



SUBDIRECCIÓN
DE SALUD

BOLETÍN No. 024
MES- DÍA DE
2021

COMANDO GENERAL DE
LAS FUERZAS MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD DE
LAS FUERZAS MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. HUGO ALEJANDRO
LÓPEZ BARRETO

CR. ROCÍO DEL PILAR
GARZÓN A.

Subdirectora de Salud

SMSM. DENNIS RODRÍGUEZ
Coordinadora Grupo Salud
Pública (E)

PS. JESSICA A. MORENO
Líder MCV Adolescencia y
Juventud

PD. CLAUDIA MONTENEGRO
Comunicaciones Estratégicas



DÍA MUNDIAL SIN TABACO

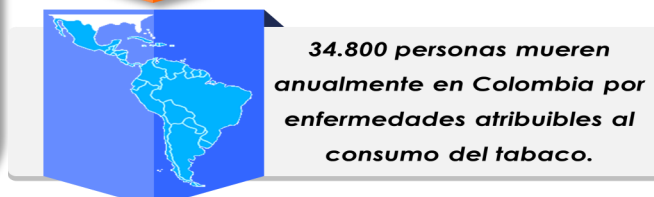
"Quienes lo dejan, ganan"

"UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD"

La Dirección General de Sanidad Militar, desde la Subdirección de Salud, Gestión del Riesgo en Salud, se unen a la conmemoración del "Día Mundial Sin Tabaco".

La Asamblea Mundial de la Salud instituyó el Día Mundial sin Tabaco en 1987 para llamar la atención hacia la epidemia de tabaquismo. La campaña anual es una oportunidad para concienciar sobre los efectos nocivos y letales del consumo de tabaco, la exposición al humo de tabaco ajeno y disuadir el consumo en cualquiera de sus formas.

Este año 2021, la campaña para evitar el consumo de tabaco en cualquiera de sus formas (cigarrillos, pipas y shishas), está dirigida a los más jóvenes con el fin de destapar las tácticas de las industrias tabacaleras para atraerles y lograr una generación libre de tabaco.



MÁS DE 100 RAZONES PARA DEJAR DE FUMAR, es otra campaña de la OMS para ayudar a cien millones de personas a dejar el hábito de fumar.

La OMS ha decidido lanzar su campaña 2021 bajo el lema.....

Los fumadores se encuentran en un mayor riesgo frente al COVID 19. Dejar de fumar es difícil, pero la pandemia ha sumado pruebas a la evidencia de los perjuicios de ese hábito en la salud, y al menos **780 millones** de fumadores tienen intenciones de querer dejar el cigarillo.

OMS 08 Diciembre 2020

**COMPROMÉTETE A DEJARLO DURANTE
LA PANDEMIA DEL COVID-19**

QUE ES EL TABAQUISMO?

El tabaquismo es una enfermedad adictiva, crónica y recurrente, que en el 80% de los casos se inicia antes de los 18 años de edad y que se mantiene merced a la dependencia que produce la nicotina.

La nicotina es altamente adictiva, llega al cerebro en seis segundos e incluso, causa más adicción que la cocaína. La mayoría de los efectos nocivos que causa son irreversibles.

El fumador sufre una dependencia física y psicológica que genera un síndrome de abstinencia, denominado tabaquismo.



¿CÓMO AFECTA EL TABACO EL ORGANISMO?

Cáncer de labios, boca, garganta, laringe y faringe, disminución del sentido del gusto y mal aliento.

Cáncer de las cavidades nasales, senos paranasales, inflamación e irritación del interior de la nariz y de los senos paranasales, alteración del sentido del olfato.

Enfermedad periodontal (enfermedad de las encías, gingivitis, periodontitis), dientes sueltos, pérdida de dientes, caries, placa, decoloración y manchado.

Cáncer de esófago, cáncer gástrico, del colon y del páncreas. Aneurisma aórtico abdominal, úlcera péptica (esófago, estómago).

Posible aumento del riesgo de cáncer de mama.

Ateraciones de la fertilidad masculina, impotencia sexual, cáncer de próstata.

Enfermedad de los vasos sanguíneos en áreas externas al corazón, trombosis, envejecimiento prematuro de la piel.

Accidente cerebrovascular, adicción, infarto agudo del miocardio, aterosclerosis (depósitos de grasa en las paredes de las arterias).

Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC), bronquitis crónica, infección respiratoria, exacerbación de asma. Cáncer tráquea, pulmón y bronquios.

Cáncer de vejiga y riñón, cáncer de cuello uterino y de ovario.

EN NO FUMADORES EXPUESTOS AL HUMO DE TABACO

- Cáncer de pulmón.
- Cáncer de mama
- Enfermedad coronaria
- Accidente cerebrovascular.
- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).
- Exacerbación del asma
- Enfermedad respiratoria aguda vías inferiores (bronquitis y neumonía)
- Irritación de las vías respiratorias (tos, flema), irritación nasal.



FUMAR EN EL EMBARAZO

- Desprendimiento prematuro de placenta, placenta previa.
- Ruptura prematura de las membranas.
- Nacimiento prematuro, aborto espontáneo/aborto natural.



EN NIÑOS EXPUESTOS AL HUMO DE TABACO

- Asma (edad escolar), presencia de sibilancias, alteración de la función pulmonar.
- Síntomas respiratorios (por ejemplo, tos y disnea).
- Síndrome de muerte súbita del lactante.
- Enfermedades respiratorias agudas (neumonía).
- Enfermedades del oído medio, aguda y recurrente.



CÁNCER DE PULMON

Es la principal causa de Cáncer de Pulmón, y el responsable de aproximadamente el **90%** de las muertes por CÁNCER PULMONAR.



EL TABAQUISMO

Está directamente relacionado con la aparición de **29 enfermedades**, de las cuales **10 son diferentes tipos de cáncer** y de más del **50 %** de las enfermedades cardiovasculares.



NIÑOS

165.000 niños mueren antes de cumplir **5 años** por infecciones de las vías respiratorias inferiores causadas por el humo de tabaco ajeno.



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá - Colombia
Teléfono 3238555 EXT. XXX
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo



BENEFICIOS QUE OFRECE DEJAR DE FUMAR

El riesgo de cáncer de boca, garganta, esófago y vejiga se reduce a la mitad. El riesgo de cáncer de cuello uterino se reduce al nivel de riesgo de una mujer no fumadora. El riesgo de accidentes cerebrovasculares (derrames cerebrales) puede reducirse al nivel de una persona no fumadora después de 2 a 5 años.



FUENTE: American Cancer Society

ESTRATEGIAS PARA REDUCIR EL IMPACTO DEL TABACO

Autoconciencia del mal hábito y las consecuencias.

Buscar ayuda del personal de salud para asesoría

Tomar medidas para promover su propia salud y la de sus hijos protegiéndolos de los daños causados por el tabaco.



LA VIDA ESTÁ LLENA DE MOMENTOS QUE QUITAN EL ALIENTO
DEJES QUE EL TABACO SEA UNO DE ELLOS.

NO



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá - Colombia
Teléfono 3238555 EXT. XXX
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo

