

# TABAQUISMO

*(Esta información es genérica, por lo que queda sujeta a las variaciones que el especialista considere oportunas)*

*(Le recomendamos que lea los consentimientos de los procesos correspondientes y la información dada por la Sociedad Española de Fertilidad en la página [http://www.sefertilidad.net/docs/pacientes/spr\\_sef\\_fertilidad.pdf](http://www.sefertilidad.net/docs/pacientes/spr_sef_fertilidad.pdf))*

Documento supervisado por el Dr. Alonso Zafra

Todos conocemos los riesgos de fumar tabaco (tabla 1), pero no siempre se nos informa de los riesgos que su consumo provoca en los hijos de fumadores (tabla 2) ni, mucho menos, de cómo **afecta al proceso reproductivo**, y está comprobado que afecta severamente tanto al hombre como a la mujer: el 13% de casos de infertilidad/esterilidad pueden ser atribuidos directamente al tabaco, según afirma la ASRM (American Society for Repro Medicine). (1)

El efecto del tabaco en el ADN del aparato reproductor humano es el **empeoramiento de la calidad de** (2, 3, 4):

- los gametos:
  - o tanto de los espermatozoides (son menos, con más alteraciones morfológicas y con menor movilidad)
  - o como de los ovocitos (se ven afectados incluso más que los espermatozoides ya que tienen la misma edad que la mujer y, por lo tanto, se han visto expuestos a la toxicidad del tabaco desde un principio)
- y del endometrio, tejido intrauterino donde se debe implantar el embrión

Esto puede llegar a **reducir hasta la mitad las posibilidades de conseguir un hijo sano**, ya que estas alteraciones conllevan (1, 3):

- dificultad para conseguir un embrión
- embriones de peor calidad
- dificultades para llevar a término una gestación (aborto, amenaza de aborto)
- problemas en el recién nacido:
  - o bajo peso al nacer por disminución del crecimiento fetal, con mayor riesgo de sufrir problemas importantes (retraso mental, parálisis cerebral, pérdida de visión)
  - o muerte súbita
  - o defectos de nacimiento (labio leporino, paladar hendido)
  - o daño cerebral y/o pulmonar
  - o parto prematuro con sus consecuentes riesgos (dificultad respiratoria, dificultad para alimentarse, retraso psicomotor, alteraciones visuales o auditivas, infecciones, hemorragias internas, muerte)

**Tabla 1: riesgos del tabaquismo (1)**

<b>Riesgos del fumador</b>	<b>Riesgos del hijo de fumador</b>
<b>Problemas cardiovasculares:</b> coágulos sanguíneos (accidente cerebrovascular, trombosis pulmonar, infarto agudo de miocardio), picos de hipertensión, insuficiente riego sanguíneo de las piernas y problemas para mantener la erección (impotencia sexual masculina)	Problemas derivados de ser un fumador pasivo (enfermedades <b>cardíacas</b> , <b>cáncer</b> pulmonar y reacciones súbitas y <b>graves</b> en los ojos, la nariz, la garganta y las vías respiratorias bajas)
<b>Cáncer</b> en el pulmón, la boca, la laringe, la nariz, la garganta, el esófago, el estómago, la vejiga, el riñón, el páncreas, el cuello uterino, el colon y el recto	<b>Infecciones</b> de la boca, garganta, senos paranasales, oídos y pulmones
Mala <b>cicatrización</b> postquirúrgica	Síndrome de <b>muerte</b> súbita del lactante
Alteraciones del funcionamiento <b>pulmonar</b> como asma o enfisema	Daño <b>pulmonar</b> (funcionamiento pulmonar deficiente)
<b>Arrugas</b>	Ataques de <b>asma</b>
Disminución de la capacidad para <b>oler, saborear o ver</b>	Problemas para <b>dormir</b>
Enfermedades de <b>dientes y encías</b>	

Entre 1997 y el 2001, el tabaquismo durante el embarazo fue la causa de alrededor de unas 910 muertes de bebés al año en Estados Unidos.

Dicho ésto, **se recomienda dejar de fumar** y, si decide tomar esta decisión, es muy importante que se marque una fecha concreta próxima y dejarlo por completo, ya que ir disminuyendo el consumo progresivamente no suele ser efectivo. (1)

Suele ser difícil porque “la percepción del tabaco en los fumadores está distorsionada, los beneficios de fumar les parecen mucho mayores de lo que son en realidad y los problemas les parecen mucho menores de lo que son” (5) y esta dificultad aumenta en las mujeres (1), entre otras cosas, por el miedo a engordar.

Puede recabar información en un medio como el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (<https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/tabaco/programaJovenes/home.htm>), e, incluso, apuntarse en un programa como el que ofrece el Ayuntamiento de Madrid <http://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Servicios-sociales-y-salud/Salud/Programa-Prevencion-y-control-del-tabaquismo?vgnextfmt=default&vgnextoid=a34d6bee6b37c210VgnVCM1000000b205a0aRCRD&vgnextchannel=0815c8eb248fe410VgnVCM1000000b205a0aRCRD>

## Bibliografía

- (1)- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002032.htm>
- (2)- <http://www.fivmarbella.com/es/fecundacion-in-vitro-marbella/322-el-efecto-del-tabaco-en-la-fertilidad-fe> (visitado el 16/12/16)
- (3)- <http://www.efesalud.com/noticias/fumar-reduce-a-la-mitad-las-posibilidades-de-gestacion/> (visitado el 16/12/16)
- (4)- <http://www.reproduccionasistida.org/tabaco-afecta-fertilidad-y-salud-general/> (visitado el 16/12/16)
- (5)- <http://noticiasdelaciencia.com/not/10249/los-efectos-cerebrales-del-tabaco-alteran-la-percepcion-del-riesgo-de-fumar/> (visitado el 16/12/16)