

LOS LLAMADOS CIGARROS “SUAVES” SON TAN DAÑINOS COMO LOS REGULARES

Los cigarros, *blancos, silver, gold* y todos los anunciados como “ligeros” o “suaves” **no son menos dañinos que los regulares**, ya que ambos tienen los mismos riesgos para la salud.

fumar se asocia a más de

25 enfermedades mortales

como enfisema, embolia, infarto al corazón, bronquitis crónica, cáncer de pulmón, de boca, esófago, lengua y muchas más.



Desde 2008 la Ley General para el Control del Tabaco prohibió a las tabacalerías usar términos como *light, extra, ultra, mild, soft, smooth* o cualquiera que dé la falsa idea de que un cigarro es menos dañino que otro.

Actualmente las cajetillas de cigarros “ligeros” tienen colores claros y usan nombres como *gold* o *silver*, para seguir dando la falsa idea de que son productos menos nocivos, sin infringir la ley.

Un cigarro “ligero” se evalúa analizando el humo que producen cuando una «máquina fumadora» lo consume.

Estos cigarros tienen filtros, papel poroso y perforaciones que afectan las mediciones de nicotina y alquitrán en el humo producido por la «máquina fumadora», por lo que habrá menos concentración de ellas.



Esta medición es engañosa: aunque el humo de un cigarro “ligero” contiene menos nicotina y alquitrán, eso no significa que las personas tendrán menos daños a la salud, **ya que quienes los fuman inhalan más prolongada y profundamente para sentir el mismo efecto que con un cigarro regular**, o fuman más durante el día para consumir la misma cantidad a la que están acostumbrados con productos regulares.

!!!
RECUERDA:

NO existen cigarros saludables, no es verdad que los productos de tabaco *light, silver, gold, medium, mild* sean menos perjudiciales para la salud.

Dejar de fumar es la única forma de reducir el riesgo de morir a causa de enfermedades como enfisema, embolia, infarto al corazón, bronquitis crónica, cáncer de pulmón, de boca, esófago, lengua y muchas más.



Instituto Nacional
de Salud Pública

El INSP cuenta con un Departamento de Investigación sobre el Tabaco, donde se realizan estudios epidemiológicos sobre el tabaco, así como sus repercusiones, económicas, sociales, sus aspectos legislativos, entre otros.

www.controltabaco.mx

Fuentes e información relacionada:

- Avances y puntos pendientes en la agenda latinoamericana para el control del tabaco. Salud pública de México / vol. 52, suplemento 2 de 2010 (disponible en http://bvs.insp.mx/rsp/_files/File/2010/suplemento%202%20vol%2052/26-agenda.pdf)
- Políticas de género de ámbito global en el control y la prevención del tabaquismo. Salud pública de México / vol. 52, suplemento 2 de 2010 (disponible en http://bvs.insp.mx/rsp/_files/File/2010/suplemento%202%20vol%2052/24-politicas1.pdf)
- Los cigarrillos light y el riesgo de cáncer. Hoja informativa del Instituto Nacional del Cáncer de EEUU (disponible en <http://www.cancer.gov/espanol/recursos/hojas-informativas/tabaco/cigarrillos-light>)

¿Quieres dejar de fumar o
hacer una denuncia?
**Llama al 01 800 9 NO FUME
6 6 3 8 6 3**