

---

## Estudios alertan riesgos de fumadores ante la COVID-19

Por: Iris Armas Padrino  
31/05/2020



Los fumadores tienen mayor riesgo de desarrollar síntomas graves y de fallecer por el SARS-CoV-2, causante de la COVID-19, en comparación con los no fumadores, según demuestran investigaciones disponibles de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Esa enfermedad infecciosa ataca principalmente los pulmones y el tabaquismo deteriora la función respiratoria, lo que dificulta que el cuerpo luche contra esta y otras dolencias, refieren los diversos estudios de un grupo de expertos de ese organismo internacional de las Naciones Unidas.

Además, el consumo del tabaco es un factor de riesgo importante de enfermedades no transmisibles, como las cardiovasculares, el cáncer, algunas respiratorias y la diabetes, y las personas que las padecen tienen un mayor peligro de desarrollar síntomas graves en caso de verse afectadas por la COVID-19.

En el planeta anualmente el tabaco mata a más de ocho millones de personas y más de siete millones de esas muertes se deben al consumo directo del tabaco y aproximadamente 1,2 millones al humo ajeno al que están expuestos los no fumadores.

La OMS recomienda intentar dejar de fumar lo antes posible mediante métodos de eficacia comprobada, como líneas de atención telefónica gratuitas para ese fin, programas basados en mensajes de texto por móvil o tratamientos de sustitución con nicotina.

A los 20 minutos de dejar de fumar se reducen la tensión arterial y la frecuencia cardíaca elevadas; a las 12 horas, el nivel de monóxido de carbono en el torrente sanguíneo vuelve a la normalidad.

También de dos a 12 semanas mejoran la circulación y la función pulmonar y en los primeros nueve meses se reducen la tos y la disnea, entre otras ventajas, indica el estudio de la OMS.

Cada 31 de mayo se celebra el Día Mundial sin Tabaco, ocasión para abandonar esa adicción, y con motivo de la efeméride la OMS hace un llamamiento a todos los jóvenes para que se sumen a la lucha por convertirse en una generación libre de tabaco, si se tiene en cuenta que su consumo es la causa del 25% de todas las muertes por cáncer en el mundo.

Advierte, además que el consumo de nicotina y de productos de tabaco aumenta el riesgo de padecer cáncer, enfermedades cardiovasculares y neumopatías.

También alertan sobre lo dañino de los cigarrillos electrónicos pues los niños y adolescentes que los consumen tienen al menos el doble de probabilidades de fumar cigarros normales más adelante en su vida.

El uso de cigarrillos electrónicos aumenta el riesgo de padecer cardiopatías y afecciones pulmonares; la nicotina de estos es una droga altamente adictiva y puede dañar el cerebro en desarrollo de los niños; y el humo de la shisha o pipas de agua es tóxico ya que contiene sustancias que provocan cáncer, indican los expertos.

Que no tenga humo no significa que sea inofensivo; fumar es caro y se paga con el aspecto y la salud y entre las consecuencias están el mal aliento, los dientes amarillos, arrugas, pulmones poco saludables y un sistema inmunológico deficiente.

---