
¿Cómo es posible que sigan fumando?

Por: Yaima Cabezas / CubaSí

04/01/2023



Todos los años el cigarro mata a millones de personas, entre fumadores activos y pasivos. Aunque la cantidad de consumidores ha disminuido, las estadísticas demuestran que son muchísimos los individuos que cada vez se inician en ese modismo que se convierte rápidamente en vicio.

¿Qué será lo que le encuentran? Siempre me lo pregunto, y desde la distancia recuerdo ver fumar a mis compañeros de adolescencia, que ni sabían absorber el humo ni agarrar el cigarro, pero lo hacían porque les daba placer y glamour. Se sentían populares. Se creían sexys.

Nunca se me ocurrió experimentar. Y tantas veces soporté aquello de “¿cómo sabes que no te gusta si no lo pruebas?” Lo tuve siempre claro, y no solo por mis alergias crónicas que me hacen identificarlo y odiarlo, incluso, a 10 metros. Aún sin estar al tanto de verdad de que fumar mata, sabía que no era lo mío. Y no me gusta perder el tiempo.

Crecí en un ambiente libre de humo, pero en mi familia sí se fumaba. En mi casa se respetaba la salud, y mis tíos, primos y abuelitos fumadores salían al balcón creyendo que lo dejaban todo afuera, sin embargo, cuando entraban arrastraban consigo ese olor característico impregnado en la piel, en los dedos, en el aliento.

Fue a los 18 años cuando la conciencia me vino de sopetón. Mi tía María murió en el salón de operaciones mientras se sometía a una cirugía a corazón abierto. Después de 13 horas de labores sin interrupción, no lo resistió: el cigarro había obstruido y debilitado fatalmente sus arterias. Mi tía nunca despertó y tenía poco más de 40 años, era delgada, alegre, llena de vida, aparentemente sana. Ni siquiera fumaba demasiado.

Fue entonces cuando empecé a pensar seriamente en por qué las personas fuman. La gente muere constantemente. Yo misma de solo sentir el humo, caigo en una insoportable crisis de rinitis alérgica. Ya puedo imaginarme lo que le hace al cuerpo humano estar en contacto con tanta sustancia tóxica.

Mundialmente fumar cigarros mata a millones de personas, lo repito, y sin embargo, se trata de la causa de muerte

más prevenible posible. Solo basta con no hacerlo y estaríamos evitando una decadencia lenta, pero segura. El asunto es que empieza siendo un juego y luego la adicción es casi inevitable.

A quienes me dicen que de algo hay que morir, les recuerdo que no se trata solo de uno mismo. De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS) el consumo directo o la exposición al humo de otros puede ser responsable de un alto por ciento de las muertes por enfermedades cardiovasculares, por cáncer y sobre todo por padecimientos respiratorios crónicos. ¡Claro que de algo vamos que morir!, pero mejor de manera natural y no provocada.

Es una actividad de siglos de práctica. Y nada es más difícil que acabar con las costumbres, sobre todo cuando implica ganancias para grandes consorcios. La industria está muy posicionada a pesar de las campañas pro salud que se gestan desde hace 70 años. Es realmente muy poco tiempo para acabar con ese mal. Se necesitará mucho más que la alerta médica, las experiencias propias y cercanas, además de las iniciativas para limitar las producciones y regular su consumo.

TRES CASOS

Tanto que se divulga sobre la severidad de sus consecuencias para la salud humana, y a cada rato aparecen historias que desconciertan. Recientemente, con la pandemia de Covid-19, ese mal que mató a tantos, un estudio de un hospital francés sugería que los fumadores poseían un factor de protección contra la infección por el SARS-CoV-2 dado por la nicotina que les aportaba una condición preventiva.

Fue tan absurda hipótesis que luego la Organización Mundial de la Salud (OMS) tuvo que recordar que se trataba de una droga y que en ningún caso podía ser beneficioso, además de que “fumar tiene graves consecuencias patológicas”, y que, al contrario, por ser una enfermedad respiratoria, los fumadores son más vulnerables.

Sabiendo que es la antítesis del deporte, el segundo hecho que me parece insólito y del cual creo solo la mitad, es la historia de un maratonista chino conocido como “Tío Chen”. Este mismo año se hizo viral por correr y fumar al mismo tiempo, y, además, poseer una marca impresionante.

Medios internacionales se hicieron eco de la noticia y divulgaron que no era la primera vez que sucedía. Sin embargo, este sujeto, que dice tener 50 años, se ve delgado y en forma, pero su expresión no es saludable, dudo mucho que así lo sea y que detrás no se encuentre alguna campaña publicitaria. Además, parece mayor y probablemente el cigarro tenga la respuesta, pues de siempre los asiáticos han sido famosos por conservarse lozanos.



Fotografía tomada de Clarín

Y, por último, un caso impresionante que dio la vuelta al mundo en el año 2010 resultó la historia de Aldi Rizal, un niño de 18 meses de edad, de Indonesia, que se dio a conocer muy rápido por lo impactante de su imagen de bebé que fumaba.

Sus padres desconocieron el mal que le hacían al darle cigarros, y hacerlo adicto. A tan temprana edad Aldi Rizal tenía el vicio de un adulto: fumaba hasta dos cajas por día. Su dependencia duró muchos años, y así será el daño que se hizo desde pequeño porque su organismo aún no estaba maduro.



Aldi Rizal en la actualidad. Fotografía tomada de Internet

Parece increíble que un ejemplar de tan pequeño tamaño sea así de peligroso. Está demostrado que su humo contiene miles de sustancias químicas, y de entre ellas destaca la famosa nicotina, responsable de inducir la adicción.

Ya que de momento no se puede dejar de producir, ¿qué hacemos entonces para no matarnos entre nosotros, unos por fumar y otros por cercanía?

Falta mucha conciencia sobre el tema. Sucede bastante que a los fumadores solo les interesa su vicio y nos molestan a los demás sabiendo que perjudican. No les importamos. Y no pocas veces burlan las disposiciones establecidas en lugares públicos. Incluso, se incomodan si les llamamos la atención.

No bastan tampoco las etiquetas en las cajetillas, siguen siendo muy discretas. Debemos, con más énfasis, limitar la publicidad, no cansarnos en advertir sobre sus consecuencias, y en no vender a menores de edad. Podemos también promover que cada vez se reduzcan más los niveles nocivos de sus compuestos químicos.

Y vuelvo: millones de personas mueren cada año en todo el mundo por complicaciones asociadas al consumo de sustancias tóxicas que se encuentran en los cigarros. En muchos países es la primera causa de muerte por encima de otras adicciones como el alcohol. Incluso, he leído, que fallecen más personas por fumar que por armas de fuego o accidentes de tránsito.

Recordemos que no existe manera segura de consumirlo y que dondequiera que las sustancias del cigarro hagan contacto con las células vivas, causará daño. Desde 1950 los estudios refieren que acorta la vida en más de 10 años, y no solo propiciará cáncer, sino que puede deteriorar casi todos los órganos en el cuerpo, incluyendo los vasos sanguíneos, la piel, los ojos y los huesos; asimismo afecta la vida sexual y el sistema reproductor. De igual modo se trata de una adicción oportunista que puede conducir a otros vicios como al alcohol y las drogas químicas.

Entonces, con toda esta información disponible, redundante, ¿cómo es posible que sigan fumando?

