

Cristina Pérez

Chile tiene una de las tasas más altas de muertes por tabaquismo en Latinoamérica, con 19.128 muertes anuales, lo que equivale aproximadamente al 16% de todas las muertes en el país, contribuyendo significativamente a las 351.000 muertes en la región. Porcentaje de mortalidad que lo ubica en un rango alto comparado con otros países.

Asimismo, el tabaquismo es responsable de 120.736 eventos de enfermedad anualmente, lo que refleja el enorme impacto de esta adicción en la salud pública.

Las principales causas de muerte asociadas al tabaquismo incluyen enfermedades del sistema vascular, que representan el 48,4% de los casos, seguidas por tumores o cáncer (26,5%) y enfermedades respiratorias (20,6%).

Según Rodrigo Goycolea, docente investigador de la Universidad San Sebastián, "el consumo de tabaco se inicia de manera ocasional y progresivamente se aumenta la cantidad y frecuencia de consumo". Dice que afecta la imagen personal, dejando un olor desagradable en la ropa y el hogar, amarillando los dedos, y provocando quemaduras frecuentes en la vestimenta. "La piel se seca y arruga prematuramente, y la salud bucal se ve afectada con un aumento de la placa bacteriana, caries, mal aliento, dientes amarillos y periodontitis".

"El tabaco causa dependencia física, síndrome de abstinencia (irritabilidad y ansiedad) y dependencia psicológica", explica Goycolea. Las enfermedades cardiovasculares son comunes entre los fumadores, con riesgos de arteriosclerosis, infartos al miocardio, infartos cerebrales, hipertensión arterial y otras complicaciones. Además, las enfermedades respiratorias como la bronquitis crónica, neumonía, enfisema y la Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica (EPOC) son frecuentes, empeorando significativamente la calidad de vida del fumador.

Pese a que se trata de cifras extremadamente altas, "las tasas de tabaquismo en Chile han bajado de casi un 45% a principios de los 2000 a alrededor del 30% hoy en día", explica el Dr. Andrés Pinto, broncopulmonar de la Clínica U. de los Andes. Esta disminución se observa en la mayoría de los grupos etarios, tanto en hombres como en mujeres, aunque en algunas mujeres de mediana edad, la tendencia a la baja se ha estabilizado.

Efectivamente, según datos de la Organización Respira Libre, la prevalencia de consumo de tabaco en Chile alcanza al 28,6% de la población general, mientras que el consumo de tabaco entre población escolar ha bajado al 11,2%. Se trata de las cifras más bajas de las que se tiene registro, y aunque los números continúan siendo muy alarmantes se puede afirmar que "nunca en Chile ha habido tan pocos fumadores" dice Lidia Amarales, directora general de esta organización.



Cuántas personas fuman en Chile

El tabaco sigue generando un impacto muy significativo en la mortalidad y economía del país. Las políticas de control han reducido las tasas de tabaquismo, pero los desafíos persisten y aún no son suficientes.

► El tabaquismo es responsable de 120.736 eventos de enfermedades al año, lo que refleja su impacto en la salud pública.

Según datos del Servicio Nacional para la Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas y Alcohol (Senda), el consumo diario de tabaco bajó de un 30,6% en 2002 a 17,7% en 2022 (última cifra disponible). Esta tendencia a la baja es estadísticamente significativa y continúa observándose en comparaciones recientes. En 2022, el consumo de tabaco diario fue de 17,9% en hombres y 17,5% en mujeres.

Prevalencia consumo tabaco en población general (por mes)

La distribución del consumo de tabaco varía también según la edad y el nivel socioeconómico. En 2022, el consumo entre adolescentes de 12 a 18 años fue de 2,8% y 12,6% entre jóvenes de 19 a 25 años, y aumentó progresivamente con la edad hasta un 22,7% en adultos de 45 a 64 años. En términos socioeconómicos, el consumo fue más alto en los niveles bajos (20,4%) y medios (19,1%), y menor en el nivel alto

(15,0%).

Sin embargo, la dependencia severa (más de 16 cigarrillos diarios según la OMS) afecta al 22,3% de los fumadores, quienes muestran un alto nivel de adicción. A pesar de ello, el 49,8% de los fumadores quiere dejar de fumar, indicando un deseo significativo de cambio.

Consumo tabaco en población escolar

Las políticas de control del tabaco implementadas desde la primera ley de 2005 han tenido un impacto significativo. La prevalencia de tabaquismo en la población escolar ha disminuido 73% en los últimos 10-15 años, pasando del primer lugar en prevalencia en Latinoamérica al décimo tercero.

Pero el Estudio Nacional de Drogas en Población Escolar de 2021 muestra que casi el 60% de los adolescentes ha probado el tabaco antes de los 15 años, a pesar de las restricciones legales. Amarales, señala que "la

prevalencia en población escolar fue del 11,1% en 2021, comparado con el 15,2% en 2019, pero estas cifras siguen siendo altas y representan un problema de salud pública".

Prevalencia consumo tabaco en población escolar (por mes)

Amarales dice que es crucial que los jóvenes y adolescentes no fumen, ya que su cerebro en desarrollo es más vulnerable a las adicciones. "Cuando se consume cualquier droga durante la formación del cerebro, la posibilidad de adicción es mucho más rápida que en un cerebro adulto". Por ello, las políticas están enfocadas en prevenir el inicio del consumo de tabaco entre los jóvenes.

Amarales insiste que es fundamental aprobar el proyecto de ley que lleva más de 10 años en el Parlamento para reducir las tasas de tabaquismo, especialmente entre los escolares.

El cáncer de pulmón continúa en aumento

Dejar de fumar por 10 años disminuye la probabilidad de morir de cáncer de pulmón en 50%. Al igual que el riesgo de ataque al corazón se reduce al nivel de una persona que nunca ha fumado.

Asimismo, 10 años de no consumo, disminuye el riesgo de desarrollar otros cánceres: de boca, garganta, esófago, vejiga, riñón y páncreas.

En Chile, diariamente mueren 52 personas a causa del tabaquismo, principalmente por EPOC, cáncer de pulmón, otros cánceres y enfermedades cardíacas. Estimaciones de organismos internacionales como Globocan (Observatorio Global de Cáncer) indican que hay más de 4.000 casos nuevos de cáncer de pulmón al año en Chile.

A pesar de la disminución del tabaquismo en Chile en los últimos 10 años, el cáncer de pulmón sigue aumentando y es la principal causa de muerte por cáncer en el país y en el mundo. El Dr. Pinto destaca que, desde 2020, el cáncer ha superado a las enfermedades cardiovasculares como la causa más común de muerte en el país, y ocurre a pesar de los cambios en la legislación del tabaco alineados con el convenio marco de la OMS.

Según un informe del MINSAL-MINEDUC, las enfermedades más prevalentes asociadas al consumo de tabaco en Chile son la Enfermedad Obstructiva Crónica (EPOC) con 62.720 casos, enfermedades cardíacas con 31.358 casos, accidentes cerebrovasculares con 12.580 casos, neumonía con 5.511 casos, cánceres con 4.846 casos y cáncer de pulmón con 3.677 casos anuales.

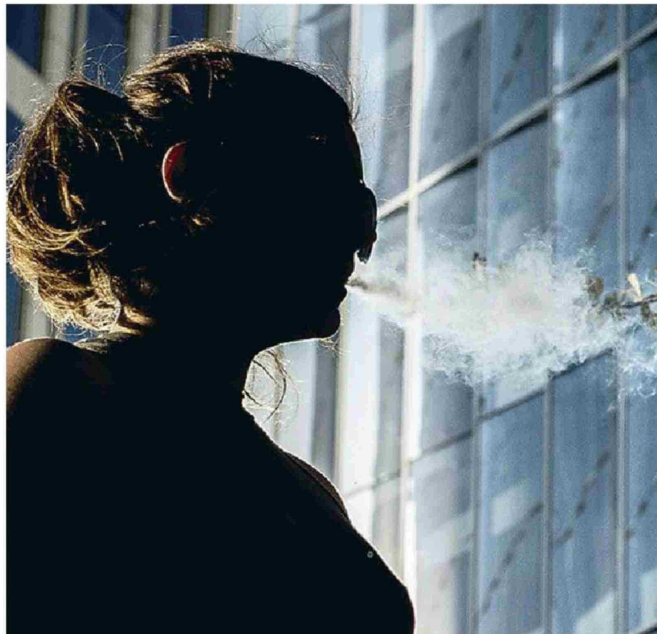
El Dr. Cristián Ibarra, broncopulmonar de la Clínica U. de los Andes indica que el riesgo de desarrollar cáncer de pulmón sigue alto hasta 15 años después de dejar de fumar, lo que puede explicar el alza de este tipo tumores a pesar de la baja en el consumo de tabaco.

Además, el diagnóstico tardío de este cáncer es común en Chile debido a síntomas escasos en etapas tempranas, difícil acceso a la atención médica y falta de cultura preventiva. El Dr. Ibarra explica que la enfermedad presenta pocos síntomas en fases tempranas, donde el tratamiento es más efectivo. Chile tiene una alta tasa de cáncer de pulmón en la región, solo superada por Cuba, Uruguay y Brasil.

El especialista, recomienda que las personas consulten a un especialista para tratar el tabaquismo o prevenir el cáncer de pulmón tan pronto como comiencen a fumar.

Impacto económico y social

De acuerdo a datos del informe IECS y la Encuesta Nacional de Salud (ENS 2017), el costo del tabaquismo en Chile es significativo, estimado en más de 2.121 millones de dólares, lo que representa el 11,2% del gasto en salud del país. Este impacto incluye la pérdida de 46 días laborales por año de-



► En Chile, diariamente mueren 52 personas a causa del tabaco.

PREVALENCIA CONSUMO TABACO EN POBLACIÓN GENERAL (POR MES)

AÑO	PREVALENCIA DE TABACO
2002	43,6%
2004	43,6%
2006	42,4%
2008	41,2%
2010	36%
2012	36%
2014	34,7%
2016	33,4%
2018	31,1%
2020	28,6%

Fuente: XIV Estudio Nacional de Drogas en Población General de Chile, 2020. SENDA.

PREVALENCIA CONSUMO TABACO EN POBLACIÓN ESCOLAR (POR MES)

AÑO	PREVALENCIA DE TABACO
2001	42,0%
2003	38,2%
2005	41,3%
2007	35,4%
2009	33,1%
2011	25,9%
2013	26,7%
2015	24,9%
2017	19,2%
2019	15,2%
2021	11,1%

Fuente: XIV Estudio Nacional de Drogas en Población Escolar de Chile, 2021. SENDA.

bido al tabaquismo, afectando la productividad y la calidad de vida de los trabajadores.

Según el estudio de carga global de enfermedades (GBD) de 2019, en Chile mueren 72 personas por cada 100 mil habitantes por causas asociadas al tabaco, siendo los cánceres relacionados con el consumo de tabaco la principal causa, con más de 28 muertes por cada 100 mil habitantes. Goycolea señala que, "esta cifra es la tercera más alta de la región, después de Uruguay y Argentina".

El tabaquismo representa el 1,8% del PIB de Chile, con un 9% del gasto en salud destinado a tratar enfermedades relacionadas con el tabaco. Esto muestra una carga financiera considerable para el sistema de salud debido a los gastos directos en atención médica y la pérdida de productividad por enfermedades y muertes prematuras.

Por lo que el impacto económico y social del tabaquismo en Chile es alarmante. En

Sin embargo, Chile lleva más de una década sin aumentar los impuestos al tabaco, una medida que de revertirse podría generar beneficios triples. Primero, mejoraría la salud pública al incentivar a los fumadores a dejar el hábito y prevenir nuevos fumadores. Segundo, reduciría los costos económicos asociados a las enfermedades y muertes relacionadas con el tabaquismo. Finalmente, aumentaría la recaudación tributaria, compensando los costos sociales del consumo de tabaco.

Beneficios de dejar de fumar

Después de 20 minutos:

La presión arterial y el pulso descienden a niveles similares a los que tenías antes de consumir tu último cigarrillo.

Después de 8 horas:

Los niveles de monóxido de carbono (gas tóxico) y nicotina en la sangre se reducen a la mitad.

Tu sangre se oxigena más y tu presión sanguínea se normaliza.

Después de 24 horas:

Se elimina completamente el monóxido de carbono del cuerpo.

Los pulmones comienzan a eliminar mucus y otros restos producidos por el consumo de tabaco.

Baja el riesgo de tener un ataque al corazón.

Después de 2 días:

No queda nicotina en el cuerpo.

El olfato y el gusto mejoran.

Después de 3 días:

Los terminales nerviosos se acostumbran a la ausencia de nicotina.

Se respira con mayor facilidad, ya que los bronquios comienzan a relajarse.

Después de 2 semanas a 3 meses:

Mejora la circulación.

Se hace más fácil caminar.

La función pulmonar aumenta hasta un 30%.

Después de 1 a 9 meses:

La tos, congestión nasal, fatiga y falta de aliento disminuyen.

La voz se hace más clara y aumenta la energía general.

Al año siguiente:

El riesgo de sufrir un infarto al corazón se reduce a la mitad.

La persona tiene menos infecciones respiratorias.

Después de 5 años:

El riesgo de sufrir un infarto cerebral se reduce al nivel de una persona que nunca ha fumado.

Después de 10 años:

La probabilidad de morir de cáncer de pulmón disminuye en 50%.

El riesgo de ataque al corazón se reduce al nivel de una persona que nunca ha fumado.

Disminuye el riesgo de desarrollar otros cánceres: de boca, garganta, esófago, vejiga, riñón y páncreas.

Después de 15 años:

El riesgo de sufrir un infarto al corazón es similar al de un no fumador. ●