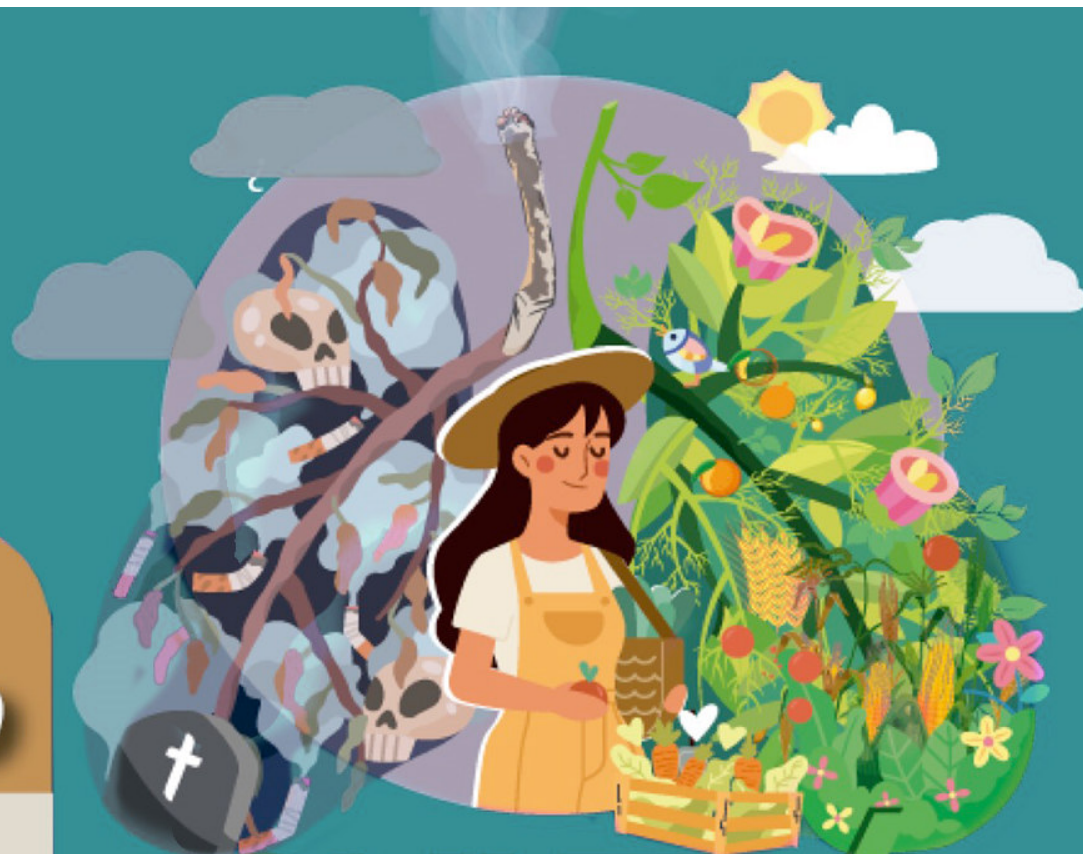


Día mundial  
**Sin Tabaco**  
31 de mayo



**CULTIVA**  
**ALIMENTOS**  
**NO TABACO**



Gobierno de Puebla  
Hacer historia. **Hacer futuro.**



Secretaría  
de Salud

Un gobierno **presente**





Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## Índice

- I. **Introducción**
- II. **Datos mundiales**
- III. **Lema 2023: “Cultivemos alimentos, no tabaco”**
- IV. **El tabaco, la salud y el medio ambiente**
- V. **El tabaco y el aspecto físico**
- VI. **El tabaco, la familia y el círculo social**
- VII. **Mortalidad atribuible al tabaquismo en México**
- VIII. **Exposición al humo de tabaco**
- IX. **Espacios 100% libres de humo de tabaco**
- X. **Promoción a la Salud**



Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## I. Introducción

México es parte del Convenio Marco de la Organización Mundial de la Salud para el Control del Tabaco (CMCT de la OMS) desde el 2004, por lo que tiene el compromiso de cumplir con las disposiciones de dicho instrumento internacional, único en su tipo, que tiene como objetivo hacer frente a la epidemia del tabaquismo, contemplando acciones para contrarrestar tanto la oferta como la demanda.





## II. Datos mundiales

- El tabaco mata hasta la mitad de las personas que lo consumen.
- Cada año, **más de 8 millones de personas fallecen a causa del tabaco. Más de 7 millones de estas defunciones se deben al consumo directo de tabaco y alrededor de 1,2 millones son consecuencia de la exposición de no fumadores al humo ajeno.**
- **Más del 80% de los 1300 millones de consumidores** de tabaco que hay en el mundo **viven en países de ingresos medianos o bajos.**
- **En 2020, el 22,3% de la población mundial consumía tabaco**, concretamente el 36,7% de todos los hombres y el 7,8% de las mujeres del mundo.
- Para hacer frente a la epidemia de tabaquismo, los Estados Miembros de la OMS adoptaron en 2003 el Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco (CMCT de la OMS), tratado que actualmente han ratificado 182 países.
- Las medidas «MPOWER» de la OMS están en consonancia con el CMCT de la OMS y se ha demostrado que salvan vidas y reducen los costos derivados del gasto sanitario evitado.



Secretaría  
de Salud

Gobierno de Puebla

- La nicotina contenida en el tabaco es sumamente adictiva, **y el consumo de tabaco es uno de los principales factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares y respiratorias, así como de más de 20 tipos o subtipos diferentes de cáncer y muchas otras enfermedades debilitantes.** Cada año se registran más de 8 millones de defunciones relacionadas con el consumo de tabaco. La mayoría de ellas se producen en países de ingresos bajos y medianos, que suelen ser objetivos de la injerencia y la mercadotecnia intensivas por parte de la industria tabacalera.
- Asimismo, el tabaco puede ser mortífero para los no fumadores. La exposición al humo de tabaco ajeno también guarda relación con resultados de salud adversos, y provoca anualmente 1,2 millones de defunciones. **Casi la mitad de todos los niños respiran aire contaminado por humo de tabaco, y cada año mueren 65 000 niños por enfermedades relacionadas con el humo de tabaco ajeno.** El consumo de tabaco durante el embarazo puede ocasionar algunos trastornos de salud permanentes a los bebés.
- Los productos de tabaco calentado exponen a los usuarios a emisiones tóxicas, muchas de las cuales provocan cáncer y son nocivas para la salud. Los sistemas electrónicos de administración de nicotina y los sistemas electrónicos sin nicotina, conocidos comúnmente como cigarrillos electrónicos, no contienen tabaco y pueden contener nicotina, o no, pero son nocivos para la salud y, sin duda alguna, inseguros. No obstante, es demasiado pronto para dar una respuesta clara a las repercusiones a largo plazo del consumo de productos de tabaco calentados y los cigarrillos electrónicos.



### III. Lema 2023: “Cultivemos alimentos, no tabaco”

- **El cultivo de tabaco es perjudicial para nuestra salud**, la de los agricultores y la del planeta. La industria tabacalera interfiere en los intentos de sustituir el cultivo de tabaco, con lo que contribuye a la crisis alimentaria mundial. (OMS 2023)
- Además, el informe señala que **"la producción de tabaco requiere una cantidad significativa de agua, lo que puede ser un problema en áreas donde el agua es escasa"**. Además, el cultivo de tabaco a menudo se realiza en condiciones laborales precarias y con bajos salarios, lo que afecta la calidad de vida de las personas que trabajan en esta industria.
- Según un informe de la Organización Mundial de la Salud, se estima que **cada año se utilizan alrededor de 4 millones de hectáreas de tierra en todo el mundo para el cultivo de tabaco**, lo que equivale a la superficie de varios países.
- **Cada año, la industria tabacalera cuesta al mundo más de 8 millones de vidas humanas, 600 millones de árboles, 200 000 hectáreas de tierra y 22 000 millones de toneladas de agua, y genera 84 millones de toneladas de CO<sub>2</sub>.**



## IV. El tabaco, la salud y el medio ambiente

- **La enfermedad del tabaco en verde.** Uno de cada cuatro agricultores de tabaco padece la enfermedad del tabaco en verde, que consiste en una intoxicación por nicotina. Esta enfermedad está causada por la absorción de nicotina a través de la piel durante la manipulación de las hojas de tabaco. Provoca síntomas como náuseas, vómito, mareos, dolores de cabeza, aumento de la sudoración, escalofríos, dolor abdominal, diarrea, debilidad y disnea, entre otros.
- **Exposición a sustancias químicas pesadas y a la nicotina.** Los agricultores de tabaco se exponen cada día al polvo que desprende este producto y a plaguicidas químicos. Un agricultor que planta, cultiva y cosecha tabaco puede llegar a absorber diariamente la nicotina equivalente a 50 cigarrillos. Además, habitualmente estos agricultores trasladan sustancias nocivas a sus hogares por medio de su cuerpo, la ropa o el calzado, lo que somete a sus familiares, sobre todo los niños, a exposiciones secundarias nocivas.





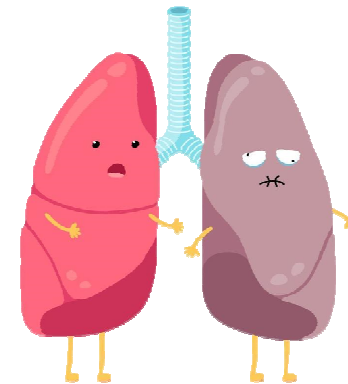
Secretaría  
de Salud

Gobierno de Puebla

- **Afecciones pulmonares crónicas.** Por otro lado, los agricultores de tabaco inhalan grandes cantidades de humo de este producto durante el proceso de curado, lo que incrementa el riesgo de padecer afecciones pulmonares crónicas y otros problemas de salud. c
- **Poblaciones vulnerables especialmente expuestas a riesgos.** Es habitual que la mano de obra del sector tabacalero esté compuesta principalmente por mujeres y niños. En consecuencia, también son ellos quienes se ven más afectados por los riesgos sanitarios derivados de la manipulación de las hojas de tabaco en verde y de sustancias químicas pesadas, así como de la exposición al humo de tabaco que desprende el proceso de curado. Los niños son especialmente vulnerables a estos riesgos, habida cuenta de la relación de proporción existente entre su peso corporal y la cantidad de nicotina que absorben a través de la piel.

Las mujeres embarazadas también se ven afectadas de manera desproporcionada por los efectos nocivos del cultivo de tabaco y corren un mayor riesgo de aborto.

Las personas que se dedican a liar bidis (cigarrillos liados a mano), especialmente las mujeres y los niños, inhalan el polvo del tabaco al que se exponen cuando lo almacenan en casa o mientras lían, lo que les provoca enfermedades respiratorias y otros problemas de salud.







Secretaría  
de Salud

Gobierno de Puebla

- **Uso intensivo de plaguicidas.** El cultivo de tabaco consume muchos recursos y requiere un uso intensivo de plaguicidas y fertilizantes, unos productos que contribuyen a la degradación del suelo. Estas sustancias químicas llegan al medio acuático, de manera que contaminan los lagos, los ríos y el agua potable. Las tierras que se dedican a cultivar tabaco pierden capacidad para producir después otros cultivos, entre ellos los alimentarios, ya que el tabaco reduce drásticamente la fertilidad del suelo.
- **Deforestación.** El cultivo de tabaco provoca alrededor del 5% de la deforestación total, y por tanto también contribuye a la emisión de CO<sub>2</sub> y al cambio climático. Para incrementar la superficie destinada a cultivar tabaco es necesario talar los árboles y desbrozar la tierra. De manera aproximada, se necesita un árbol para producir 300 cigarrillos. Todo ello provoca desertificación y hambre, ya que en algunas de estas regiones hay poca tierra fértil apta para cultivar alimentos. Cada año se talan alrededor de 200 000 hectáreas de tierra para dedicarlas al cultivo y el curado de tabaco, lo que equivale a casi la mitad de la superficie de Cabo Verde (403 000 hectáreas).
- **Pérdida de biodiversidad.** El cultivo de tabaco favorece la fragmentación del hábitat, ya que, al destruirlo parcialmente, este se ve reducido a zonas de menor tamaño inconexas entre sí, lo que puede deteriorar los ecosistemas y contribuir a la pérdida de biodiversidad. El cultivo de tabaco también se relaciona con la degradación de la tierra o la desertificación en forma de erosión del suelo, la reducción de la fertilidad y la productividad del suelo, y la alteración de los ciclos del agua. La lixiviación de sustancias químicas en las fuentes de agua cercanas mata a los peces y afecta a las personas y los animales, incluido el ganado que utilizan estas aguas para fines domésticos y para beber.



- **Escasez de tierras de calidad.** En los países de ingreso bajo y mediano la tierra de calidad se destina cada vez más al cultivo de tabaco, lo que reduce la superficie disponible para cultivar productos que permitan alimentar a la población.
- **Escasez de alternativas.** La ausencia de mercados fuertes y seguros, en comparación con el tabacalero, combinada con la falta de apoyo gubernamental para abandonar el cultivo de tabaco, hace que las opciones de cultivos alternativos sean a veces escasas.
- **Degradación del suelo.** La planta del tabaco y las sustancias químicas que requiere su cultivo degradan el suelo. En consecuencia, al cultivar tabaco el suelo pierde los nutrientes necesarios para dedicarlo a una agricultura productiva, lo que dificulta el intercalado de cultivos o la coexistencia próxima del tabaco con otros cultivos.
- **Intensidad del cultivo.** El tabaco es un cultivo intensivo en mano de obra que tarda hasta 9 meses en madurar, lo que dificulta que los pequeños agricultores produzcan cultivos alimentarios durante el mismo año.





## V. El tabaco y el aspecto físico

- **El mal olor lo impregna todo:** la casa, la ropa, la piel, los dedos y el aliento.
- **El tabaco amarillea los dientes** y crea un exceso de placa dental.
- Fumar tabaco y consumir tabaco sin humo **causan mal aliento.**
- El tabaco provoca **arrugas en la piel**, por lo que da apariencia de tener más edad. Fumar provoca un **envejecimiento prematuro de la piel** debido al desgaste de las proteínas que le dan elasticidad, la depleción de la vitamina A y la reducción del riego sanguíneo.
- Las arrugas son más visibles en torno a los labios y los ojos. Además, el tabaco **deja la piel seca y curtida.**
- Fumar **incrementa el riesgo de padecer psoriasis**, una enfermedad inflamatoria y no contagiosa de la piel que se manifiesta en forma de manchas rojizas, pruriginosas y exudativas que afectan a todo el cuerpo.





## VI. El tabaco, la familia y el círculo social

- Más de un millón de personas mueren cada año debido a la exposición al humo de tabaco ajeno.
- Los no fumadores expuestos al humo de tabaco ajeno están en riesgo de padecer cáncer de pulmón.
- Los cigarrillos son una importante causa de incendios fortuitos y de las muertes que ocasionan.
- Los cigarrillos electrónicos también exponen a los no fumadores y a los transeúntes a la nicotina y a otras sustancias químicas nocivas.
- La exposición al humo de tabaco ajeno puede aumentar el riesgo de progresión de la infección latente por tuberculosis a la enfermedad activa.
- La exposición al humo de tabaco ajeno está asociada con la diabetes tipo 2.





Secretaría  
de Salud

Gobierno de Puebla

- El consumo de tabaco y la exposición a su humo se mantienen como la primera causa de muerte prevenible a nivel mundial. Actualmente existen más de **1,000 millones de fumadores en el mundo**, de los cuales 127 millones (11.4%) viven en la Región de las Américas.
- De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, cada seis segundos muere una persona a causa del consumo de tabaco. La mitad de los fumadores actuales podrían morir por una enfermedad derivada del consumo de tabaco, por lo que es una de las causas de 7 millones de muertes al año a nivel mundial, de las cuales **casi un millón corresponden a personas que nunca fumaron, pero que convivían con fumadores activos.**





## VII. Mortalidad atribuible al tabaquismo en México

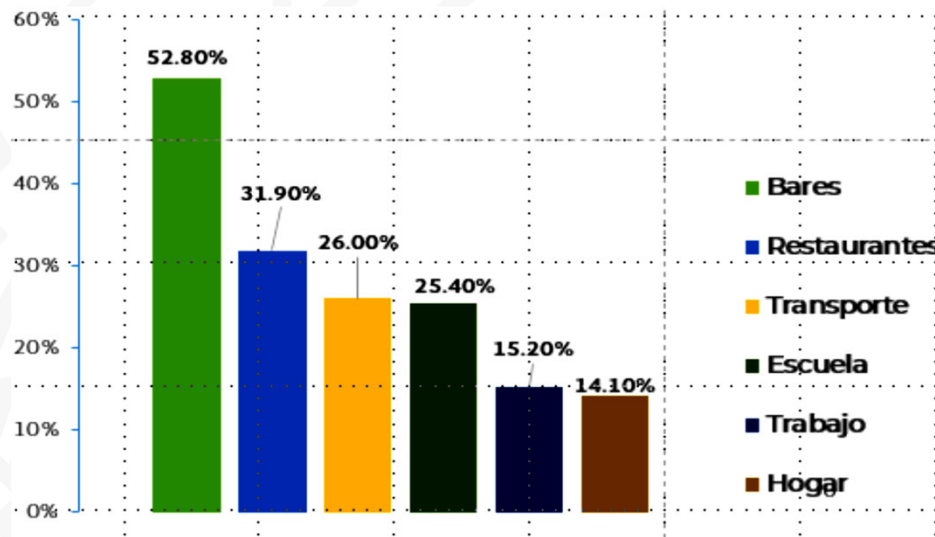
El tabaco causa 51 mil 575 muertes cada año  
(141 defunciones al día)

Enfermedades	Muertes
Enfermedades cardiovasculares	17,241
Enfermedad isquémica cardíaca	13,282
Neoplasias	12,397
Enfermedades respiratorias crónicas	10,484
Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica	10,329
Cáncer de tráquea, bronquios y pulmón	4,817
Diabetes mellitus	3,906
Enfermedad cerebrovascular	3,371
Total	75,827



## VIII. Exposición al humo de tabaco

El humo de tabaco provoca enfermedades graves y a menudo mortales en las personas que no consumen tabaco. En nuestro país de acuerdo con los datos de la Encuesta Nacional de Consumo de Drogas, Alcohol y Tabaco (ENCODAT, 2016-2017), los lugares públicos reportados con mayor prevalencia de exposición al humo de tabaco por los no fumadores son: **bares (52.8%)**, **restaurantes (31.9%)**, **transporte público (26%)**, **escuelas (25.4%)**, **trabajo (15.2%)**, y **hogares (14.1%)**.



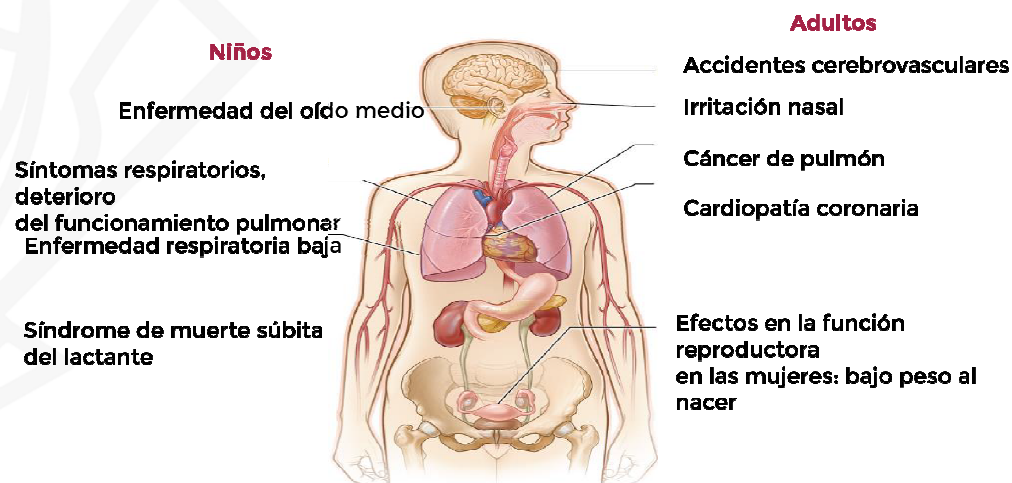
Lugares con mayor prevalencia de exposición al humo de tabaco de segunda mano. Nacionales, ENCODAT 2016-2017



Secretaría  
de Salud

Gobierno de Puebla

- La población ha aceptado favorablemente que existan espacios 100% libres de humo de tabaco. El **98.1% apoya la aplicación de la ley de ELHT**, incluso familias han adoptado estas medidas en sus propios hogares.
- La exposición al humo de tabaco ajeno tiene un costo importante no sólo sobre los derechos de las personas sino también sobre la productividad y la atención de la salud pública, en México, el costo directo aproximado para el sistema de salud atribuible al tabaquismo es de \$75.5 mil millones, el tabaquismo pasivo genera un costo de \$8.6 millones.
- El humo de tabaco ajeno puede ocasionar cáncer de pulmón y de las cavidades oral y nasal, cáncer de mama en mujeres jóvenes, ataques cardíacos y además puede causar o agravar el asma.
- **Consecuencias para la salud vinculadas a la exposición al humo de segunda mano.**



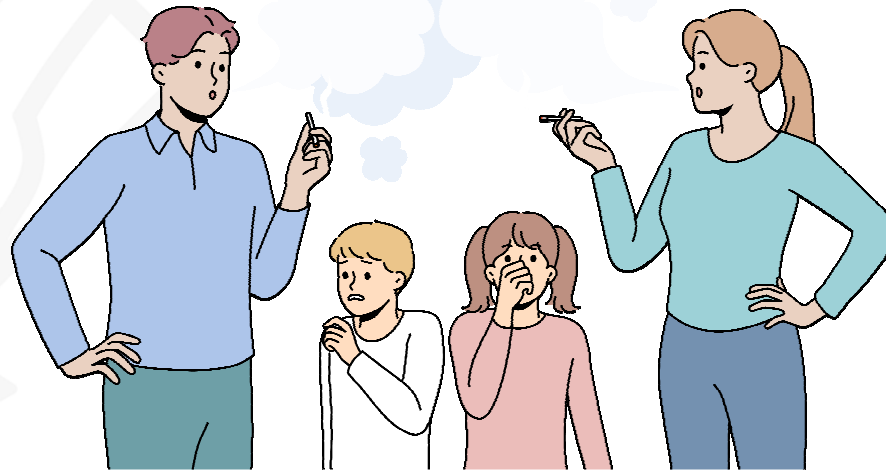




Secretaría  
de Salud

Gobierno de Puebla

- La exposición al humo de tabaco ajeno en una madre durante el embarazo causa el nacimiento del bebé con un peso bajo, nacimientos prematuros y el síndrome de muerte súbita del lactante.
- En los niños, la exposición al humo de tabaco ajeno causa diversas enfermedades como infecciones respiratorias agudas (bronquitis y neumonía), asma y aumenta el riesgo de los síntomas del trastorno asmático preexistente, causa infecciones del oído medio e inhibe la función pulmonar.





## IX. Espacios 100% libres de humo de tabaco

- El objetivo de este programa es el de reconocer como “*Espacio 100% libre de humo de tabaco*” a todos aquellos lugares donde exista evidencia tanto de la ausencia del acto de fumar en las instalaciones, como de protección a los no fumadores, a través de la observación dirigida y el interrogatorio a informantes claves.
- El beneficio directo al espacio es cumplir con la Ley General para el Control de Tabaco, que obliga al mantenimiento de ELHT y a su vez, se considere como un espacio responsable con el medio ambiente y la salud de las personas.





Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## X. Promoción a la Salud

- En la unidad médica o centro de trabajo, realiza sesiones educativas en las que especifiques las consecuencias del tabaco y el beneficio de dejar de fumar.
- Promueve entornos saludables 100% libres de humo de tabaco.
- Crea material educativo con ayuda de este monitor (periódicos murales, carteles) y comparte los materiales educativos oficiales.



TEJER UN MUNDO DE  
**PUEBLA**

Gobierno de Puebla  
Hacer historia. Hacer futuro.

Secretaría  
de Salud

Promoción  
a la Salud

### EFFECTOS DEL CONSUMO DE TABACO

-  El tabaquismo es la principal causa prevenible de muerte.
-  Es causante de diferentes tipos de cáncer.
-  El humo daña a quien lo respira, ocasionando enfermedades pulmonares o del corazón.
-  Los fumadores tienen un mayor riesgo de tener complicaciones o fallecer en caso de contagiarse de la COVID-19.

  @SaludGobPue  ss.puebla.gob.mx



Secretaría  
de Salud  
Gobierno de Puebla

## Directorio

José Antonio Martínez García  
**Secretario de Salud y Director General  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

José Fernando Huerta Romano  
**Subsecretario de Servicios de Salud Zona “B” de la Secretaría de Salud y  
Coordinador de Servicios de Salud  
de los Servicios de Salud del Estado Puebla**

Virginia Vital Yep  
**Directora de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

Claudia Salamanca Vázquez  
**Subdirectora de Salud Pública  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla**

### Elaborado por:

Departamento de Enfermedades Crónico No Transmisibles  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

y

Departamento de Promoción de la Salud  
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla