BOLETÍN DE PRENSA No. 354 –>>

El tabaquismo es la segunda causa de mortalidad a nivel mundial.

En el marco del Día Mundial sin tabaco, evento cuya sede fue la Universidad Autónoma de Aguascalientes, se dictó la conferencia titulada Intervenciones efectivas frente al consumo de tabaco.

Dicha ponencia estuvo a cargo del medico Gabriel Flores Loredo y el psicólogo Mario García Martínez, ambos personal que labora en los Centros de integración Juvenil, Aguascalientes, A.C. en donde de realizan clínicas para dejar de fumar, según dieron a conocer a la comunidad de la UAA.

El médico Flores Loredo indicó que el daño a la salud por consumo de tabaco no se refleja a corto plazo y en ocasiones el problema es irreversible como el daño al corazón. Demostró que al fumar aumenta la presión cardiaca (late más rápido), disminuye el calibre de las arterias y puede provocar un infarto cerebral.

Recalcó a la comunidad universitaria que el 80% de los carcinomas están relacionados con el tabaco. El fumador puede desarrollar cáncer en la boca, garganta, estómago, vejiga, piel y pulmones; también se dirigió a la alumnas para señalar que fumar es un factor que contribuye al cáncer mama y al cervicouterino.

Con el paso de los años el fumador puede ser un candidato para desarrollar diabetes e hipertensión arterial, dos enfermedades que en la actualidad son las que causan más muertes en el planeta agregó el médico.

Puso énfasis el conferencista en el estilo de vida de los estudiantes en la Instituciones de Educación Superior, el cual por sus exigencias académicas, los llevan a experimentar un gran nivel de estrés que ven mitigado en cierta medida con el consumo de tabaco, que les ofrece una forma de relajarse por la combinación de sustancias que posee. Lo anterior aunado a las presiones sociales, económicas y familiares puede contribuir a una mayor dependencia del fumador.

Recomendó el médico a los universitarios realizar una planeación estratégica de todas las actividades que tengan que realizar en su formación profesional y personal. Puntualizó en la necesidad de incluir ejercicio, por lo menos tres veces a la semana, y de ser posible acudir a las Clínicas para dejar de fumar.

Finalmente los exhortó a cambiar a un estilo de vida saludable, para que eviten formar parte de las estadísticas de fallecimientos a causa del tabaquismo.

Cabe señalar que en la ponencia también se les explicó a los estudiantes, académicos y trabajadores de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, las diversas alternativas y modelos de intervención exitosos que se implementan en los Centros de Integración Juvenil, Aguascalientes, A.C., para ayudar al adicto al tabaco a dejar de consumirlo.