



TABACO

ENEMIGO PÚBLICO

¿Sabes que fumas?

El consumo de cigarrillos está muy extendido en la sociedad actual y aunque todo el mundo sabe que es perjudicial para la salud, poca gente conoce realmente la cantidad de elementos nocivos que contiene. En esta imagen encontrarás información sobre los compuestos que se aspiran al encender un cigarrillo o respirar el humo de otros.



*SUSTANCIAS QUE PRODUCEN CÁNCER

Rompiendo Mitos



01 LA PROHIBICIÓN DE FUMAR RESTRINGE LOS DERECHOS Y LIBERTAD DE ELECCIÓN DE LA POBLACION FUMADORA - FALSO.

Las leyes que prohíben fumar no restringen derechos a nadie. Protegen la salud de las personas al regular los ambientes 100% libres de humo de tabaco.

02 FUMAR ES SOLO UN MAL HÁBITO - FALSO.

Fumar es una adicción que provoca 3 tipos de dependencia: la física, la psicológica y la social. La dependencia física está causada por la Nicotina

03 DEJAR DE FUMAR ES SOLO CUESTIÓN DE VOLUNTAD - FALSO.

Aunque la fuerza de voluntad es importante para dejar de fumar, muchas veces no es suficiente. Porque ocasiona dependencia física, psicológica y social. Si fumar es una adicción, dejar de fumar puede resultar a menudo difícil.

04 FUMAR ME RELAJA - FALSO.

Lo que ocurre es que el cuerpo se ha acostumbrado a la nicotina y es normal sentirse más relajado cuando se obtiene de nuevo nicotina, de la que uno probablemente ya es dependiente. Parece que el cigarrillo relaja, pero lo único que ha hecho el cigarrillo es atenuar la ansiedad provocada por la falta de tabaco.

05 NO FUMO MUCHO. NO CREO QUE ME HAGA DAÑO - FALSO.

No existe un consumo seguro ni sano de tabaco. Fumar incluso un cigarrillo al día es dañino; no fumar es la única manera de evitar todo tipo de riesgos.

06 EL HUMO DE TABACO AMBIENTAL NO MATA - FALSO.

Los fumadores pasivos están igualmente expuestos a los riesgos del tabaco. Si fumas un cigarrillo en un ambiente con otra persona estás dañando también a su salud.

7 millones

De personas anualmente, en el mundo mueren a consecuencia del tabaco de las cuales más de **6 millones son consumidores diarios de tabaco** y alrededor de **900,000 son personas no fumadoras, expuestas al humo ajeno.**

+ de 16 mil personas

En nuestro país, mueren cada año a consecuencia del tabaquismo. **El consumo de tabaco genera la pérdida de más de 396 mil años de vida** por muerte prematura y discapacidad de las personas que fallecen o enferman por fumar.

En el **2014** **10%** de escolares de 13 a 15 años fuman

En el **2016** **16%** de jóvenes universitarios fuman

entre 4-7 años menos

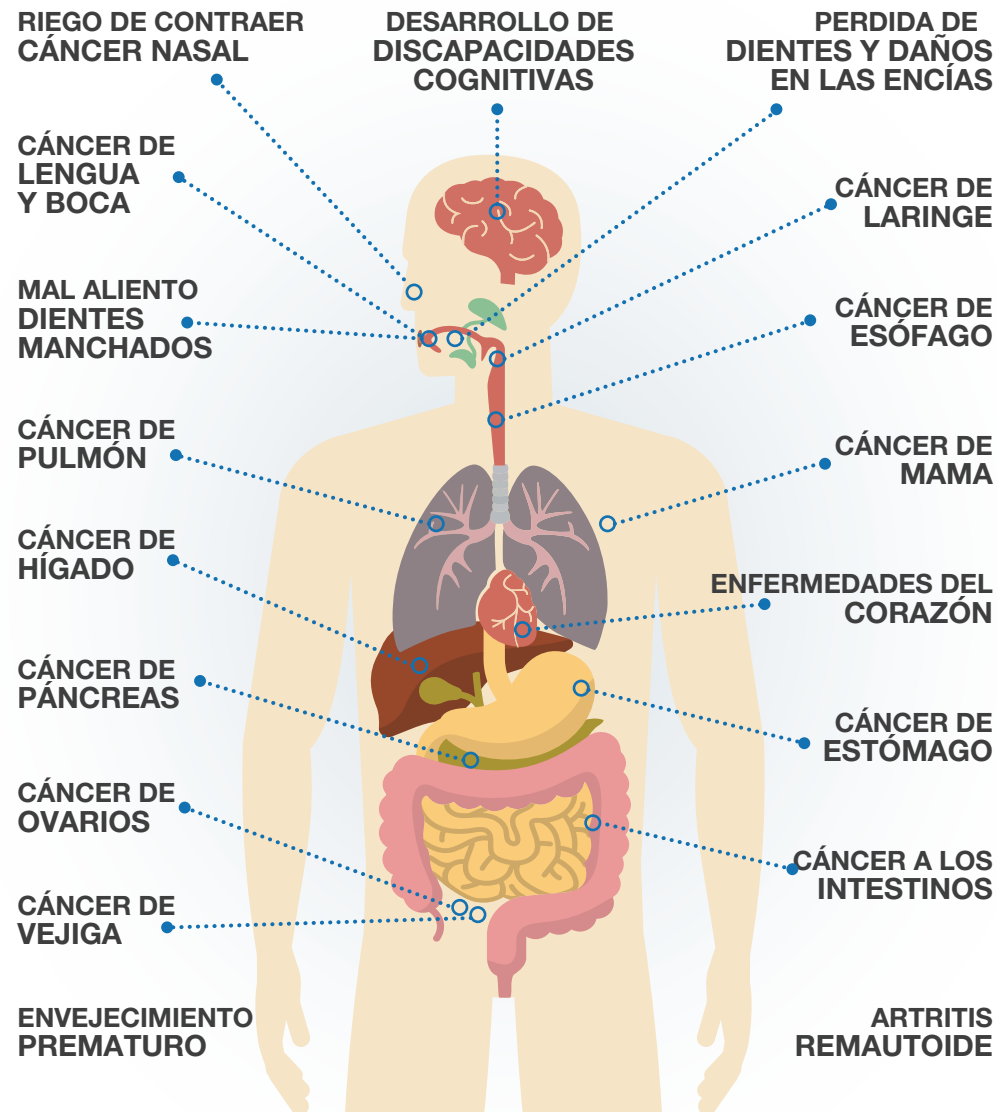
Se estima que, los varones fumadores, viven 4,7 años menos que los no fumadores. En el caso de las mujeres, la pérdida de años de vida tiene un mayor impacto, teniendo las fumadoras una expectativa de vida de 5,5 años menos que las no fumadoras

824 millones de dólares

Es la carga económica que representa para el Perú, tratar las enfermedades y discapacidad que el tabaquismo genera. Que equivale al 0,4% del Producto Bruto Interno (PBI) y al 7,8% del monto que Perú gasta en salud cada año

¡Deja de fumar!

El consumo de tabaco es la principal causa de enfermedad, discapacidad y muerte en el mundo. Cada año mueren más de 7 millones de personas en el mundo a causa del tabaquismo. En esta sección nos vamos a enfocar en los efectos del consumo en los fumadores. Ya desde principios del siglo XX se hablaba de los efectos adversos del cigarrillo, hoy en día, ya NO quedan dudas de que el tabaquismo se asocia con alteraciones en todos los órganos y sistemas del cuerpo.



NUEVOS PRODUCTOS DE LA INDUSTRIA TABACALERA

El Sistema Electrónico de Administración de Nicotina (SEAN)

Es un sistema electrónico que calienta una solución para crear un aerosol que contiene saborizantes usualmente disueltos en propilenglicol y/o glicerina y nicotina. Comúnmente se los denomina cigarrillos electrónicos (CE). A veces los llaman “e-cigarrillos” o “e-cigarettes”, “e-cigs”, “narguiles electrónicos” o “e-ookahs”, “mods”, “plumas de vapor”, “vapeadores”, “sistemas de tanque” y “sistemas electrónicos de suministro de nicotina”.

¿Qué contiene el Aerosol de un Cigarrillo Electrónico?

El aerosol de un cigarrillo electrónico puede contener sustancias dañinas y potencialmente dañinas como: compuestos orgánicos volátiles, partículas ultrafinas, nicotina, **sustancias químicas que causan cáncer, metales pesados como níquel, estaño y plomo**, saborizantes como el diacetilo, una sustancia química vinculada a enfermedades graves en los pulmones.



Productos de Tabaco Calentados (PTC)

Los PTCs utilizan un dispositivo electrónico para calentar un cartucho de tabaco prensado y otras sustancias químicas, a una temperatura lo suficientemente alta como para generar un aerosol inhalable, pero manteniéndose por debajo del límite de temperatura requerida para la combustión completa. El aerosol resultante contiene nicotina y cantidades variables de muchos de los otros químicos que se hallan en los cigarrillos combustibles convencionales. Los PTCs son muy diferentes de los cigarrillos electrónicos. Aunque ambas categorías de producto funcionan mediante un dispositivo electrónico, los PTCs utilizan hojas de tabaco. Contienen tabaco, son menos en cantidad, son fabricados por la industria tabacalera. Algunas marcas conocidas son: IQOS, GLO, PLOOM.

¿Qué utilizan para calentar?

Una batería, una barra de tabaco comprimido y otras sustancias químicas. Se calientan tanto que producen un aerosol inhalable que contiene nicotina y otras sustancias químicas, pero por debajo de la temperatura necesaria para la combustión.



95%
de vendedores
minoristas

Están ubicados en tiendas alrededor de **100 a 250** metros de instituciones educativas, venden cigarrillos con mentol y otros descriptores de sabor. Por otro lado, el **72,6%** los exhibían alrededor de la caja registradora

+ de **77**
países

cuentan con leyes que regulan el cigarrillo electrónico, casi **40 países prohíben** o limitan su uso al interior de lugares públicos y **30 prohíben su venta** según la *Escuela de Salud Pública de la Universidad Johns Hopkins.*

en el Perú
90%
de escolares

Piensa que el cigarrillo electrónico no contiene nicotina. Según la Encuesta Global de Tabaquismo en Jóvenes entre 13 a 15 años (2014), el consumo de cigarrillos electrónicos es de **9,2%** en varones y **6,2%** en mujeres.

12,6%
de universitarios

estudiantes han utilizado alguna vez cigarrillos electrónicos, **15,3%** entre los hombres y **9,8%** entre las mujeres, según la *Escuela de Salud Pública de la Universidad Johns Hopkins.*

La mayoría de los cigarrillos electrónicos contienen nicotina, la cual tiene efectos conocidos en la salud, por ejemplo:

- La nicotina es poderosamente adictiva.
- La nicotina es tóxica para los fetos en desarrollo.
- La nicotina puede afectar el desarrollo del cerebro en los adolescentes que continúa hasta los 20 a 25 años.
- La nicotina es un peligro para la salud de las mujeres embarazadas y su bebé en gestación.

Los cigarrillos electrónicos pueden causar lesiones involuntarias:

- Las baterías defectuosas de los cigarrillos electrónicos han causado incendios y explosiones, algunos de los cuales han provocado lesiones graves.
- Además, la exposición aguda a la nicotina puede ser tóxica. Hay niños y adultos que se han intoxicado al tragar, inhalar o absorber el líquido de los cigarrillos electrónicos.

El tabaquismo es una enfermedad crónica, adictiva y recidivante.

*Si nunca ha fumado o usado otros
productos de tabaco o cigarrillos electrónicos,
NO LO INICIE*



www.inen.sld.pe
E-mail: prevenir@inen.sld.pe
Facebook: @innenneoplásicas
Línea Preventiva: (01) 620-3333