

Las concepciones erróneas aún nublan el tabaquismo

Por Ed Edelson Reportero de HealthDay

Traducido del inglés: *Miércoles*, 2 de noviembre, 2005

MARTES 1 de noviembre (HealthDay News/HispaniCare) -- Las creencias incorrectas (mayormente sobre la nicotina) con frecuencia perjudican a los fumadores que están tratando de dejar el hábito.

Ese fue el mensaje de la presentación de la experta en cesación del tabaquismo Virginia Reichert, directora del Centro de Control del Tabaco del Sistema de Salud Judío North Shore-Long Island de Great Neck, Nueva York. Realizó sus declaraciones el martes en la reunión del American College of Chest Physicians en Montreal.

Por ejemplo, muchos fumadores no desean usar parches o goma de mascar de nicotina porque piensan que la nicotina causa cáncer, apuntó Reichert.

Un estudio de más de 1,100 fumadores de mediana edad que estaban inscritos en el programa del centro encontró que las concepciones erróneas sobre la nicotina y el cáncer eran mucho más comunes entre las mujeres, ya que 72 por ciento de ellas lo creían, en comparación con el 60 por ciento de los hombres, señaló Reichert. Y el mismo porcentaje de mujeres fuma cigarrillos "light", al considerar erróneamente que son menos dañinos, en comparación con el 63 por ciento de los hombres, agregó.

La nicotina es peligrosa, pero no por ninguna relación con el cáncer, la cual no existe, explicó Reichert. Hace su daño al hacer a las personas adictas al tabaco "y cuando uno fuma, inhala 4,000 sustancias químicas por día", dijo. Muchas de esas sustancias químicas son cancerígenas.

"La nicotina es la sustancia química más adictivo que conocemos, más adictivo que la heroína o la cocaína", y demasiados médicos que tratan de ayudar a los fumadores subestiman ese poder adictivo, afirmó Reichert. "Hay que hacer más que darles un folleto e irse".

Los datos sobre la información errónea provinieron de un programa de seis semanas que involucraba a fumadores fuertes a mediados de la cuarentena, que fumaban en promedio un paquete y medio por día, explicó. Al inicio del programa, los participantes llenaron un cuestionario para evaluar sus conocimientos y creencias sobre el tabaquismo.

Las mujeres eran más propensas que los hombres a preocuparse por que fumar les provocara cáncer, 75 por ciento en comparación con 64 por ciento. También eran más propensas que los hombres a preocuparse por que dejar de fumar las hiciera aumentar de peso (41 por ciento en comparación al 15 por ciento) y a preocuparse sobre poder manejar el estrés sin cigarrillos (63 por ciento en comparación con el 55 por ciento).

Con un programa que incluya control médico, modificación de conducta, el uso de parches y / o goma de mascar de nicotina y dieta, "la mayoría de los fumadores puede esperar evitar los síntomas de abstinencia y minimizar el aumento de peso", apuntó Reichert.

El programa fue igualmente exitoso para hombres y mujeres, con una tasa de abandono del tabaquismo de 59 por ciento para las mujeres y 55 por ciento para los hombres, afirmó.

Una importante razón para ese éxito es la capacidad para evitar que los fumadores obtengan nicotina del tabaco, dijo Reichert. Los parches, las gomas de mascar y hasta los inhaladores de nicotina pueden todavía suplir "la droga a la que son adictos en pequeñas cantidades", afirmó.

Las cantidades deben ser pequeñas porque la nicotina sí tiene sus riesgos, afirmó la Dra. Diane Stover, directora de servicios pulmonares del Centro de Cáncer Memorial Sloan-Kettering de la ciudad de Nueva York. Constriñe los vasos sanguíneos y promueve la formación de coágulos sanguíneos que pueden llevar

a ataques cardiacos y otros importantes problemas cardiovasculares, dijo. Aún así, el reemplazo de la nicotina "es un puente para dejar de fumar y luego se elimina la nicotina", señaló Stover.

A pesar de todas las pruebas sobre los efectos nocivos de fumar, todavía es necesario explicárselos a muchas personas, dijo Stover. "Cuando uno habla con las personas sobre los peligros del tabaquismo, dicen 'sabía fumar no era saludable, pero en realidad no sabía por qué'", apuntó.

Otro informe de la reunión ofreció nueva información sobre uno de los principales problemas de fumar, el cáncer del pulmón. Éste le dio algo de comodidad a las mujeres, al encontrar que sobreviven más que los hombres con la enfermedad, incluso sin tratamiento.

Investigadores de la Escuela de Medicina Mount Sinai de la ciudad de Nueva York revisaron casi 19,000 casos de cáncer del pulmón y encontraron que las mujeres no sólo tenían tasas de supervivencia significativamente mayores que las de los hombres cuando eran tratadas, sino que también tenían una disminución en el riesgo de muerte del 21 por ciento en comparación con los hombres, sin el tratamiento.

El estudio "sugiere que el desarrollo del cáncer del pulmón tiene una base biológica y que la enfermedad es más agresiva en los hombres que en las mujeres", afirmaron los investigadores.

HealthDay