



# Tabaquismo

De acuerdo con la OMS, 6 de cada 10 fumadores quieren abandonar el consumo de tabaco.

## 1 ¿Qué es?

El Tabaquismo es la intoxicación aguda o crónica producida por el consumo adictivo de tabaco. Las personas que fuman tienen una dependencia mental y física por la nicotina, sustancia que actúa en el sistema nervioso central sobre receptores neuronales que anestesian la ansiedad y la depresión. Según la OMS, el consumo de tabaco es uno de los principales factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares y respiratorias, así como de más de 20 tipos o subtipos diferentes de cáncer y muchas otras enfermedades debilitantes. El Tabaquismo es la intoxicación aguda o crónica producida por el consumo adictivo de tabaco. Las personas que fuman tienen una dependencia mental y física por la nicotina, sustancia que actúa en el sistema nervioso central sobre receptores neuronales que anestesian la ansiedad y la depresión. Según la OMS, el consumo de tabaco es uno de los principales factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares y respiratorias, así como de más de 20 tipos o subtipos diferentes de cáncer y muchas otras enfermedades debilitantes.

## 2 Síntomas

Las personas que padecen esta adicción, presentan todas las características propias de todo Trastorno de dependencia generado por sustancias tóxicas, incluyendo el Síndrome de Abstinencia; según Mayo Clinic:

- Al dependiente le resulta imposible dejar de fumar. Ha hecho uno o más intentos serios, pero infructuosos, de detenerse.
- Presenta síntomas físicos de abstinencia cuando trata de dejar de fumar, cambios en el estado de ánimo, fuertes antojos, ansiedad, irritabilidad, agitación, dificultad para concentrarse, estado de ánimo deprimido, frustración, ira, aumento del hambre, insomnio, estreñimiento o diarrea.

Abandono de actividades sociales por no haber espacios destinados a esta actividad.

Del mismo modo, las repercusiones al organismo son diversas de entre ellas destaca:

- Alteraciones del pulso y la respiración.
- Lumbalgias o Lumbagos

# Tabaquismo

- Diarrea.
- Vómitos.
- Desarrollo de Hernias.
- Vértigo.
- Fiebre.
- Retracción de Encías.
- Frío en las extremidades.
- Colapso.
- Infarto.
- Parada respiratoria.
- Riesgo Cardiovascular.
- Rinofaringitis.

## 3 Personas que puedan sufrirla

Cualquier persona puede llegar a ser adicta a la nicotina. Los factores genéticos pueden influir en la forma en que los receptores de la superficie de las células nerviosas del cerebro responden a las altas dosis de nicotina que suministran los cigarrillos. Según la OMS, los factores sociales principalmente de la adolescencia marca el momento clave donde un individuo puede tender a volverse adicto durante toda su vida; destacando que no es privativo de esa edad, un individuo que posea ansiedad, estrés, esquizofrenia, trastorno de estrés postraumático, dolor crónico, entre otras enfermedades, tenderá a padecer esta adicción más fácilmente.

Las situaciones más comunes que llevan al desarrollo de esta adicción mencionado por Mayo Clinic son:

- Tomar café o hacer descansos en el trabajo.
- Hablar por teléfono.
- Consumir bebidas alcohólicas.
- Conducir.

## 4 Tratamientos

**Medicamentos:** Algunos productos para dejar de fumar se conocen como terapia de reemplazo de nicotina, estos contienen distintas cantidades de nicotina y deben ser utilizados bajo prescripción médica.

**Acompañamiento psicológico:** Los tratamientos conductuales ayudan a desarrollar las habilidades que una persona necesita para dejar el tabaco y lograr así sustituir los impulsos.

**Estimulación Magnética Transcranial (EMT):** Se enfoca en estimular regiones específicas del cerebro mediante campos magnéticos, lo que puede influir en la actividad neuronal. Se han identificado regiones cerebrales relacionadas con el control de los impulsos y la recompensa. Puede modular la actividad de estas regiones para reducir los impulsos de consumo y el placer asociado con él. Influye en la plasticidad cerebral, la capacidad del cerebro para reorganizarse y formar conexiones neuronales. Esto puede ser beneficioso en el tratamiento de la adicción al tabaco al ayudar a romper los circuitos neuronales asociados con el hábito de fumar y fortalecer las conexiones que promueven comportamientos saludables.

### CONTACTO

C. (999) 101 3879

[contacto@centrostatera.com](mailto:contacto@centrostatera.com)

[www.centrostatera.com](http://www.centrostatera.com)