

PREVENCIÓN DEL CÁNCER Y TABAQUISMO

Dra. Carolina Althausen K.

Médico Familiar, Mención Adultos y
Especialista en el tratamiento del Tabaquismo

 chilesincáncer


Salva
UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN
DE CHILESINCÁNCER

HOJA DE RUTA

Definición de tabaquismo	3
Magnitud del problema a nivel mundial como nacional	4
Daños ocasionados por el tabaco	5
Beneficios de suspender el consumo de tabaco	8
Componentes de la adicción al tabaco	9
Recursos para ayudar a las personas a dejar de fumar	10
Resumen	11



El tabaquismo es una enfermedad crónica sistémica

Mundial: 22,3%



1,3 billones

Chile: 32,5%



36,7%

28,5%

TABAQUISMO | Magnitud del problema

Variable	Años de medición Prevalencia (IC 95%) Número expandido de población
Grupos de edad	2016-17
15-24 años	30,0% (25,5% - 35,0%) 822.187
25-44 años	42,7% (38,6% - 46,8%) 2.309.410
45-64 años	30,6% (26,7% - 34,7%) 1.355.854
65+ años	11,9% (9,1% - 15,4%) 229.998



Intención de dejar de fumar: 49,8%



28% de las mujeres embarazadas fuman durante el embarazo



Jóvenes Chilenos dentro de los más fumadores de América

Humo de Tabaco

➔ Más de 7000 sustancias tóxicas

➔ Al menos 70 cancerígenas

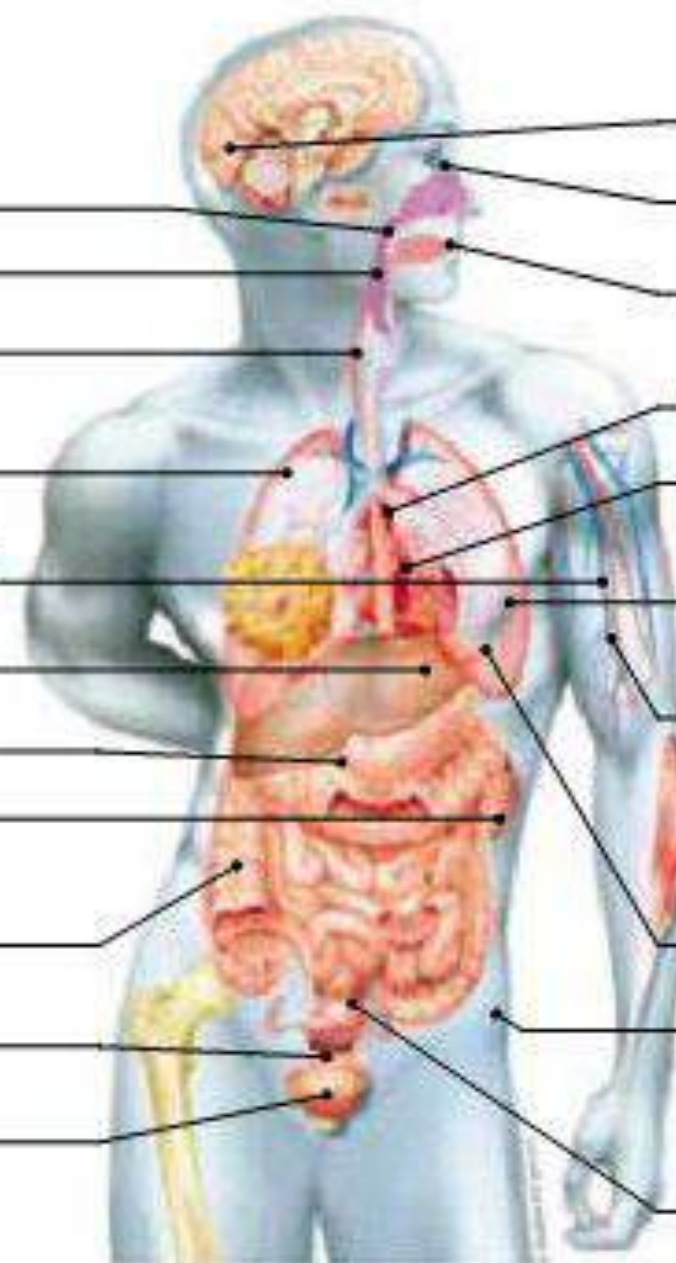
ENFERMEDADES DEL FUMADOR

CÁNCER

de laringe
bucofaringeo
esofágico
de tráquea, bronquios
o pulmones
Leucemia mieloide aguda
de estómago
de páncreas
de riñones y uréter
de colon
de cuello del útero
de vejiga

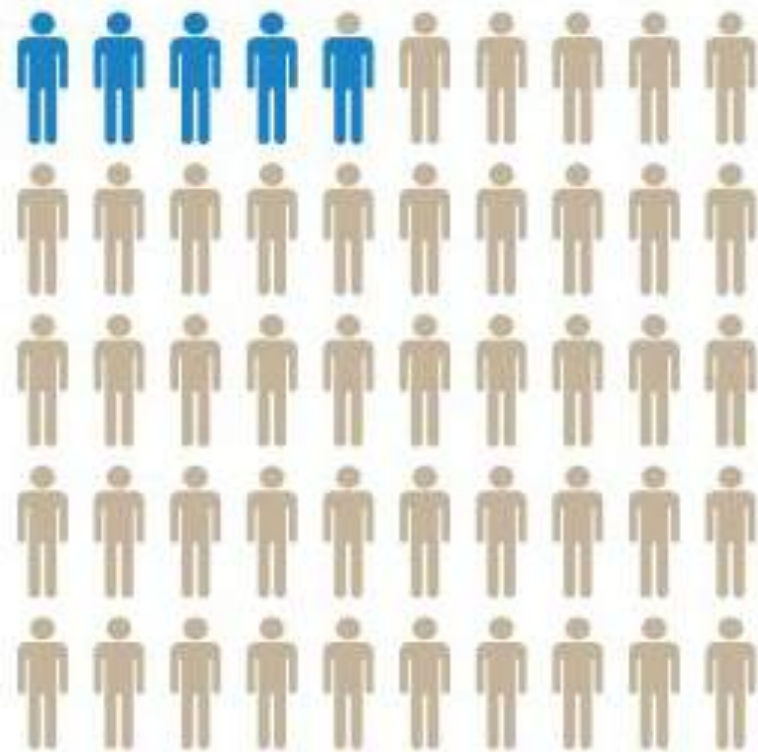
ENFERMEDADES CRÓNICAS

Apoplejia
Ceguera, cataratas
Periodontitis
Aneurisma aórtico
Cardiopatía coronaria
Neumonía
Enfermedad vascular
periférica aterosclerótica
Enfermedad pulmonar
obstructiva crónica, asma y
otros efectos respiratorios
Fracturas de cadera
Efectos en el aparato reproductor
de la mujer (inclusive reducción de
la fecundidad)



18,5 %

DE TODAS LAS MUERTES QUE SE PRODUCEN EN EL PAÍS PUEDEN SER ATRIBUIDAS AL TABAQUISMO



7 millones de muertes al año en el mundo.

Principal causa de muerte prevenible en el mundo.

Mata a la mitad de sus consumidores.

Pierden 10 años de vida.

TABAQUISMO | *Daños ocasionados*

→ Riesgo aumenta según cantidad de cigarrillos fumados

→ Daño se provoca ya con pequeñas cantidades de consumo

→ NO hay una cantidad mínima segura para fumar

→ Fumador pasivo tiene mayor riesgo de cánceres, enfermedades cardiovasculares, pulmonares, muerte súbita infantil

→ Importante daño al medio ambiente



Beneficios de dejar de fumar



Aumenta la expectativa de vida, evita la progresión de enfermedades ya establecidas y mejora calidad de vida, a cualquier edad.



Entre antes se deje de fumar, mayor será el beneficio en términos de años de vida salvados.



Dejar de fumar antes e los 40 años reduce en un 90% la probabilidad de morir de una enfermedad relacionada al tabaco.

LOS CAMBIOS BENEFICIOSOS PARA LA SALUD INCLUYEN:

- A LOS 20 MINUTOS** El ritmo cardíaco y la caída de la presión arterial.
- DENTRO DE LAS 12 HORAS** Su nivel de dióxido de carbono en la sangre cae al nivel normal.
- DENTRO DE LAS 2-12 SEMANAS** Su circulación mejora y su función pulmonar aumenta.
- DENTRO DE LOS 1-9 MESES** Su tos y falta de respiración se reducen.
- DENTRO DE 1 AÑO** Su riesgo de contraer una enfermedad cardíaca coronaria es casi la mitad en comparación con el de un fumador.
- DENTRO DE 5 AÑOS** Su riesgo de accidente cerebrovascular se reduce a la de un no fumador.
- DENTRO DE 10 AÑOS** Su riesgo de cáncer de pulmón se reduce a cerca de la mitad del riesgo de un fumador, y su riesgo de cáncer de boca, garganta, esófago, vejiga, cuello uterino o páncreas disminuye.
- DENTRO DE LOS 15 AÑOS** Su riesgo de contraer una enfermedad cardíaca coronaria es el de un no fumador.



TABAQUISMO | Componentes de la adicción

¿Por qué para muchos es tan difícil dejar de fumar?

Adicción

- *Componente Biológico*
- *Componente Psicológico*
- *Componente Social*

Social

Vehículo de sociabilización.

Psicológico

Rutinas, asociado a situaciones de stress, descanso, pena...

Biológico

Nicotina llega en menos de 10 segundos al cerebro. Se une a receptores, liberan sustancias que producen efectos placenteros, aumento número de receptores, hacen pataleta y liberan sustancias que producen efectos desagradables: síndrome privación a la nicotina.



Tratamiento



Motivación + Plan de acción



Tratamiento no farmacológico



Tratamiento farmacológico

El tabaquismo es una enfermedad crónica adictiva que afecta a todo nuestro organismo

- + Tiene distintos componentes que lo hacen una adicción compleja.
- + El tabaco no solo daña la salud de quien lo consume, sino también de quienes lo rodean y del medio ambiente.
- + Si bien el consumo de tabaco ha ido disminuyendo en los últimos años, sigue habiendo un alto número de fumadores en el mundo y en Chile. La mitad de ellos han tenido la intención de dejar de fumar.
- + Dejar de fumar antes de los 40 años, casi iguala la sobrevida a la de un no fumador, por lo tanto, entre antes se deje de fumar, mejor.
- + El tabaco natural para armar a mano no es menos dañino que los cigarrillos industriales.
- + Dejar de fumar a cualquier edad mejora la sobrevida. Nunca es tarde para hacerlo.
- + Fumar 1 cigarrillo al día, ya produce daño a la salud. No hay una cantidad mínima segura de consumo de tabaco.
- + Existe tratamiento efectivo para dejar de fumar.



 **chilesincáncer**




Salva
UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN
DE CHILESINCÁNCER

