

Fumar es malo, hacerlo antes de los 18 años es peor

- Las personas que comienzan a fumar antes de los 18 años tienen más probabilidades de experimentar...



Austria

<https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-fumar-malo-hacerlo-antes-18-anos-peor-2024091108004...>
infosalus

Miércoles, 11 septiembre 2024

MADRID, 11 Sep. (EUROPA PRESS) -

Las personas que comienzan a fumar antes de los 18 años tienen más probabilidades de experimentar síntomas respiratorios, como sibilancias y flema, alrededor de los 20 años, según una investigación presentada en el Congreso de la Sociedad Respiratoria Europea (ERS) en Viena, Austria. La investigación fue presentada por la doctora Linnea Hedman, profesora asociada de epidemiología y salud pública en la Universidad de Umea, Suecia.

El estudio también ha encontrado que la mayoría de los fumadores jóvenes habían adquirido el hábito antes de cumplir los 18 años y que cuanto más cigarrillos fumaban en general, mayor era el riesgo de sufrir síntomas respiratorios. Los investigadores afirman que el estudio destaca los riesgos que supone para los niños y los adolescentes el tabaquismo y muestra con qué rapidez se pueden observar los efectos del [tabaco](#). Esto es importante porque, en Europa, se estima que el 16,7% de los hombres y el 11,2% de las mujeres de entre 15 y 24 años son fumadores diarios.

Para llegar a estas conclusiones, los investigadores reclutaron a 3.430 niños de ocho años en el norte de Suecia y les pidieron que rellenaran cuestionarios anualmente hasta que cumplieran 19 años y nuevamente cuando cumplieran 28 años. En general, el 22% afirmó haber fumado a diario en algún momento durante el estudio. De los que dijeron que fumaban, el 29% empezó a fumar cuando tenía 15 años o menos, el 35% empezó a fumar cuando tenía 16 o 17 años, y el 35% empezó a fumar a los 18 años o más.

Los investigadores tomaron en cuenta otros factores que pueden afectar la salud pulmonar, como antecedentes familiares de asma o haber crecido en un hogar donde otros fuman. Encontraron que fumar más cigarrillos en general aumentaba el riesgo de síntomas respiratorios a la edad de 28 años, y que un "paquete-año" aumentaba el riesgo en alrededor de un 10% en comparación con los no fumadores. Un paquete-año es el equivalente a fumar un paquete de 20 cigarrillos por día durante un año.

Así, se observó que comenzar a fumar antes de los 18 años aumentó el riesgo de presentar síntomas respiratorios a los 28 años en un 80 % aproximadamente en comparación con los no fumadores. En las personas que comenzaron a fumar a los 18 años o más tarde, el riesgo fue alrededor de un 50 % mayor que en los no fumadores. Los síntomas respiratorios más comunes fueron sibilancia, flema y tos.

Ante estos datos, Hedman resume: "En nuestro estudio descubrimos que es muy probable que los fumadores hayan adquirido el hábito antes de cumplir los 18 años y que quienes empezaron a fumar antes tenían más probabilidades de sufrir problemas respiratorios, especialmente sibilancias y flemas. Estos síntomas también eran más comunes cuanto más cigarrillos fumaban las personas. Una explicación de nuestros hallazgos podría ser que los niños y adolescentes que empezaron a fumar antes siguen fumando durante más tiempo y, por lo tanto, sufren más síntomas. Podría ser que la exposición al humo del [tabaco](#) a una edad temprana aumente el riesgo de síntomas respiratorios porque los pulmones aún están en desarrollo y son más vulnerables a los daños. Este estudio demuestra que no necesariamente se necesitan décadas para desarrollar síntomas respiratorios por fumar; ya podemos ver una asociación significativa en la edad adulta temprana".

Hedman y su equipo seguirán controlando a las personas que participan en el estudio. Ahora están midiendo la función pulmonar de los participantes para comprender cómo la exposición al humo del [tabaco](#) influye en su salud respiratoria a largo plazo.