


 Por Pamela Galarreta S.


Consecuencias y restricciones

El Tabaco

Hace unos días paseando por los alrededores de mi casa divisé una de las imágenes más penosas y comunes de estos tiempos: dos chiquillos de aproximadamente 14 años conversaban frescamente cada uno con un cigarrillo en la mano... el humo salía desordenadamente de sus labios, mientras sus pulmones se llenaban de nicotina.

→ **E**n ese momento recordé que fumé mi primer cigarrillo cuando tenía 18 años. Los amigos, la novedad, las fiestas, me motivaron a coger el cigarro, fumarlo y sentir en mi garganta ese humo intoxicante y asesino que hoy he decidido no volver a sentir.

El mal hábito del consumo de tabaco supone en la actualidad 5.4 millones de muertes en todo el mundo, a consecuencia de los diferentes tipos de cáncer y afecciones respiratorias que genera en nuestro organismo. Además, hay que tener en cuenta que el tabaco no solo hace daño a quien lo fuma, sino

también a quien está al lado; es decir, tiene sin duda un efecto multiplicador de muerte.

Con la finalidad de paliar este mal hábito, la Organización Mundial de la Salud (OMS) creó el Día Mundial Sin Tabaco en el año 1987, que se celebró el pasado 31 de mayo y que pasó lastimosamente desapercibido en muchos sectores.

La idea de celebrar este día es mantener un periodo de 24 horas de abstinencia de todas las formas de consumo de tabaco alrededor del mundo, una idea noble pero poco efectiva considerando que cuatro de cada diez personas son consumidoras habituales de tabaco en el planeta, y en muchos casos el fumar se convierte en una obsesión crónica.

Esta fecha ha sido, desde su instauración, bien y mal recibida por determinados

“ El mal hábito del consumo de tabaco supone en la actualidad 5.4 millones de muertes en todo el mundo ”

factores. En efecto, la intención de diversas organizaciones de salud y los gobiernos, es crear una conciencia antitabaco que reduzca los índices de muertes; mientras los productores y grandes dueños de industrias tabaqueras, ven en estas iniciativas un peligro latente para su economía.

EN EL PERÚ

En nuestro país, la aprobación de la Ley General para la Prevención y Control de los Riesgos del Tabaco generó más de una discusión en el Congreso de la República; sin embargo, importantes medidas se aprobaron y hoy se están poniendo en práctica.



La venta de cigarrillos en menor cantidad de cinco unidades está penada; ya no se puede encontrar el cigarro "a 30 céntimos" como hasta hace poco se solía comercializar en las afueras de toda discoteca o lugar público. Hasta el momento, estas medidas se están acatando.

IMAGEN ERRÓNEA

Recuerdo cuando era una adolescente y junto a mis amigos nos sentíamos "grandes" con un cigarrillo en la mano. La idea de fumar y proyectar una imagen de adultez y modernidad estaba íntimamente ligada y creo que aún hoy muchos chiquillos piensan lo mismo.

La imagen que comenté en el primer párrafo de este artículo se repite cotidianamente y cada vez la edad de inicio de consumo del cigarrillo es menor. La ley está dada, las restricciones se están acatando; sin embargo, también es importante combatir la raíz del consumo de tabaco.

Es importante promover en las escuelas, desde primaria, el daño que produce el cigarrillo en el organismo. El ver un pulmón negro y carcomido por la nicotina puede ser grotesco, pero

también la salvación de muchos jóvenes que piensan que fumar está de moda.

El combinar la figura de una hermosa mujer o un atractivo caballero con un cigarro en los labios en señal de sensualidad no se condice con el alto nivel de problemas de disfunción eréctil registrados en los fumadores crónicos.

Según declaraciones del urólogo y sexólogo peruano Max Lazo, la nicotina actúa sobre la circulación arterial provocando una vasoconstricción que impide la llegada de sangre al órgano reproductor masculino impidiendo su erección y rigidez.

Prueba de esto es el resultado de la clínica especializada en la disfunción eréctil Boston Medical Group, de Estados Unidos, que reveló que un 27.2 por ciento de los pacientes que tienen problemas para tener un correcto encuentro sexual son asiduos al tabaco.

Así que ya sabe, las consecuencias del consumo del tabaco son innumerables y pueden afectarlo en todos los ámbitos de su vida. Si bien el Día Mundial Sin Tabaco se celebra solo los 31 de mayo de cada año, usted puede dejar este mal hábito cuando lo decida, con mucha fuerza de voluntad y sobre todo amor propio, amor por su salud y su vida. ■



“ Es importante promover en las escuelas, desde primaria, el daño que produce el cigarrillo en el organismo **”**

El fumar en lugares públicos cerrados está totalmente prohibido bajo pena de multa. Todos los restaurantes, tiendas y demás lugares de esparcimiento deben acondicionar un espacio abierto para quienes deseen hacerlo.

Adicionalmente, la promoción del consumo del cigarrillo está también vetada en los medios de comunicación, mientras los anuncios publicitarios visuales en las calles deben contener expresamente y en dimensiones reglamentadas la advertencia del daño que fumar ocasiona a la salud.