

« EL TABACO, ROMPE CORAZONES»

Tabaco y cardiopatías. Elija salud, no tabaco

La Organización Mundial de la Salud promueve desde 1988 la celebración, cada 31 de mayo, del Día Mundial sin Tabaco, dedicado a resaltar los riesgos para la salud asociados a fumar y la exposición pasiva del humo del tabaco, además de promover políticas eficaces para reducir su consumo.

Cada año escoge un tema relacionado con el tabaquismo con el objetivo de llamar la atención de la población sobre las numerosas facetas de este consumo y mostrar la complejidad que representa este importante problema de salud pública.

Actualmente alrededor de siete millones de personas mueren cada año debido al tabaco, le corresponden 900.000 de estas muertes a personas no fumadoras, expuestas al humo de tabaco, según las previsiones aumentará hasta más de 8 millones en el 2030 si no se adoptan medidas para parar esta epidemia. Los fumadores que mueren prematuramente privan a sus familias de ingresos, aumentan el coste de la atención sanitaria y dificultan el desarrollo económico.

En Galicia, aunque el consumo de tabaco está disminuyendo, las cifras de prevalencia de fumadores diarios -en población mayor de 16 años- es de 16% llegando a un 22,85% en el grupo de edad entre 25 y 44 años. (SICRI 2017)

El consumo de tabaco es perjudicial para cualquier persona, independientemente de su sexo, raza, edad, cultura o educación, causando enfermedades y muertes.

El Día Mundial Sin Tabaco-2018, centrará en las repercusiones del consumo de tabaco en la salud cardiovascular de las personas en todo el mundo. Según datos de la OMS, se producen 15.3 millones de muertes por enfermedades cardiovasculares anualmente en todo el mundo. Siendo la tercera parte de las muertes a escala mundial y constituyen la principal causa de muerte en Europa, según la Sociedad Europea de Cardiología.

En España, según los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística, las principales causas de muerte por grupos de enfermedades son las del sistema circulatorio, con una prevalencia de un 30,3%.

A pesar de la evidencia científica existente sobre los daños para la salud cardíaca que provoca el tabaco, parte de la población desconoce que su consumo es una de las principales causas de aparición de estas enfermedades.

El consumo de tabaco es un factor de riesgo importante de cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular y vasculopatía periférica. El tabaquismo, contribuye cerca del 12% las defunciones por estas patologías.

Objetivo de la OMS para este Día mundial:

- Resaltar la relación causal entre el tabaco y las cardiopatías y otras enfermedades cardiovasculares.
- Reducir la morbi-mortalidad producida por las enfermedades cardiovasculares.
- Animar a los países a reforzar la aplicación de las medidas de lucha contra el tabaco, con eficacia demostrada.

Las primeras evidencias de una asociación causal entre tabaco y patología cardiovascular datan de la primera mitad del siglo XX. En los países occidentales el tabaquismo es el principal factor de riesgo de la mortalidad y morbilidad de las patologías cardiovasculares, independientemente de otros factores como la hipertensión arterial, dislipidemias o diabetes.

El nivel de consumo del tabaco tiene una relación directa con el aumento del riesgo cardiovascular. Pero no sólo el consumo directo es un riesgo para la salud cardiovascular, existe evidencia científica de que los no fumadores, expuestos al humo de tabaco ambiental, aumenta el riesgo de aparición de una cardiopatía coronaria entre un 25-30%. La incidencia y la mortalidad coronaria no ha mejorado de forma apreciable en la última década.

La prevención a través del control de los factores de riesgo modificables como el consumo de tabaco, son la clave para poder disminuir la aparición de las cardiopatías y por lo tanto, son una prioridad para la Salud Pública. El abandono del consumo de tabaco es un componente clave en las estrategias de prevención primaria y secundaria de enfermedades cardiovasculares.

Los beneficios para la salud cardiovascular, tras la cesación son:

1. A los 12 meses, el riesgo de enfermedades coronarias se reduce a la mitad
2. A los 5 años, el riesgo de Infarto de Miocardio, se reduce a la mitad.
3. A los 10 años, el riesgo de padecer accidentes cerebrovasculares o ataque cardíaco, igualará a los no fumadores.

Dejar de fumar tras sobrevivir a un infarto de miocardio reduce el riesgo individual de mortalidad cardiovascular en un 36% en 2 años.

Para finalizar, al igual que en años anteriores, aprovechamos desde la Consellería de Sanidad para hacer una

Llamada especial a todas las organizaciones y profesionales sanitarios, a las organizaciones administrativas, autoridades laborales, población trabajadora, centros docentes, medios de comunicación, y a toda la ciudadanía en general invitándolos a adherirse a las campañas contra el tabaco para proteger a las generaciones presentes y futuras de las devastadoras consecuencias sanitarias, sociales, ambientales y económicas del consumo de tabaco y de la exposición a su humo, con el fin de reducir de manera continua y sustancial el número de personas fumadoras, la exposición pasiva al humo del tabaco y, consecuentemente, las enfermedades y muertes causadas por el tabaco.