ◆ De cada persona.
- ◆ Del nivel de tolerancia que haya desarrollado a la sustancia (Cada vez se necesitará más dosis para conseguir los efectos que antes se conseguían con menor cantidad)
- ◆ De su estado físico.
- ◆ De la propia sustancia.

## RIESGOS

Uno de los principales riesgos asociados al consumo de tabaco es el **desarrollo de cáncer tanto a nivel pulmonar como bucal**, esto va depender de la edad de inicio, de la frecuencia de consumo, del número de aspiraciones que se da, como de la cantidad de tabaco consumido.

**El humo del tabaco ocasiona bronquitis y enfisema pulmonar**, debido a la irritación y posterior inflamación de las vías respiratorias. Por otro lado también genera una disminución en la capacidad pulmonar.

El tabaco ocasiona **daños cardiovasculares**, que se ven reflejados en infartos, insuficiencia cardiaca, trombosis entre otros.

Fumar durante el embarazo facilita la disminución del peso fetal, así como posibles peligros de aborto.

Ocasiona mal aliento (halitosis) y pigmentación dental (color amarillento en los dientes).

Su uso continuado produce irritabilidad, somnolencia, dificultad para concentrarse, inconvenientes para dormir, así como dolores de cabeza.

### TOMA EN CUENTA:

- Es importante evitar fumar cigarrillos durante el embarazo o si se tiene problemas respiratorios.
- Si se va a fumar, distanciar los tiempos de consumo.
- Los cigarrillos que tengan altos contenidos de nicotina y alquitrán es mejor evitarlos.
- Respeta las áreas de no fumadores, del mismo modo no consumir frente a menores de edad.
- Recordar que los cigarrillos light o mentolados, ocasionan los mismos daños que los cigarrillos normales o regulares.
- Tener en cuenta que la nicotina genera dependencia (dificultad para dejar de consumirla), lo que hará que los riesgos asociados al consumo aumenten.



¿Drogas? infórmate, decide bien

Llama gratis: **0-800-44-400**

[www.hablafranco.gob.pe](http://www.hablafranco.gob.pe)

[hablafranco@devida.gob.pe](mailto:hablafranco@devida.gob.pe)



**DEVIDA**

Comisión Nacional para el Desarrollo y Vida sin Drogas