



El tabaquismo es una de las principales causas de muerte a nivel mundial, según la Organización Mundial de la Salud más de 8 millones de personas pierden la vida, tanto consumidores como aquellas no fumadoras que están expuestas al humo del cigarro; al que se le ha sumado el uso de dispositivos electrónicos o el vape (vaporizador). Es uno de los principales factores de riesgo para diversos tipos de cáncer, además de la relación que guarda con el padecimiento por COVID-19. En el contexto de la pandemia por el SARS-CoV-2, la doctora Silvia Denisse Ponce Campos, médico neumólogo y responsable del área de Rehabilitación Post-Covid de la UAA, hizo referencia a algunos reportes que indican que a las 24 horas de haber fumado un cigarrillo, la expresión de receptores para COVID en el organismo es mayor, por lo que es más fácil un contagio; por otro lado una persona que fuma de manera activa y atraviesa por un episodio de COVID tiene una mayor replicación viral. Por lo anterior, actualmente son cada vez más personas las que acuden a las clínicas de tabaquismo para dejar de fumar, ya que el tabaco es uno de los factores de riesgo de mayor impacto para la COVID-19. [gallery link="file" columns="2" size="medium" ids="32769,32767"]

Proceso de recuperación Dejar el tabaco es complejo: requiere de mucho esfuerzo y motivación para lograr el objetivo. La recuperación se da en dos escenarios, el más idóneo es cuando el paciente está motivado para dejar el vicio; el más difícil es cuando el diagnóstico médico demanda que el paciente deje este hábito, pero éste no quiere. La doctora Ponce Campos explicó que, en un escenario ideal, el paciente puede lograr su recuperación con el tratamiento y seguimiento adecuado; un paciente que deja de fumar durante seis meses difícilmente va a recaer. El tratamiento se determina desde el punto de vista de tres expertos: con el neumólogo, se enfoca en el tratamiento farmacológico; el psicólogo quien aplica una terapia cognitivo conductual para evitar recaídas; y el psiquiatra que apoyará para evitar otro tipo de trastornos como la ansiedad, la depresión o la ingesta de bebidas alcohólicas y una alimentación inadecuada. [gallery link="file" size="large" columns="1" ids="32768"]

Las secuelas del tabaquismo Este padecimiento se asocia a la destrucción de los pulmones, hay quienes desarrollan la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) que, combinado con el SARS-CoV-2, complica en gran medida la recuperación funcional de los pacientes. La doctora Silvia Denisse Ponce Campos mencionó que en la clínica de Rehabilitación Post-COVID cuando los resultados de las espirometrías muestran una función pulmonar de entre 30 y 40%, se refleja en una tos constante, falta de aire, dolor en el pecho, entre otros síntomas. Cuando un paciente deja el cigarro, puede observar mejorías a las primeras 24 horas en los signos vitales; a la semana se disminuye la tos y la falta de aire va mejorando; a largo plazo se reduce el riesgo de padecer impotencia sexual, enfermedades cardiovasculares, como infartos agudos al miocardio, o embolias. También la faringe se desinflama y la persona recupera su voz, pero sobre todo, disminuye en gran medida el riesgo de padecer cáncer. En el caso del cigarrillo electrónico y el *vaping*, es necesario recalcar que estos nuevos dispositivos surgieron como una alternativa para dejar de fumar, pero lo cierto es que están más cargados de nicotina y contienen muchas sustancias, a veces ilícitas, que provocan mayores complicaciones en la salud, de ahí la

Enfermedad del Pulmón relacionada al *vaping*, que fue muy prevalente en pacientes jóvenes de Estados Unidos que ocasionaba la inflamación de los pulmones.