

PLENARIA SOBRE TABAQUISMO: ENFOQUE EN LOS AMBIENTES LIBRES DE HUMO DE TABACO.

Beatriz Marcel Champagne

El tabaquismo como el tercer factor de riesgo de enfermedad crónica.

Historia del tabaquismo:

- en los momentos difíciles tiende a aumentar el consumo de tabaco.
- Primera publicación sobre el tabaco como problema en 1965
- El tabaquismo como epidemia en el siglo XX

El humo de tabaco:

- sustancias tóxicas
- intoxicación crónica
- tiene 2 corrientes. Humo que se inhala y exhala por el fumador y el humo emitido por el cigarro encendido

El tabaco demora décadas en causar enfermedades. Cuando una persona deja de fumar le toma de 15 a 20 años recuperarse completamente.

Entre más se fuma a le día aumenta el riesgo de infarto en miocardio.

Incluso de 1 a 2 cigarrillos representa un riesgo de infarto; es un producto que no es seguro a ningún nivel.

El tabaco es el único producto legalmente vendido que mata a la mitad de sus consumidores crónicos. Uno de cada 2 fumadores crónicos muere a causa del cigarro.

Las personas que conviven con fumadores corren también un gran riesgo; no existen niveles seguros ni de consumo ni de exposición al tabaco.

No es actualmente posible prohibir el tabaco pero si es posible regular su consumo.

La adicción conlleva un cambio estructural en el cerebro de las personas, tiene más receptores, y la adicción se convierte en biológica dificultando que el adicto pueda dejarlo.

. Adicción: Biológica, psicológica y sistemática.

- El tabaquismo tiene repercusiones también en el medio ambiente.

Soluciones:

La principal solución; menos costosa y más segura; es los ambientes 100% libres de Humo.

Efectos: - protección a trabajadores y clientes

- reducen el consumo entre los fumadores
- ayuda a prevenir el inicio en niños y jóvenes
- mejora la salud de todos

Soluciones que no funcionan:

- acuerdos voluntarios con industrias como el acuerdo de libre convivencia
- sistemas de ventilación porque no sacan los tóxicos del tabaco; permanecen hasta 2 semanas

En México:

El tabaco mata 165 mexicanos al día

- los niños empiezan a fumar a más temprana edad
- incremento de prevalencia en mujeres
- estabilidad de prevalencia en consumidores

¿Cómo implementar y Cumplir la ley?

- concientizar, informar y educar
- Procedimiento para que el público reporte infracciones
- Promover que la gente reclame su derecho a respirar aire puro
- Hacer a algunos infractores un ejemplo público
- Identificar quién es responsable de inspeccionar capacitar y apoyar
- Reconocer cumplimiento
- Desarrollar campañas de información pública

Deben usarse campañas educativas para expandir voluntariamente el ambiente libre de humo en el hogar.

Comentarios y opiniones:

- propuesta; hacer campañas para promover el consumo de comida saludable y promover la reducción en el consumo de tabaco.
- La ley general contra el tabaquismo en México es débil: debería haber más impuestos en cigarrillos y mucha más publicidad informativa sobre los efectos del cigarro a largo plazo para generar conciencia
- El tabaco es mucho más accesible en México que en otros países.
- La población de bajos recursos es más vulnerable al tabaquismo por falta de información y accesibilidad al producto.
- La gente prefiere reducir gastos en alimentos y educación con tal de continuar con la adicción al tabaco.
- Propuestas de solución: aumentar la advertencia en las cajetillas de cigarro. En los textos de la SEP incluir el tema del tabaquismo para que la información llegue incluso a los niveles de educación primaria en forma de prevención.
- Incluir TODO el tema de salud en los programas de estudio en las escuelas; desde primaria hasta bachillerato.