

MITOS Y VERDADES DEL TABACO

1

Fumar productos de tabaco con nicotina genera dependencia o adicción en poco tiempo.

VERDADERO

El consumo de nicotina puede producir sensación de relajación y de estimulación. Sin embargo, el síndrome de abstinencia y el deseo de consumir nuevamente se manifiestan al poco tiempo de iniciar su consumo.

2

Fumar tabaco sólo produce problemas respiratorios.

FALSO

Las principales enfermedades asociadas al consumo de tabaco son la EPOC, además de algunas enfermedades cardíacas, neumonías, accidentes cerebrovasculares y cáncer de pulmón.

3

El humo de segunda mano es muy dañino para las personas que lo respiran.

VERDADERO

Las personas que respiran humo de segunda mano tienen una mayor probabilidad de padecer enfermedades cardiovasculares o cáncer, así como riesgo de morir prematuramente.

4

La primera exposición al tabaco no genera ningún problema.

FALSO

Desde la primera ocasión que se fuma tabaco o se tiene una exposición al humo de segunda mano existen riesgos a la salud, como irritación ocular, mareos o náuseas.

5

Además del cáncer, fumar tabaco provoca daños en otras partes del cuerpo.

VERDADERO

El consumo de nicotina altera los procesos de motivación y aprendizaje. Además, se asocia con episodios de ansiedad, síntomas depresivos, disminución del sueño y aumento de la vigilia.