



Efectos nocivos del tabaquismo en personas de todas las edades

- ▶ Los ingredientes tóxicos del humo del cigarrillo recorren todo el cuerpo y causan daños de varias maneras. (p. 616)
- ▶ La nicotina llega al cerebro 10 segundos después de haberse inhalado. Se ha detectado en todas las partes del cuerpo humano y hasta en la leche materna. (p. 616)
- ▶ El monóxido de carbono se adhiere a la hemoglobina de los glóbulos rojos, lo que evita que esas células transporten una carga completa de oxígeno. (p. 616)
- ▶ Los agentes que causan cáncer (carcinógenos) que se encuentran en el humo del tabaco dañan genes importantes que controlan el crecimiento de las células, lo que hace que éstas crezcan de manera anormal o se reproduzcan con demasiada rapidez. (p. 44–45)
- ▶ El carcinógeno benzo[a]pireno se une a las células de las vías respiratorias y órganos principales de los fumadores. (p. 616)
- ▶ El tabaquismo afecta el funcionamiento del sistema inmunológico y podría aumentar el riesgo de sufrir infecciones respiratorias y de otro tipo. (p. 616)
- ▶ Hay varias maneras probables en las que el humo del cigarrillo causa daños. Una es mediante el estrés oxidativo, el cual causa mutaciones del ADN, promueve la aterosclerosis y causa lesiones crónicas en los pulmones. Se cree que la oxidación es el mecanismo general del proceso de envejecimiento, lo que contribuye a la aparición de cáncer, enfermedades cardiovasculares y enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). (p. 619)
- ▶ El cuerpo produce antioxidantes para ayudar a reparar las células dañadas. Los fumadores tienen niveles de antioxidantes en la sangre inferiores a los de las personas que no fuman. (p. 618–619)
- ▶ El tabaquismo está relacionado con altos niveles de inflamación crónica, otro proceso dañino que puede resultar del estrés oxidativo. (p. 619)

Mención

Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU. *The Health Consequences of Smoking: A Report of the Surgeon General*. Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE.UU., Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, Centro Nacional para la Prevención de Enfermedades Crónicas y Promoción de la Salud, Oficina de Tabaquismo y Salud, 2004.

El tabaquismo continúa siendo la causa principal de las muertes prevenibles y tiene un impacto negativo en la salud de las personas en todas las etapas de la vida. Causa daños a los bebés que están por nacer, a recién nacidos, niños, adolescentes, adultos y personas de edad avanzada.

[Hojas informativas SGR](#)

(SGR es el acrónimo en inglés de Informe del Director General de Servicios de Salud)