

## La cachimba equivale a inhalar 200 veces el humo de un cigarrillo

- Se suma el riesgo de infección si se comparte la boquilla



Tabaquismo

[https://www.larazon.es/sociedad/cachimba-equivale-inhalar-200-veces-humo-cigarrillo\\_2024013065b92f8ac3cb...](https://www.larazon.es/sociedad/cachimba-equivale-inhalar-200-veces-humo-cigarrillo_2024013065b92f8ac3cb...)

La Razón

Martes, 30 enero 2024

Expertos en tabaquismo han alertado este martes de que una sola sesión de cachimba equivale a inhalar 200 veces el humo de un cigarrillo, a lo que se suma el riesgo de infección si se comparte la boquilla, por lo que no se pueden tomar las pipas de agua como una alternativa al **tabaco**.

En el webinar "Desvelando Estrategias Innovadoras. Enfrentando el Tabaquismo desde la Medicina Preventiva y la Salud Pública" organizado por la Sociedad Española de Medicina Preventiva, Salud Pública y Gestión Sanitaria (SEMPSPGS), su presidente, Manuel García de la Vega, ha puesto el foco sobre las pipas de agua y vapeadores.

Durante su intervención, el epidemiólogo ha dejado claro que el uso de estos artilugios "es tan nocivo como fumar cigarrillos" y representan "un riesgo para la salud tanto de fumadores activos como pasivos".

"En ningún caso deben considerarse una alternativa segura al **tabaco**, ya que una sesión con estas pipas equivale a inhalar 200 veces el humo de un cigarrillo", ha advertido.

Así, el humo de las cachimbas contiene niveles elevados de monóxido de carbono (CO), metales pesados y sustancias cancerígenas, aumentando significativamente el riesgo de desarrollar cáncer o enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), sin olvidar las infecciones que puede acarrear al compartir boquillas.

Sobre los vapeadores, García de la Vega ha señalado que incluso aquellos sin nicotina contienen sustancias dañinas para los pulmones, como propilenglicol y glicerina.

"El problema radica en su atractivo para los jóvenes, con una variedad de sabores que los hacen irresistibles. Su uso continúa expandiéndose peligrosamente", ha censurado el presidente de la SEMPSPGS.

Por su parte, Vidal Barchilón, vicepresidente del Comité Nacional para la Prevención del Tabaquismo (CNPT), ha abogado por realizar intervenciones desde un abordaje biopsicosocial.

"El tratamiento del tabaquismo resulta 4 veces más costo-efectivo que el de la hipertensión arterial, y 13 veces más costo-efectivo que el de la hipercolesterolemia. La intervención en tabaquismo es la actividad más costo efectiva en Salud Pública", ha ilustrado.

Sin embargo, y pese a las evidencias, la intervención en tabaquismo "es muy deficitaria" en todos los niveles asistenciales, incluso en la Atención Primaria, cuando sus profesionales llegan a una proporción de la población fumadora sólo superada por los medios de comunicación.

Por último, Francisco Salvador Pascual, presidente del CNPT, se ha referido a los retos que todavía tiene que afrontar nuestro país para reducir la prevalencia del consumo de **tabaco** hasta un 5 % en el año 2040, como es actualizar y poner en marcha el Plan Integral de Tabaquismo, del cual debe emanar una legislación actualizada que sustituya o complemente a la de 2010.

"No podemos quedarnos atrás en la lucha contra el tabaquismo, ya que el éxito depende en gran parte de las medidas legislativas aplicables. Sería importante que todas las medidas fuesen consensuadas con los distintos grupos parlamentarios, con los partidos políticos y con la sociedad en general, ha invitado.