

## Mujeres y tabaco

El organismo de la mujer es más susceptible que el del hombre a los efectos de la nicotina y a otros componentes del humo de tabaco.

Por ejemplo, la mujer es más sensible a los efectos del humo de tabaco en la producción de cáncer. Un cigarrillo fumado por una mujer equivale a dos cigarrillos fumados por un hombre, duplicándose su efecto carcinogénico.

En la Clínica Contra el Tabaquismo lo sabemos y queremos que tú también estés enterada. Por ello, en esta página decidimos que era importante darle un espacio a la mujer para que conozca de TODOS los riesgos que implica el fumar, no sólo para ella sino también para quienes desean ser madres y pueden perjudicar a su bebé. En esta sección encontrarás todo lo relacionado contigo que sabes lo que es SER MUJER y el que podría convertirse en tu peor enemigo: EL TABACO.

### Efectos del tabaco en tu salud y tu apariencia

*El cigarrillo te hace menos atractiva pues provoca:*

- Cabello reseco
- Arrugas prematuras
- Dientes y dedos amarillos
- Cutis sin brillo o grisáceo
- Mal aliento y gingivitis
- Retracción de las encías y pérdida de las piezas dentales
- Mala cicatrización
- Mal olor corporal.

Además en algunas fumadoras se presenta una reducción de la fertilidad (habilidad para reproducirse) y de la fecundabilidad (probabilidad de concebir en un ciclo menstrual dado), así como: Incremento de desórdenes menstruales.

La menopausia se presenta dos a cuatro años antes en las fumadoras. Se incrementa además el riesgo de osteoporosis.

### Fundación InterAmericana del Corazón - México AC (FIC México)

- Río Danubio #49, Col. Cuauhtémoc, Deleg. Cuauhtémoc, México, D.F., C.P. 06500. Tel: 5208-0020 • 5208-0022  
Horario de atención: lunes a viernes de 9:00 a 18:00 horas

## **Efectos en el embarazo**

### ***Tu bebé puede tener problemas si fumas embarazada...***

El 58% de las mujeres gestantes continúan fumando durante el primer trimestre del embarazo, una tercera parte abandona el tabaco pero el resto no logra dejar de fumar.

Las más de 4500 sustancias químicas, que se desprenden del humo del cigarrillo viajan por la sangre, atraviesan la placenta y llegan directamente al producto. Si eres fumadora, planea tu embarazo, dejando de fumar al menos tres meses antes de concebir a tu bebé.

Si te cuidas desde este momento podrás tener un embarazo saludable, pero lo más importante es que tendrás un niño sano.

Si fumas durante el embarazo podrías presentar:

- Embarazo ectópico (implantación del óvulo fuera del útero)
- Mayor riesgo de tener un aborto espontáneo
- Náuseas intensas
- Pérdida de energía
- Modificaciones en la estructura y peso de la placenta
- Desprendimiento prematuro de la placenta y de las membranas
- Mayor riesgo de trombosis, especialmente en el tercer trimestre
- Parto prematuro

### **¿Qué pasa con el bebé?**

La formación de los órganos del pequeño es más lenta de lo normal. Como resultado se presenta una disminución de la longitud y peso del niño al nacer.

El cigarro junto con otros factores de riesgo puede provocar malformaciones congénitas como fisuras orales (labio y paladar hendido, estrabismo) y anomalías en el corazón como ducto arterioso persistente.

Cuando nace el niño y se expone al humo del tabaco tiene 30 veces más riesgo de presentar muerte súbita infantil o síndrome de muerte en la cuna antes de haber cumplido un año de edad.

## **Fundación InterAmericana del Corazón - México AC (FIC México)**

- Río Danubio #49, Col. Cuauhtémoc, Deleg. Cuauhtémoc, México, D.F., C.P. 06500. Tel: 5208-0020 • 5208-0022  
Horario de atención: lunes a viernes de 9:00 a 18:00 horas

El recién nacido es muy susceptible a las infecciones respiratorias como neumonías y bronquitis, tos, flemas y sibilancias. Así como tener síntomas respiratorios como además, actualmente se acepta que el humo de tabaco puede ser un factor que desencadena el asma.

**Fundación InterAmericana del Corazón - México AC (FIC México)**

- Río Danubio #49, Col. Cuauhtémoc, Deleg. Cuauhtémoc, México, D.F., C.P. 06500. Tel: 5208-0020 • 5208-0022  
Horario de atención: lunes a viernes de 9:00 a 18:00 horas