

Ayudar a la mujer a dejar de fumar requiere una actuación específica basada en sus motivaciones

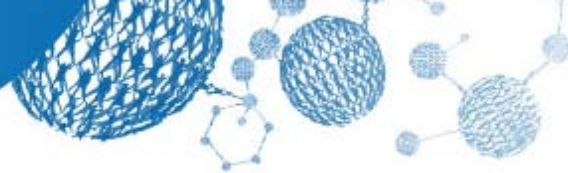
- Los estudios muestran que el 31% de las españolas de entre 16 y 24 años son fumadoras, frente al 25% de los hombres
- Para concienciar a la mujer, se debe desmitificar que la nicotina ayuda a controlar la ansiedad, ya que aunque tiene efectos ansiolíticos que la disminuyen, también tiene otros ansiogénicos que la potencian
- Es fundamental individualizar algunas estrategias conductuales en el grupo de las mujeres durante el proceso de cesación para aumentar las posibilidades de éxito

Madrid, 7 de marzo de 2013.- Existen diferencias claras entre mujeres y hombres a la hora de hablar de las motivaciones que les empujan a empezar, mantener y abandonar el consumo de tabaco. La mujer comenzó más tarde que el hombre a fumar, promovida por factores socioculturales como fueron su incorporación al ámbito laboral o el movimiento de igualdad de derechos entre géneros. Concretamente, las españolas se han ido incorporando al consumo de tabaco de manera progresiva desde de década de los setenta. A día de hoy, los estudios muestran que el 31% de las mujeres de entre 16 y 24 años de nuestro país son fumadoras, frente al 25% de los hombres.¹

Este cambio de tendencia lleva también a plantearse la necesidad de abordar el tabaquismo en la población femenina de una forma específica, puesto que, según explica la **doctora Isabel Nerín de la Puerta, responsable de la Unidad de Tabaquismo de la Universidad de Zaragoza**, existen factores diferentes en hombres y mujeres a la hora de fumar. “*Las mujeres siguen asociando fumar como un acto de libertad y consideran que les aporta beneficios relacionados con el control del peso y las emociones negativas*”, asegura la doctora.

Además, la especialista insiste en la importancia de concienciar a la población femenina sobre su situación real frente al tabaco, ya que se tiende a pensar que las mujeres presentan una menor sensibilidad a sus efectos nocivos en comparación con los hombres. “*Hasta ahora, han sido los hombres los que más han sufrido las consecuencias de fumar, simplemente porque empezaron antes, y por eso las mujeres se consideran a sí mismas de ‘bajo riesgo’ en relación con el consumo de tabaco*”, apunta la **doctora Nerín de la Puerta**. Sin embargo, la realidad es otra y ambos sexos están igual de expuestos a sufrir las consecuencias de fumar.

Concretamente en el caso de la mujer, el tabaco influye de manera decisiva en la salud sexual y reproductiva en sus distintas etapas de la vida. Si se compagina, además, con la toma de anticonceptivos orales, el tabaco aumenta notablemente el riesgo de padecer alguna patología vascular y produce menopausia precoz. Por otro lado, el consumo de cigarrillos está relacionado también con la infertilidad. Igualmente, las mujeres que fuman durante la gestación incrementan gravemente la posibilidad de tener complicaciones que provoquen un parto



premature. Y no sólo las consecuencias negativas del tabaco son para la mujer, también tiene importantes efectos negativos en la salud del feto y del bebé.

Como medida para evitar el tabaquismo y los graves efectos que genera sobre la salud, se hace necesaria la creación de políticas de prevención y planes de cesación tabáquica dirigidos específicamente a la mujer para proporcionarle información de interés en relación al consumo de tabaco y sus consecuencias específicas. Para ello, tal y como señala la **doctora Nerín de la Puerta**, hay que empezar por desmitificar ciertas creencias, como son el miedo a engordar si se deja de fumar o que fumar ayuda a controlar la ansiedad. *“El peso se debe controlar con estrategias sencillas de dieta y ejercicio físico, y no inhalando 4.000 sustancias tóxicas, algunas de ellas cancerígenas, como ocurre al fumar. Además, la nicotina tiene tanto efectos ansiogénicos, que crean ansiedad, como ansiolíticos, que la disminuyen; y todavía no está claro cuál es el efecto predominante”*, señala la especialista. Asimismo, es fundamental individualizar algunas estrategias conductuales en el grupo de las mujeres durante el proceso de cesación².

El cáncer de pulmón en la mujer

El ascenso de las cifras de consumo de tabaco entre la población femenina ha traído consigo un incremento notable también en la incidencia del cáncer de pulmón en las mujeres. Esta patología ha pasado de ser una enfermedad de varones del siglo XX a constituir lo que se ha definido como una epidemia contemporánea de las mujeres del siglo XXI³.

La **doctora Nerín de la Puerta** anuncia que ya se han empezado a ver los devastadores resultados que produce el tabaco en las mujeres españolas. *“De hecho, -explica- en Estados Unidos, en donde las mujeres empezaron a fumar antes que las españolas, la mortalidad por cáncer de pulmón ha aumentado un 600% en los últimos 50 años”*, convirtiéndose en la primera causa de muerte entre las estadounidenses, incluso por encima del cáncer de mama. Puesto que entre el 85-90% de los casos de cáncer de pulmón están provocados por el tabaco.
4,5,6

Pfizer, Trabajando juntos por un mundo más sano

Fundada en 1849, Pfizer es la mayor compañía biomédica que impulsa nuevas iniciativas en favor de la salud. En Pfizer, descubrimos, desarrollamos y ponemos a disposición de los pacientes y de los profesionales sanitarios medicamentos eficaces, seguros y de calidad, para tratar y ayudar a prevenir enfermedades, de personas y de animales. También, trabajamos junto a los profesionales y las autoridades sanitarias para garantizar el acceso a nuestras medicinas, y para ofrecer mejor asistencia sanitaria y apoyo a los sistemas de salud. En Pfizer, todos los colaboradores trabajamos cada día para ayudar a las personas a tener una vida más sana y a disfrutar de mayor calidad de vida.

Para más información:

Pfizer Comunicación

Javier Gómez

91 490 93 19 – javier.gomez@pfizer.com

Weber Shandwick

Cruces Yedro/ Alba Ruiz

91 745 86 57/ 59

cyedro@webershandwick.com

aruiz@webershandwick.com

facebook

facebook.com/groups/pfizerspain

twitter

twitter/pfizer_spain

YouTube

youtube/user/pfizerspain

flickr

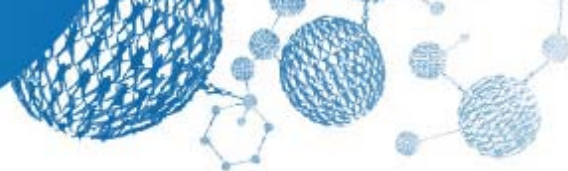
flickr.com/people/pfizer_spain

slideshare

slideshare.net/pfizer_spain

Pfizer

www.pfizer.es



Referencias

¹ Ministerio de Sanidad y Consumo. Encuesta Nacional de Salud 2006. Avances de resultados sobre hábitos de vida: tabaco. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo;

² Marqueta A, Nerin I, et al. Factores predictores de éxito según género en el tratamiento del tabaquismo. Gacet Sanit 2013; doi:10.1016/j.gaceta.2011.12.011

³ Nerin I, Atracción fatal. Archivos de Bronconeumol. 2005(41): 360-2

⁴ US Department of Health and Human Services. Women and amoking. A report of the Surgeon General. Rockville: US Department of Health and Human Services, Public Health Service, Office of the Surgeon General; 2001

⁵ Pastel JD, Bach PB, Kris MG. Lung cancer in US Women. A contemporary epidemic. JAMA. 2004;291:1763-8

⁶ Jemal A, Murray T, Samuels A, Ghafoor A, Ward E, Thun MJ. Cancer statistics, 2003. CA Cancer J Clin. 2004;54:8-29