

# ¿Fumas? piénsalo

Walter Jair Barragán Rodríguez.

Estudiante de Economía y Administración de Empresas de la Universidad EAN.

## Resumen

En el presente documento se hace una breve descripción de una problemática palpable en nuestro país, que afecta a una gran parte de nuestra sociedad colombiana: el consumo del cigarrillo. Se quieren mostrar las verdaderas implicaciones del consumo de este psicoactivo, por ejemplo cómo se afecta la salud de la sociedad y el costo que implica al gobierno, o cuánto le cuesta a una persona a lo largo de toda su vida fumar, con el fin de que nuestro entorno social sea consciente de este silencioso problema y tome una decisión inteligente en su vida.

## El consumo de cigarrillo

La sociedad colombiana y su entorno social han venido sufriendo transformaciones considerables durante los últimos años, en donde sus costumbres y hábitos han tomado gran fuerza y con ello grandes problemas que a la luz de los ojos no vemos. Este es el caso del tan llamado cigarrillo, Chester, Vitamina C o como se le llame popularmente: ¿lo conoces? seguramente sí, lo vemos a diario en la televisión, vallas publicitarias, Internet, en la calle, en algunos hogares, con los amigos y en la vida diaria. Posiblemente, usted hace parte de ese selecto grupo de fumadores, tal vez no, pero si lo hace, de pronto es porque lo ve hacer, o por no quedar “mal” delante de los demás, o, lo más probable y grave, que ya dependa de él. Realmente se ha puesto a pensar en las implicaciones de ese pequeño rollo de papel, que por si no lo sabe, uno de los principales componentes es la nicotina y que la Organización Mundial de la Salud (OMS) la define como una sustancia psicoactiva y adictiva que ocasiona problemas de salud física y mental, así como diversos problemas sociales, culturales y ambientales (OMS 2011), ¿interesante no? ¿ha pensado en el trasfondo de lo que esto implica para usted y los que lo

rodean? ha considerado por un solo instante ¿cuánto dinero ha desperdiciado en este vicio? ¿ha estimado lo que le cuesta a su salud? seguramente no.

Para aclarar todos estos interrogantes y otros más se dará a conocer información valiosa que sirva de reflexión sobre el mal hábito del consumo de cigarrillo.

Para ponerlos en contexto, partamos de la evolución histórica de este producto. En Colombia, entre los años 1991 y 2004 aumentó el consumo de cigarrillo en un 5,7% promedio anual: se observa que en la última década las importaciones de este producto pasaron de 5 millones de dólares a 60,2 millones de dólares, es decir, se incrementó más de 10 veces en un poco más de 10 años. De acuerdo con estas cifras, se demuestra que nos hemos convertido en “chimeneas andantes” propensas a morir por falta de aire y tan solo por un pasatiempo tan incoherente como fumar. Esto indica que hemos ido en contravía de la tendencia mundial, que se esfuerza a diario por hacer campañas reflexivas para que las personas dejen de fumar y que ha provocado un descenso del

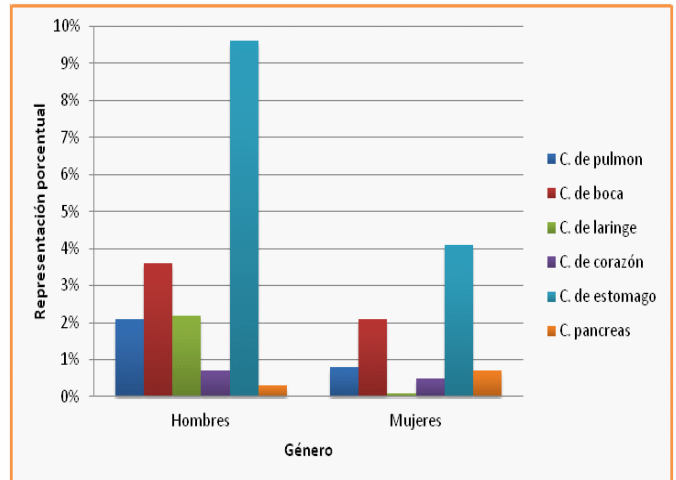
1,46% dando una señal positiva en este aspecto. Lo anterior se ve reflejado en la parte más vulnerable de nuestra sociedad: jóvenes que dan inicio al hábito de fumar cigarrillo entre los 11 y 15 años, es decir que un 62% de los jóvenes de la sociedad en general han probado el cigarrillo alguna vez en su vida. Bogotá y Medellín son las ciudades donde más consumen este psicoactivo.

Por otro lado, es necesario tocar un tema bastante sensible para los colombianos, el bolsillo, que a pesar de que muchos se quejan de sus sueldos y mala calidad de vida, lo empeoran con esta adicción. El precio de un cigarrillo varía según la marca. Haciendo un estimado, este puede costar al año entre 60.000 y 65.000 pesos, que si bien no es una suma exagerada, la realidad muestra que el consumidor fuma más de un cigarrillo diario pues uno conlleva al otro y al otro y así sucesivamente. De esta forma, fácilmente se puede consumir una cajetilla diaria, lo cual tiene un costo anual aproximado de \$1.100.000 pesos. Si pensamos con calculadora en mano y multiplicamos por el tiempo que consume este producto, se dará cuenta que es un hábito muy costoso e inoficioso. Debería analizarlo mejor y pensar en dejar esta adicción, ya que el dinero sí es un argumento bastante fuerte para los colombianos, pero la salud parece no tener tanta importancia como debería.

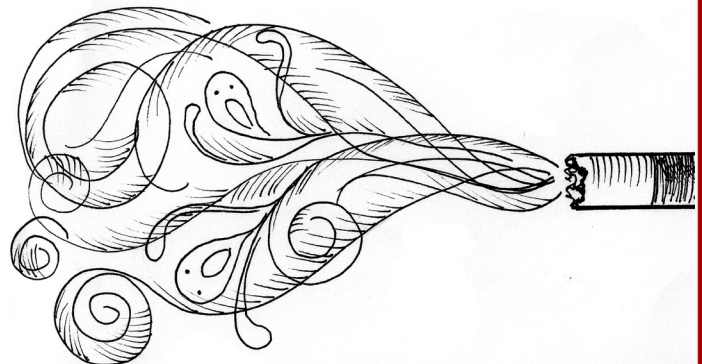
Hablando de salud, observemos si no hay argumentos suficientemente fuertes como para pensar en dejar este vicio, porque, aunque digan “eso no me hace daño”, “es solo para el frío”, “eso no me va a pasar a mí”, “es que es solo uno” y tantas excusas que la gente inventa para justificar sus actos, que aunque saben realmente que está mal hecho y que hace daño lo siguen haciendo.

Como ya dije antes, el principal componente del cigarrillo es la nicotina que con el tiempo y el abuso puede provocar graves problemas para la salud. Entre las enfermedades más comunes y de mayor riesgo encontramos el cáncer, como el de pulmón “causante de 5.000.000 de muertes anuales”(encolombia.com, 2011); el cáncer de boca, cáncer de laringe, cáncer de páncreas, cáncer de estómago, entre otros (Figura 1).

**Figura 1.** Representación % de los diferentes tipos de cáncer

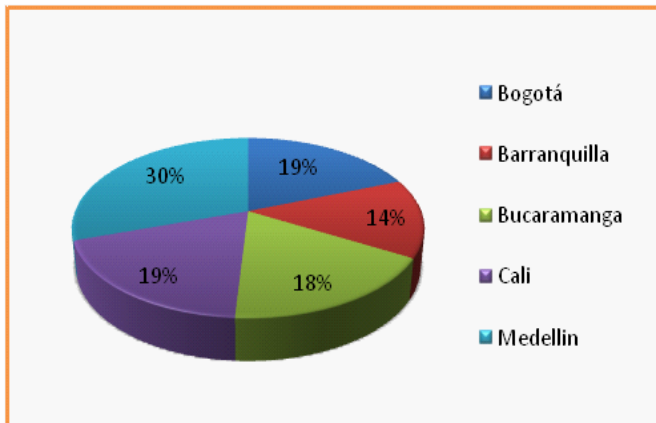


**Fuente.** Elaboración del autor, basado en datos del Instituto Nacional de Cancerología, 2009.



No busco ser pesimista, pero estas son algunas de las consecuencias nocivas del tabaco. Además de los tipos de cáncer nombrados anteriormente, se le asocia en colombianos tenía EPOC (Figura 2).

**Figura 2.** Población que padece de EPOC en las principales ciudades de Colombia (%)



**Fuente.** Elaboración del autor, basado en las cifras del estudio realizado por PREPOCOL y publicado por el periódico El Espectador, 2008.

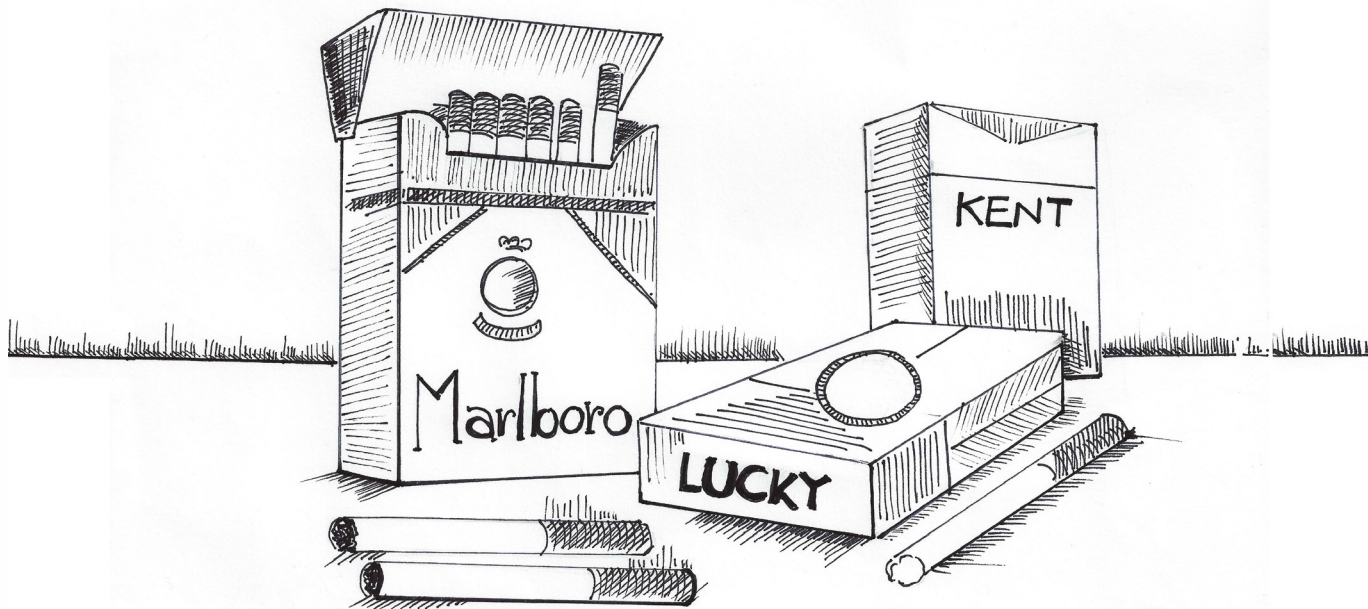
Para los escépticos, que piensan que fumar no cuesta, aquí les va un dato que los puede sorprender: el costo directo de un paciente con EPOC durante los primeros 5 años de tratamiento, es de \$11.200.000 pesos, en donde el 60% de los gastos es en oxígeno domiciliario (Blog del cancer, 2007), sin nombrar lo desesperante que debe ser sentirse sin aire y que la vida se le va. Para seguir con otros ejemplos, encontramos que el tratamiento, por un año, para el cáncer de pulmón, tiene un costo aproximado de \$22.500.000 pesos, el cual incluye quimioterapia y radioterapia. Pero para que no digan que no hay diferentes opciones de morir, aquí les va otro dato: el costo directo por persona en los primeros cinco años de tratamiento para un infarto, es de 22 millones y medio de pesos (Blog del cancer, 2007). Este método resulta mejor, ya que su muerte es instantánea y no sufre tanto.

Haga un alto en el camino para pensar y reflexionar, después actué, no haga lo contrario, usted es el único que puede decidir si continúa fumando, de ser así, le sugiero pensar en un ahorro a largo plazo, pues lo más probable es que lo pueda necesitar.

Para no dejar ningún hecho importante sin nombrar, miremos el caso del gobierno colombiano acerca de cómo se ve afectado por este hábito y sus implicaciones sociales. A este le cuesta, aproximadamente \$200.000.000 de pesos al año reponer el daño causado por el consumo de cigarrillo y ¿de dónde provienen la mayoría de estos recursos? de los impuestos (Geosalud, s.f.). Qué ironía, financiamos nuestra salud con el mismo producto que nos hacemos daño, además de tener una parte importante de la población practicando este mal hábito (alrededor del 27,6%), pues económicamente hablando, es un tipo de población, económicamente activa.

Debe quedar bastante claro que la adicción al cigarrillo no es para nada rentable, ni para el bolsillo ni para la salud, ahora, si usted es de las personas que por X o Y motivo ha decidido dejar de fumar, lo felicito, es un paso muy importante pero nada fácil de llevar. Para ayudarle con su tarea le mostraré cuales son las herramientas o productos que puede usar y así tener una idea de cuánto le puede costar esta mejora para su vida. Entre los productos más comunes están los parches, las gomas, los cigarrillos electrónicos, tratamientos terapéuticos y libros.

Para empezar, miremos el caso referente a los parches. Se encontró que en el mercado hay una alta gama de productos de esta clase, cuya principal función es abastecer el cuerpo de nicotina todo el día. Una caja de siete parches cuesta alrededor de \$50.000 pesos, para que el tratamiento sea realmente efectivo, se necesitan aproximadamente diez cajas, es decir, que el costo total es de \$500.000



pesos (Finanzas Personales) teniendo en cuenta que el tratamiento se debe llevar con dedicación, de lo contrario puede durar toda su vida con parches y nunca dejar su adicción.

Para el caso de las gomas, una caja de 30 piezas cuesta alrededor de \$39.000 pesos. Con sano criterio los fabricantes recomiendan un uso mínimo de 3 meses y no debe sobrepasar el año (Finanzas Personales). Tenga claro que este producto solo controla la ansiedad de fumar, de usted depende poder superar su adicción.

Si usted es de las personas que necesita, o tiene el hábito de estar con un cigarrillo en la mano, la mejor solución son los cigarrillos electrónicos, para lo cual una caja de siete unidades tiene un costo de \$130.000 pesos. Es una terapia de remplazo de nicotina por vapor que genera la sensación de estar fumando un cigarrillo común. (Finanzas Personales)

Entre otras opciones que se encuentran en el mercado, observamos los libros de autoayuda, con un precio alrededor de \$25.000 y \$30.000 pesos que, en mi opinión, servirán para ampliar conceptos básicos de cultura general, pero no contribuirán en usted para dejar una adicción tan pecaminosa como fumar. También encontramos videos y terapias de hipnosis las cuales son guiadas por psicoterapeutas; estas tienen un costo cercano a los \$300.000 pesos. (Finanzas Personales)

Estas son algunas de las opciones de productos y herramientas que se pueden usar para dejar de fumar, pero seamos realistas, en estos productos no está la solución para este grave problema que acarrea nuestra sociedad. El punto está en la voluntad que ponga cada uno para dejar este mal hábito, recuerde que no es solo por usted, su entorno también se ve afectado.

## Conclusiones

El lector se podrá dar cuenta que hasta dejar de fumar sale costoso y estos métodos, en algunos casos, resultan ser fallidos, por lo que le recomiendo que piense por tan solo un segundo y llegue a una conclusión inteligente. Considero que he dado suficientes argumentos válidos para cambiar la mentalidad de este grupo de personas, o por lo menos, para inquietarlos acerca de lo que les depara el futuro. Fumar no es bueno, mírelo por donde lo mire, no saque excusas tontas que usted ni se cree, recuerde, si usted no se cuida, nadie lo hará por usted, así que tome una decisión, morir en vida o vivir sanamente.

Los argumentos dados anteriormente son simplemente un grito de conciencia acerca del grave problema que acarrea nuestra sociedad, para lo cual he dado puntos claros del mal que causa esta adicción, no solo a los fumadores activos, si no que gracias a ellos nuestro entorno social y personal, también se ve afectado indirectamente. Fumar no es bueno desde ningún punto de vista, no lo es para la salud, ni para el bolsillo y tampoco para el gobierno, excepto que usted sea parte de esta gran industria. Como ya dije antes haga una alto en el camino y piense no solo en usted, sino en todo su entorno, aquel que está siendo gravemente afectado por este inoficioso e incoherente acto, que lo único seguro que le va a generar es una grave enfermedad y de ahí a la muerte.

## Referencias bibliográficas

Blog del cancer. (2007). Blog del cancer. Recuperado el 29 de octubre de 2011., disponible en: <http://www.blogdelcancer.blogspot.com>

Elespectador.com (18 de noviembre de 2008). En Colombia, 9 de cada 100 mayores de 40 años sufren de los pulmones. El Espectador, disponible en: <http://www.elespectador.com/node/91213/print>

Encolombia.com (2011). 31 de mayo día mundial sin tabaco, O.M.S., disponible en: <http://www.encolombia.com/medicina/neumologia/neumologia15403-contaminacion2.htm>

Finanzas Personales. (29 de octubre de 2011). Finanzas Personales. Revista Dinero, disponible en: <http://www.finanzaspersonales.com.co>

Organización Panamericana de la Salud (OPS). (s.f.). Mitos y verdades sobre el tabaco. Geosalud, disponible en: <http://www.geosalud.com/tabaco/mitosverdades.htm>

Organizacion Mundial de la Salud (OMS). (2011). (s.t.), disponible en: <http://www.who.int/es/>

Ministerio de Proteccion Social (2011). (s.t), disponible en:<http://minproteccionsocial.gov.co/Documentos>

