

El tabac i la salut pulmonar



Cada any, el 31 de maig, l'Organització Mundial de la Salut (OMS) i organismes associats celebren el Dia Mundial sense Tabac per posar èmfasi en els riscos sanitaris inherents al consum de tabac i per promoure polítiques eficaces que contribueixin a dissuadir d'aquest consum en qualsevol de les seves formes.

Amb motiu del Dia Mundial sense Tabac 2019, l'OMS se centra en el tabac i la salut pulmonar. La campanya servirà per conscienciar sobre:

- les conseqüències negatives que té el tabac per a la salut pulmonar de les persones, que van des del càncer fins a malalties respiratòries cròniques; i
- el paper fonamental que exerceixen els pulmons per a la salut i el benestar de tothom.

La campanya també serveix com a crida a l'acció, ja que s'aposta per polítiques eficaces per reduir el consum de tabac i s'hi implica les parts interessades de diferents sectors en les activitats de control del tabac.

Formes en què el tabac posa en perill la salut pulmonar de les persones de tot el món

El Dia Mundial sense Tabac 2019 se centrarà en les diferents maneres en què l'exposició al tabac afecta la salut pulmonar de les persones arreu del món, que són les següents:

El **càncer de pulmó**. Fumar tabac és la principal causa del càncer de pulmó, responsable de més de dos terços de les morts per càncer de pulmó en l'àmbit mundial. L'exposició al fum ambiental del tabac a la llar o al lloc de treball també augmenta el risc de càncer de pulmó. Deixar de fumar pot reduir el risc de càncer de pulmó: després de deu anys de deixar de fumar, el risc d'aquest tipus de càncer es redueix a aproximadament la meitat de les fumadores.

Les **malalties respiratòries cròniques**. El tabac per via inhalatòria és la causa principal de la malaltia pulmonar obstructiva crònica (MPOC), una afecció en què l'acumulació de mucositat amb pus als pulmons provoca una tos dolorosa i terribles dificultats respiratòries. El risc de desenvolupar MPOC és especialment alt entre les persones que comencen a fumar a una edat primerenca, ja que el fum del tabac retarda significativament el desenvolupament pulmonar. El tabac també agreuja l'asma, que restringeix l'activitat i contribueix a la discapacitat. L'abandonament precoç del consum del tabac és el tractament més eficaç per retardar la progressió de l'MPOC i millorar els símptomes de l'asma.

Al llarg de la vida. Els bebès exposats en l'úter a les toxines del fum de tabac, a través del tabaquisme matern o de l'exposició materna al fum ambiental del tabac, experimenten amb freqüència una disminució del creixement dels pulmons i de la funció pulmonar. Els infants exposats al fum ambiental de tabac corren el risc d'agreujament de l'asma, la pneumònia i la bronquitis, així com infeccions freqüents de les vies respiratòries inferiors.

En l'àmbit mundial, es calcula que 165.000 infants moren abans de complir cinc anys per infeccions de les vies respiratòries inferiors causades pel fum ambiental del tabac. Quan són adults, segueixen patint les conseqüències per a la salut de l'exposició al fum ambiental del tabac, ja que les infeccions freqüents de les vies respiratòries inferiors en la primera infància augmenten significativament el risc de desenvolupar MPOC en l'edat adulta.

Tuberculosi. La tuberculosi (TB) danya els pulmons i redueix la funció pulmonar, cosa que s'agreuja pel tabaquisme. Els components químics del fum del tabac poden provocar infeccions latents de TB, de les quals està infectada entorn d'una quarta part de la població. La TB activa, agreujada pels efectes nocius del tabaquisme en la salut pulmonar, augmenta considerablement el risc de discapacitat i mort per insuficiència respiratòria.

Contaminació de l'aire. El fum del tabac és una forma molt perillosa de contaminació de l'aire d'interiors: conté més de 7.000 substàncies químiques, 69 de les quals es coneix que causen càncer. Tot i que el fum pot ser invisible i inodor, pot romandre en l'aire fins a cinc hores, i fer que les persones exposades corrin el risc de desenvolupar càncer de pulmó, malalties respiratòries cròniques i reducció de la funció pulmonar.

Objectius de la campanya del Dia Mundial Sense Tabac 2019

La mesura més eficaç per millorar la salut pulmonar és reduir el consum de tabac i l'exposició al fum ambiental del tabac. No obstant això, en alguns països, hi ha un coneixement escàs, entre amplis sectors de l'opinió pública en general i, sobretot, entre els fumadors, sobre les conseqüències del tabaquisme i de l'exposició al fum ambiental del tabac per a la salut pulmonar de les persones. Malgrat les sòlides proves dels danys del tabac per a la salut pulmonar, continua menystenint-se el potencial que representa el control del tabac per millorar la salut pulmonar.

La campanya del Dia Mundial sense Tabac 2019 servirà per conscienciar sobre:

- els riscos que comporten el tabaquisme i l'exposició al fum ambiental del tabac;
- els perills específics del tabaquisme per a la salut pulmonar;
- la càrrega de morbimortalitat en l'àmbit mundial de les malalties pulmonars causades pel tabac, incloses les malalties respiratòries cròniques i el càncer de pulmó;
- les noves proves sobre la relació entre el tabaquisme i les morts per tuberculosi;
- els efectes de l'exposició al fum ambiental del tabac sobre la salut pulmonar de les persones de tots els grups d'edat;
- la importància de la salut pulmonar per aconseguir la salut i el benestar en general;
- accions i mesures viables que els destinataris clau, inclosos els governs i l'opinió pública, poden adoptar per reduir els riscos que planteja el tabac per a la salut pulmonar.

El tema transversal del tabac i la salut pulmonar té repercussions en altres processos mundials, com les iniciatives internacionals per controlar les malalties no transmissibles (MNT), la TB i la contaminació de l'aire, amb l'objectiu de promoure la salut. És una oportunitat d'implicar les parts interessades de tots els sectors i apoderar els països per tal de reforçar l'aplicació de les mesures de control del tabac de provada eficàcia MPOWER contingudes en el Conveni marc per al Control del Tabac (CMCT) de l'OMS.



Crida a l'acció

La salut pulmonar no s'aconsegueix simplement per l'absència de malalties, i el fum del tabac repercuteix d'una manera important en la salut pulmonar tant dels fumadors com dels no fumadors arreu del món.

Per aconseguir la meta dels Objectius de desenvolupament sostenible (ODS) de reduir en un terç la mortalitat precoç per MNT per al 2030, el control del tabac ha de ser una prioritat per als governs i les societats d'arreu del món, i actualment, el món no està ben encaminat per aconseguir-ho.

Els països han de respondre a l'epidèmia de tabaquisme mitjançant la plena aplicació del CMCT de l'OMS i l'adopció de les mesures MPOWER al més alt nivell, cosa que implica la formulació, l'aplicació i el compliment de les polítiques de control del tabac més eficaces destinades a reduir la demanda de tabac.

Les famílies i la resta de la societat també han de prendre mesures per promoure la seva salut i la dels infants, i protegir-los dels danys causats pel tabac.

Document oficial de l'Organització Mundial de la Salut (OMS)

<https://www.who.int/es/news-room/events/detail/2019/05/31/default-calendar/world-no-tobacco-day>

