



Tabaquismo. **Autor:** Adán Iglesias **Publicado:** 21/09/2017 | 05:58 pm

## ¿Leyes que se «esfuman»?

Pese a estar vigentes varias regulaciones antitabaco, su aplicación se diluye en el

desconocimiento o la desidia, lo que puede conducir en muchos casos a la muerte.

Especialistas argumentan la necesidad de una ley contra esa adicción

**Publicado:** Sábado 22 noviembre 2014 | 09:23:41 pm.

**Publicado por:** Yuniel Labacena Romero

Aníbal García... Empecé a fumar a los 13 años en la Esbec República Popular de Hungría o Melena III. Después vino el Pre, la calle, mi cambio de vida, y pasaron 25 años quemando salud y gastando dinero. Dejé de fumar el 20 de abril de 1998, fíjense en la fecha, nunca más he puesto un cigarro en mi boca, pero ya el mal estaba hecho y siempre hay consecuencias. Tuve operación a corazón abierto el 28 de marzo de 2013 debido a esa práctica. Ese es el peor vicio que hay en el mundo y debería erradicarse completamente.

\*\*\*

Marian Díaz... Me gustaría que las regulaciones que existen se cumplieran al pie de la letra. En muchas ocasiones soy fumadora pasiva, y la verdad es que uno se siente impotente ante tantas personas egoístas que, incluso si se les hace el señalamiento, se molestan y no pasa nada. Se necesita más exigencia con las leyes, educar más a la población y ser más rigurosos en los colectivos, sobre todo en el transporte público.

\*\*\*

Aníbal Revolución...\* He visto amistades y amigos que se fueron enfermando lentamente de tanto que fumaban, hasta que el cuerpo no aguantó más y dieron el último suspiro, muchos de ellos bajo la agonía. Aún tratando de suministrarles oxígeno para que pudieran respirar, no le llegaba a los pulmones. Por favor, cuidemos a nuestros niños, jovencitos y adultos también. Si es posible, que se le suba el precio a

los cigarrillos y tabacos, ya que esto es salud para el pueblo cubano.

\*\*\*

Las historias son algunas de las numerosas opiniones dejadas por los cibernautas en nuestra página web o en el correo electrónico de este redactor, tras la publicación de la primera parte de este trabajo el pasado domingo.

Como adelantamos entonces, al analizar la práctica de fumar de la población y las debilidades de las acciones comunicativas, en Cuba están vigentes varias regulaciones antitabaco; sin embargo su aplicación parece «esfumarse», pues las colillas de cigarrillos están en baños, pasillos y hasta en las oficinas.

## Actualizar y elevar la exigencia

Fue en 2005 cuando entró en vigor el Acuerdo 5570/2005 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, norma mediante la cual se prohíbe fumar en espacios públicos cerrados, medios masivos de transporte, centros educativos, de salud y deportivos. Pese a ello, y a las campañas educativas, más del 50 por ciento de la población está expuesta al humo en su hogar, trabajo o lugares públicos, indican estudios.

En relación con el tema, la doctora Elba Lorenzo Vázquez, coordinadora nacional del Programa de Prevención y control del Tabaquismo, destacó que existen varias resoluciones, acuerdos e indicaciones ministeriales que protegen al no fumador y prohíben fumar en espacios cerrados, pues es ciencia constituida que el humo del tabaco daña tanto a las personas que fuman como a las que no lo hacen.

Explicó que dichas normas establecen que deben señalizarse las áreas de fumadores y no fumadores en los centros, y vedar la venta de cigarrillos y tabacos a menores de 18 años; no obstante, en algunos establecimientos esto se incumple, al igual que la señalización.

«Estos y otros comportamientos son contravenciones que se incrementan por la inobservancia de las regulaciones, la no denuncia, el débil actuar de las direcciones y administraciones y las insuficientes multas, entre otras. Es importante el conocimiento y observación de estas normas, así como elevar la exigencia en su cumplimiento.

«Por tal motivo pensamos que con el establecimiento de una ley antitabáquica en Cuba, se obtendrían mejores resultados y se apoyarían de manera contundente las acciones que desarrolla nuestro Programa.

Con ella coincide el doctor Orlando Landrove Rodríguez, jefe del Departamento nacional de Prevención y Control de Enfermedades No Transmisibles del Minsap, quien subrayó que la no existencia de una ley integral sobre este tema puede estar incidiendo en la situación de hoy, pues no bastan las resoluciones ministeriales.

«Los países que han avanzado en esta lucha desarrollan soportes legales para asegurar ambientes libres de humo y la protección de los no fumadores. Es una realidad que un marco de prohibiciones por sí solo no garantiza un cambio de conductas, pero sí ayuda a un cambio para favorecer un entorno donde no tenga cabida la adicción tabáquica e indirectamente contribuye a cambiar los hábitos».

## Una ley en el camino

La propuesta de esa ley o decreto-ley parece estar en marcha, y principalmente con propuestas de cambios más radicales en cuanto a las regulaciones vigentes. En estos momentos, explica la doctora Lorenzo Vázquez, se trabaja en esa idea, la cual incluiría

medidas de probada efectividad a nivel internacional y que pudieran ser aplicables en Cuba.

«Igualmente se está revisando la Resolución Ministerial 275/2003 del Minsap, que establece el Registro Sanitario de los productos manufacturados del tabaco. Todo ello para fortalecer el componente legal de nuestro Programa, pues si bien es cierto que debemos persuadir a las personas, informarlas y educarlas en el cuidado de su salud y la de otros, es imprescindible fortalecer el marco legislativo que favorezca la adopción de estas medidas».

«La propuesta se trabaja en la comisión nacional del Programa y se conciliará con los organismos de la Administración Central del Estado y las organizaciones de masas, estudiantiles y políticas. Además de reiterar la prohibición de fumar en lugares cerrados y la venta a menores de 18 años, la propuesta incluirá otras medidas».

Entre estas mencionó la de vedar las formas de promoción y patrocinio del tabaco en el territorio nacional; la venta de productos de este en los centros de salud, educación y deportivos; la comercialización de cigarrillos al menudeo y en cajetillas de menos de 20 cigarrillos, y el incremento del precio a productos del tabaco.

También está la inserción obligatoria de advertencias gráficas de alerta sobre los daños del tabaquismo en las cajetillas de cigarrillos que se comercializan en el país y el estricto cumplimiento de las normas e incremento del monto de las multas a quienes las contravengan.

Ya el pasado año la Doctora María Teresa Ferreiro Tuero, del Centro de Investigaciones Jurídicas, había adelantado que se necesitaba de una ley de carácter general que exija legalmente contra esa adicción. «La existencia de una Ley Antitabaco no tiene que desestimular la producción; su objeto debe ser el consumo y la

protección del medio ambiente, para resguardar al fumador y a los no adictos».

La Doctora Ferreiro Tuero calificó, según la Agencia de Información Nacional, de insuficiente aún la aplicación y el cumplimiento de las normas para la venta y las prohibiciones de expender en lugares públicos y cerrados, «por la poca prioridad que otorgan directivos a la prevención de los daños que genera este hábito».

Al valorar la importancia de esta legislación, el doctor Landrove Rodríguez afirmó que deviene contribución para las nuevas generaciones. «Las actuales debemos tener la comprensión necesaria para que este aporte no sea más dilatado, y técnicamente es posible establecer una Ley con este propósito.

«La imagino desde su fase de gestación con una amplia participación de la sociedad, y así sucesivamente hasta su implementación. De lo que se trata es de llevar el tema al debate público y lograr establecer una política más exigente al efecto».

De lograrse esta propuesta, a la par de reducir los niveles de consumo en nuestra población, la práctica de fumar entre los adolescentes cubanos y su iniciación cada vez más temprana, estaremos dando vida al Lineamiento 159 de la Política Económica y Social del Partido y la Revolución, que orienta fortalecer las acciones de salud en la promoción y prevención para el mejoramiento del estilo de vida.

## ¿Ya el mal está hecho?

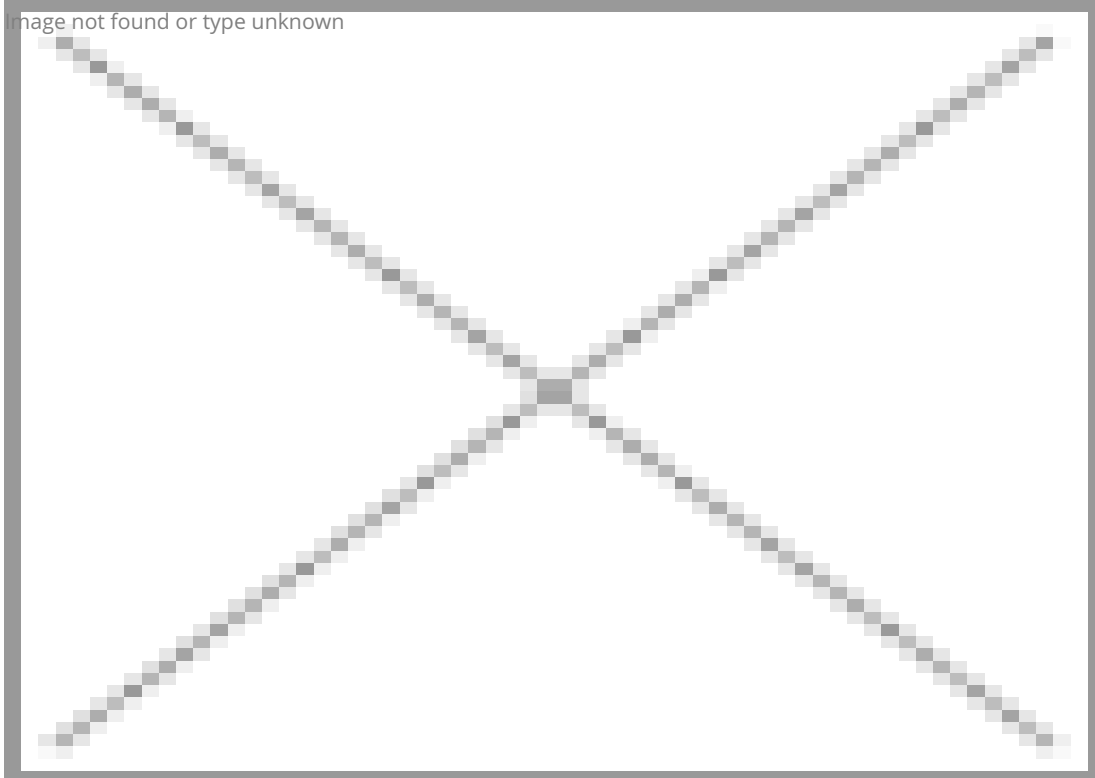
Es trágico ver fumar a un o una adolescente con uniforme de Secundaria, porque sabemos que, al igual que la marihuana, el consumo precoz de cigarrillos daña el cerebro y reduce en ocho puntos el coeficiente intelectual, lo que se refleja en el rendimiento escolar y laboral futuro. Y ese daño es irreversible.

Así asevera a **Juventud Rebelde** el psiquiatra y Doctor en Ciencias Ricardo González Menéndez, quien ha dedicado gran parte de su vida al estudio de las adicciones.

Lo afirma sin titubeos, consciente de que «aunque debemos luchar cada vez más por reducir la proporción de fumadores en nuestro país, y sobre todo cuando se trata de alguien que por su perfil laboral conoce las consecuencias del fumar, lo cierto es que se convierte en una empresa muy difícil».

El también Jefe del Servicio de Adicciones del Hospital Psiquiátrico de La Habana apuntó que, a diferencia de otras drogas, el tabaco no mata directamente las neuronas, sino que impide que estas se regeneren en el hipocampo cerebral, y que, como destaca el profesor Alberto Quitantes, al hablar del tabaco no solo debemos pensar en los seis millones de personas que mata cada año en el mundo, sino también en las más de 60 enfermedades de mal pronóstico que desencadena.

«Aunque cada caja de cigarrillos consumida cuesta un día de vida y el fumar reduce en 15 años el tiempo por vivir, también es importante la calidad de vida que el fumador y sus familiares, como fumadores pasivos que son, tendrán con las enfermedades o muertes precoces», destacó.



—**¿Se puede detener el consumo?**

—El «eso no me va a ocurrir a mí» cuando aparece un infarto, solo es cierto si se detiene el consumo. Ello fue destacado diez años atrás por el Ministro de Salud Pública de EE.UU., quien demostró que al año de suspender esta práctica los riesgos de enfermar se reducían a la mitad, y un año más tarde se igualaban a los presentes en no fumadores, aunque lleven más de diez años «quemando salud». Por eso el argumento de «ya el mal está hecho» no es válido para rechazar un tratamiento antitabáquico.

«Por cierto, ha sido Estados Unidos el país desarrollado con mayores logros en la reducción de fumadores en los últimos años, al aplicar dos medidas básicas: el aumento del precio del tabaco y de los espacios sin humo. En mi modesto criterio, en el caso de Cuba la primera medida sería un verdadero desastre, dadas nuestras condiciones económicas; sin embargo, incrementar la exigencia de lo reglamentado en áreas de no fumar, evitaría sufrimientos y muertes a las familias, aunque al inicio



parezca una medida sin efectos».

—**No pocos aseguran que se fuma en exceso por estrés...**

—Esta conducta resulta totalmente inefectiva para el estrés. La nicotina no tiene efecto tranquilizante alguno, pero sí puede generar estrés, bloquear los efectos de medicamentos, favorecer disfunciones sexuales eréctiles y eyaculatorias, así como provocar infertilidad. Otro efecto poco conocido es que una vez establecida la dependencia, los cigarrillos dejan de encenderse para obtener placer, y solo lo hacen para atenuar los síntomas de abstinencia manifestados entre apagar uno y comenzar el otro.

«Existen recursos realmente efectivos y nada peligrosos para combatir el estrés, como los ejercicios físicos y los deportes, el baile, escuchar música o intercambiar chistes, películas o discos de humor, todos con un gran poder para elevar las endorfinas, y combatir por esa vía la reacción fisiológica del organismo».

—**¿Pudiéramos decir que existe un fracaso en las acciones comunicativas desarrolladas en Cuba contra el tabaquismo?**

—Los resultados de estas acciones son como la gotica de agua, que con el tiempo taladra la más dura roca. Esta es una tarea de todos los sectores sociales y la exigencia de cada uno será el secreto para alcanzar las metas. Esos programas son diseñados por expertos de rango mundial y lo que resulte recomendable se hará.

«Todavía hay mucho que hacer en los espacios televisivos; se deben manejar mejor las imágenes en los spots y otro tipo de producto audiovisual para que realmente logren impactar en las personas, teniendo en cuenta que la industria sabe aprovechar muy bien los recursos visuales y produce envases atractivos de diez cigarrillos así como los «plancha'os», en el caso del ron, que constituyen riesgos de iniciación de adolescentes similares a la venta al menudeo».

—**¿Cómo valora esas acciones?**

—En realidad soy bastante exigente en estos aspectos, pero en lo referente al tabaco debemos reconocer algunos avances pese al lastre cultural presente desde que los colonizadores vieron a nuestros aborígenes aspirando por el extremo no encendido el tizón llamado tabaco.

«En las campañas se cumple el principio de la información progresiva y se evitan los recursos terroríficos desde el inicio. Insistimos en la información científica, la persuasión o convencimiento e inspiración: “Usted sí puede dejar de fumar”. Es por ello que no se ha recurrido aún a mensajes conmovedores, como está programado en los países más destacados en estos aspectos.

«Es muy probable que próximamente se pase a otras fases más duras, por estar preparado el terreno: imágenes o mensajes escritos en la misma cajetilla, entrevistas inspirativas de triunfadores sobre el tabaquismo, videos de fases terminales de afecciones vinculadas a esta práctica. Aunque insisto, esto no puede hacerse “a lo bestial”, pues los resultados podrían no ser los esperados.

«A esas acciones, para que calen en los comportamientos de la población, les deben suceder de manera científica otras, como el empoderar a los diferentes sectores de la población, pues la educación antitabáquica, igual que la lucha contra el Aedes Aegypti, es tarea permanente de todos».

—**¿La no existencia de una Ley antitabaco puede estar incidiendo en la situación de hoy?**

—Creo que todos los avances jurídicos y ético-morales son bienvenidos en una lucha que, como esta, tiene que ser mutisectorial, educativa, promocional para estilos de vida sanos, persuasiva y con un respaldo legal para sanciones adecuadas en transgresiones extremas.

«Ello permitirá alcanzar paso a paso una reducción mayor del consumo sin que implique el desastre económico para el más de medio millón de personas que ganan su sustento en los muchos perfiles de trabajo de la actividad tabacalera».

El Doctor González Menéndez recuerda que el enfrentamiento a las drogas hay que hacerlo considerando estas como un sistema interactuante de sustancias legales, de prescripción médica e inhalantes. «Comenzar a preocuparnos por las adicciones que no tienen que ver con sustancias, sino también con otras situaciones: adicción al juego de azar, a las compras, los juegos electrónicos, internet, al sexo y hasta al trabajo cuando se alcanzan niveles que afectan la salud del “consumidor”, sus compañeros o sus familiares.

«También existen drogas portadoras como el café, que como sabemos, es bueno para la salud humana, por su contenido de antioxidantes, cuando no pasa de tres tazas diarias y se realiza el último consumo antes de las cinco de la tarde. No podemos perder de vista que si se transgrede esta pauta se puede convertir en un factor de riesgo ante otras adicciones como el tabaco, el alcohol, la marihuana y medicamentos tomados con fines no médicos.

«Hay que comenzar por recomendarle a la abuelita que no es bueno acostumbrar a un niño al buchito de café matutino, pues nadie puede predecir cuál será su evolución futura; ni los padres pueden pedirle a un hijo que les encienda los cigarrillos; ni que una madre le ofrezca cerveza fría a su hijo de nueve años por no haber refresco en ese momento; ni nos gustaría que se repitiera el consejo paterno a niños de esa edad, o menos: Beba para que sea hombre».

González Menéndez contó que 70 años atrás vio a un primo muy querido llorar por no tener un cigarrillo que fumar, y su reacción ante aquella trágica escena, que lo sorprendió a los nueve años, fue: «Eso no me va a pasar nunca a mí»; «y creo que ya no me queda mucho tiempo para que me ocurra».

Quizá por ello hoy, después de 40 años como adictólogo, de conocer que mundialmente más de cien millones de seres humanos han vencido el tabaquismo, así como de reconocer los resultados de estudios que aseveran que nunca es tarde para recuperarse y eliminar sus peligros, sugiere a los fumadores que nos honran leyendo este artículo preguntarse:

«¿Si tantos millones de personas han vencido la adicción al tabaco, por qué no busco ayuda profesional? Llame al 103, pregunte cuál es el centro para tabaquismo más cercano a su hogar, y no lo deje para después, pues sin duda alguna usted puede dejar de fumar».

**\*Con este seudónimo se identifica el autor en la web.**

## Regulaciones vigentes para el control del tabaquismo

- Resolución Ministerial 360/2005 del Ministerio de Salud Pública. Establece la prohibición de fumar en todas las unidades del sistema nacional de Salud.
- Acuerdo 5570/2005 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros. Dispone la prohibición de fumar en lugares públicos cerrados, entre otras regulaciones.
- Circular 4/1999 del Ministerio de Educación. Acerca del trabajo educativo con un enfoque preventivo y la prohibición de fumar en las instituciones educacionales.
- Indicación 29/2005 del Ministerio del Transporte. Regula el acto de fumar en todo tipo de transporte público.
- Resolución Ministerial 302/2006 del Ministerio de Comercio Exterior y la Inversión Extranjera. Prohíbe fumar en todos los locales del Ministerio de Comercio Exterior y su sistema empresarial.
- Instrucción 2/2009 del Ministerio de la Industria Básica. Prohíbe fumar en todas las edificaciones e instalaciones cerradas y en los medios masivos de transportación de las entidades del sistema de la industria básica, así como a los trabajadores en la prestación del servicio de atención a la población.
- Resolución Ministerial No. 40/1991 del Ministerio de Cultura. Establece la prohibición de fumar en salas de cine y de teatro, de exposiciones, bibliotecas, ensayos artísticos u

otras actividades, así como en oficinas y locales cerrados.

- Resolución Ministerial 83/2005 del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. Prohíbe fumar en las instalaciones deportivas.

- Resolución Ministerial 275/2003 del Ministerio de Salud Pública. Establece el Registro Sanitario de los productos manufacturados del tabaco, regulando la inclusión, en el envasado de estos productos, de nuevas advertencias sanitarias que ocupen el 60 por ciento de una de las caras principales, con rotación anual, legible y en idioma español.

- Ley No. 109/2010 Código de Seguridad Vial. Establece en el Capítulo I De la circulación general, en la sección III de las prohibiciones, artículo 124, la prohibición de fumar en los vehículos cuando se conduce en transporte público o colectivo de pasajeros.

- Decreto ley 287. Regulaciones complementarias de la Ley 109. Establece la infracción de fumar en los vehículos cuando se conduce en transporte público o colectivo de pasajeros. La clasifica dentro del grupo tres «menos peligrosas», con una puntuación de 6 puntos y multa de una cuantía de 20.00 MN.

**Fuente:**[www.sld.cu/sitios/luchantitabaquica/](http://www.sld.cu/sitios/luchantitabaquica/)

## Quiero dejar de fumar... ¿Adónde voy?

La prevención del tabaquismo se inicia desde el momento en que las personas llegan por cualquier motivo de consulta al sistema nacional de Salud en la Atención Primaria, declaró Elba Lorenzo Vázquez coordinadora nacional del Programa de Prevención y Control del Tabaquismo.

«A todo paciente que asista a consulta, independientemente del motivo según su condición de fumador activo, fumador en abstinencia o fumador pasivo o involuntario, el médico o la enfermera de la familia debe ofrecerle un consejo médico», enfatizó.

Igualmente existen los servicios de cesación tabáquica que se brindan en las salas de rehabilitación de los policlínicos y en los centros comunitarios de salud mental, donde los especialistas deben orientar sobre la práctica de fumar.

Según la Coordinadora esto es un tratamiento integral que incluye además de un chequeo, tratamiento psicológico, fisioterapia respiratoria, así como medicina tradicional y natural. Informó que actualmente trabajan con el Minsap para incorporar al cuadro básico de medicamentos algunos que puedan ayudar a las personas que desean dejar de fumar.

<http://www.juventudrebelde.cu/cuba/2014-11-22/leyes-que-se-esfuman>

**Juventud Rebelde** | Diario de la juventud cubana

Copyright © 2017 Juventud Rebelde