

INVESTIGACIÓN Y TECNOLOGÍA

# ¿A cuántos cigarros equivale fumar una cachimba?

- Los expertos ya advierten que su uso, tanto en menores como en adultos, es igual o más nocivo que los cigarrillos. A estos equivaldrían una sesión de una hora de cachimba.
- [Las diferencias entre un tumor y un cáncer](#)
- [El cáncer de pulmón causa una de cada cinco muertes por cáncer en España.](#)



¿A cuántos cigarros equivale fumar una cachimba? / FREEPIK

S.B  
18 Enero, 2022 - 22:17h



MÁS INFORMACIÓN

nueva prueba de sangre que detecta más de 50 tipos de cáncer

La nueva prueba de sangre que detecta más de 50 tipos de cáncer / FREEPIK

- [La nueva prueba de sangre que detecta más de 50 tipos de cáncer](#)
- [El cáncer de pulmón causa una de cada cinco muertes por cáncer en España](#)

Fumar en **cachimba**, en pipa de agua, arguila o shisha, es una moda cada vez más extendida sobre todo entre los más jóvenes. Y se ha seguido viendo incluso en noches de fiesta o espacios **en mitad de la pandemia**. A su vez, se venden en estancos, tiendas de souvenirs e incluso en alguna que otra tienda que nada tiene que ver con el **sector del tabaco**, por lo que a menudo, resulta complicado evitar su venta a menores. Son muchísimas las personas que fuman cachimba como **alternativa a los cigarrillos** tradicionales pensando que de esa manera están produciendo un menor

daño a su organismo. Aquí es donde los expertos entran a **advertir de sus perjuicios para la salud** son igual o más dañinos que los del **tabaco**. Te contamos a lo que equivaldría una hora de cachimba en cuestión de cigarrillos y su daño al organismo.

La OMS advierte, por ejemplo, de que "en contra de la creencia popular, el humo que emerge de una pipa de agua contiene **numerosos tóxicos capaces de provocar cáncer de pulmón**, enfermedades del corazón y otras enfermedades". Esto se debe a que los fumadores de cachimba pueden inhalar más humo de **tabaco** que los fumadores de cigarros debido al gran volumen de humo que inhalan durante una sesión de fumar, que **puede durar hasta sesenta minutos**.

En tiempos de pandemia...



Neumólogos y asociaciones para prevenir adicciones instan a las administraciones públicas a tomar medidas y legislar esta moda que parece que ha venido para quedarse. Y es que, según indican, una sesión de **una hora de cachimba podría equivaler a fumarse 20 cigarrillos**. Es decir, **un paquete completo**.

## PROBLEMAS DE CORAZÓN

De hecho, un estudio llevado a cabo por investigadores de la Universidad de California Los Ángeles (UCLA) y publicado en el medio especializado *American Journal of Cardiology* apoya la conclusión de la OMS y muestra, específicamente, los efectos de **una única sesión de pipa de agua** en la frecuencia cardíaca, la tensión sanguínea y la rigidez arterial.

Para ello, los autores tomaron a **48 personas jóvenes y sanas** sin tabaquismo previo y **monitorizaron estos parámetros**, así como otros como los niveles de nicotina en la sangre y los niveles de monóxido de carbono exhalado.

Lo que encontraron es que, tras sólo **30 minutos** de fumar cachimba, la **frecuencia cardíaca de los participantes se había incrementado** (en 16 pulsos por minutos), como también se había elevado su tensión sanguínea. Igualmente, observaron que la pipa de agua eleva la rigidez arterial de forma comparable a como lo puede hacer un cigarrillo tradicional.

COMENTAR / VER COMENTARIOS

COMENTAR

INICIAR SESIÓN O REGÍSTRATE

Escribe tu comentario

Tienes que estar registrado para poder escribir comentarios.  
Puedes registrarte gratis aquí.

ENVIAR COMENTARIO

0 COMENTARIOS



SUBIR

### SUSCRIPCIÓN

Iniciar sesión

Registro

Notificaciones

PDF Interactivo

Club del suscriptor

### PUBLICACIONES

Diario de Cádiz

Diario de Jerez

Diario de Sevilla

Huelva Información

El Día de Córdoba

### CANALES

Bocabierta

Con Cuchillo y Tenedor

Diario del Carnaval

Wappissima

### REDES SOCIALES

Facebook

Twitter

YouTube

### WEBSITE

Aviso legal

Política de Privacidad

Política de cookies

Configuración de privacidad



Málaga Hoy  
Granada Hoy  
Diario de Almería

AGR+ Agricultura y Alimentación  
Mascotas  
Motor  
El circuito

Quiénes somos  
Contacto  
RSS

Difusión controlada por OJDinteractiva

