

Dejar de fumar reduce casi a la mitad el riesgo de sufrir un ataque cardíaco, pero reducir el consumo no sirve

● A menudo se cree que reducir el consumo de **tabaco** ayuda a reducir también los riesgos que este hábito...



<https://www.infosalus.com/actualidad/noticia-dejar-fumar-reduce-casi-mitad-riesgo-sufrir-ataque-cardiaco-redu...>
infosalus

Sábado, 31 agosto 2024

MADRID, 31 Ago. (EUROPA PRESS) -

A menudo se cree que reducir el consumo de **tabaco** ayuda a reducir también los riesgos que este hábito supone para la salud, pero esto no tiene demasiado efecto, comparado con dejar de fumar que sí reduce a la mitad el riesgo de sufrir un ataque cardíaco, según una investigación presentada en el Congreso Sociedad Europea de Cardiología 2024 (ESC, por sus siglas en inglés).

El estudio muestra que los pacientes con enfermedad coronaria estable que dejaron de fumar en cualquier momento después de su diagnóstico redujeron su riesgo de sufrir un evento importante en casi un 50 por ciento. Por el contrario, hubo un impacto mínimo en el riesgo cardiovascular en los pacientes que redujeron sus hábitos de fumar.

El registro internacional 'CLARIFY' evaluó el impacto del tabaquismo sobre los eventos cardiovasculares en pacientes con enfermedad coronaria. El registro incluyó a 32.378 pacientes con esta afección. Se analizó la aparición de un evento cardiovascular adverso mayor (MACE), definido como muerte cardiovascular o infarto de miocardio durante el período de seguimiento de 5 años.

Los pacientes fueron incluidos en el estudio una media de 6,5 años después de su diagnóstico de enfermedad arterial coronaria: en el momento de la inclusión, 13.366 pacientes (41,3%) nunca habían fumado, 14.973 (46,2%) eran exfumadores y 4.039 (12,5%) eran fumadores actuales.

Entre los exfumadores que fumaban en el momento del diagnóstico de enfermedad arterial coronaria, el 72,8 por ciento dejó de fumar en el año siguiente, mientras que solo el 27,2 por ciento dejó de fumar en los años posteriores. "Curiosamente, el primer año después del diagnóstico fue la ventana crucial para dejar de fumar. En el momento del diagnóstico, debemos enfatizar la importancia de dejar de fumar y apoyar a los pacientes en este desafío", señala el autor del estudio, el doctor Jules Mesnier del Hospital Bichat-Claude Bernard (Francia).

Los pacientes que dejaron de fumar después del diagnóstico de enfermedad arterial coronaria mejoraron significativamente sus resultados cardiovasculares independientemente de cuándo dejaron de fumar, con una reducción del 44 por ciento en el riesgo de MACE.

Entre los fumadores que redujeron la cantidad fumada, el riesgo de MACE no se alteró significativamente en comparación con los fumadores que no cambiaron sus hábitos de fumar. El riesgo de MACE después de un diagnóstico de enfermedad arterial coronaria aumentó un ocho por ciento por cada año adicional de tabaquismo activo. Aunque los fumadores que dejaron de fumar lograron una rápida reducción significativa del riesgo de MACE en comparación con los fumadores, nunca alcanzaron el nivel de riesgo cardiovascular de los pacientes que nunca fumaron, incluso después de años de dejar de fumar.

"Me gusta decirles a mis pacientes que nunca es demasiado pronto ni demasiado tarde para dejar de fumar, aunque cuanto antes lo deje un paciente, mejor será para reducir el riesgo cardiovascular. Y no basta con reducir el tabaquismo. Es necesario enviar mensajes breves y claros a los fumadores en cada intervención médica que resalten la necesidad de dejar de fumar. Decirles a los pacientes que pueden reducir a la mitad el riesgo de sufrir un evento grave posterior o de morir, como hemos demostrado aquí, es un mensaje poderoso", afirma el doctor Mesnier.

Las medidas para promover el abandono del tabaquismo incluyen consejos breves, asesoramiento e intervenciones conductuales, así como terapia farmacológica.