



Día Mundial sin Tabaco, 31 de mayo

"Cada cigarrillo requiere casi 4 litros de agua"

La Sociedad Española de Epidemiología advierte de que el tabaco es tan perjudicial para la salud como para el medioambiente

- Para fabricar 300 cigarrillos se necesita aproximadamente un árbol entero, y para el cultivo, la fabricación, la distribución, el consumo y la eliminación de un solo cigarrillo se utilizan 3,7 litros de agua
- Las emisiones de gases de efecto invernadero de la industria tabaquera equivalen a 84 millones de toneladas anuales de dióxido de carbono
- Así lo recuerda el Grupo de Trabajo sobre Tabaquismo de la Sociedad Española de Epidemiología (SEE) coincidiendo con la celebración del Día Mundial sin Tabaco
- Además advierte de que en España se producen cada año 56.000 muertes atribuibles al consumo de tabaco. "El tabaco es la única sustancia legal que mata a la mitad de sus consumidores"

Tan perjudicial para la salud como para el medioambiente. Así lo recuerda el Grupo de Trabajo sobre Tabaquismo de la Sociedad Española de Epidemiología (SEE) con respecto al tabaco, cuyos efectos nocivos amenazan gravemente al planeta. Ese es, precisamente, el lema del **Día Mundial sin Tabaco** de este año ('El tabaco, una amenaza para nuestro medio ambiente'), que se celebrará el próximo 31 de mayo.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las emisiones de gases de efecto invernadero de la industria tabaquera equivalen a **84 millones de toneladas anuales de dióxido de carbono**. Además, para fabricar 300 cigarrillos se necesita aproximadamente un árbol entero, por lo que se estima que cada año 600 millones de árboles son talados en todo el mundo para fabricar cigarrillos. En el cultivo, la fabricación, la distribución, el consumo y la eliminación de un solo cigarrillo se utilizan **3,7 litros de agua**, lo que supone a nivel mundial alrededor de 22.000 millones de litros de agua al año. Esto significa que si un fumador de un paquete diario abandonara el hábito, se podrían ahorrar hasta 74 litros de agua al día.



Otro problema asociado al consumo de tabaco es la **deforestación**, ya que cada año se destruyen unos 3,5 millones de hectáreas de tierras en todo el mundo para cultivar tabaco, lo que deteriora los suelos y merma el rendimiento del terreno.

Asimismo, las colillas de cigarrillos constituyen entre el 25 y el 50% de toda la basura en el mundo y contienen sustancias cancerígenas y tóxicas que contaminan el suelo, el agua y dañan la biota. Además, estos residuos pueden permanecer varios años en el entorno hasta su total descomposición.

Más de 50.000 muertes cada año

En España, cada año se producen **más de 50.000 muertes atribuibles al consumo de tabaco**, de acuerdo con las cifras que maneja el Grupo de Trabajo sobre Tabaquismo de la SEE. Un hábito, el del tabaquismo, que los epidemiólogos y las epidemiólogas una vez más instan a abandonar a favor de la salud y también del medioambiente.

La SEE recuerda que el tabaco es la única sustancia de consumo legal que mata a la mitad de sus consumidores y que la única forma de reducir esta alta cifra de fallecimientos es disminuir la iniciación en el consumo y fomentar el abandono por parte de los fumadores actuales.

En estos momentos, el tabaco es la droga que más se consume a diario en el país, a pesar de que el número de fumadores experimenta desde 1987 un descenso continuo. No obstante, la Encuesta Europea de Salud en España en 2020 estima todavía **una frecuencia de consumo entre la población mayor de 15 años del 22,1%**, siendo mayor en los hombres (25,9%) que en las mujeres (18,5%).

La franja de edad en la que se concentra el mayor consumo de tabaco es **entre los 25 y los 34 años** (29,7%) y luego va disminuyendo ligeramente entre los 55 y los 64 años (25,6%). A partir de los 65 años, la prevalencia de consumo cae rápidamente.

Medidas para prevenir y reducir su consumo

Ante este panorama, la Sociedad Española de Epidemiología insta a los poderes públicos a establecer recursos de apoyo para ayudar a los fumadores a dejarlo. Además, se deben implementar políticas integrales de control del tabaco a nivel nacional, como se indica en el Convenio Marco de la OMS para el Control del Tabaco. La SEE es partidaria de adoptar medidas como aumentar **el precio del tabaco y de los cigarrillos electrónicos**, ya que ha demostrado ser una medida particularmente efectiva para prevenir y reducir el tabaquismo entre los grupos más desfavorecidos.

Asimismo, apuesta porque los tratamientos para dejar de fumar, tanto farmacológicos como de apoyo motivacional y cognitivo-conductual, sean financiados por el sistema de salud, y que se adopte el **empaquetado neutro** de los productos de tabaco y de nicotina. Esta última medida ya ha mostrado su efectividad en la prevención del consumo de tabaco, así como en el descenso de la prevalencia de consumo.

Por otra parte, **piden regular en igualdad de condiciones que el tabaco convencional dispositivos como los cigarrillos electrónicos**. Es decir, que tengan las mismas limitaciones en cuanto a los espacios para



su uso, promoción, publicidad y fiscalidad, para evitar su uso dual y que los fumadores adopten estas nuevas formas de consumo.

Por último, la SEE aboga por **prohibir y vigilar la exhibición de productos de tabaco en películas** y programas de televisión y a través de plataformas de redes sociales, así como aumentar los espacios sin humo para ayudar a la desnormalización del tabaco y contribuir a la convivencia ciudadana.