La piel, el órgano más extenso de nuestro cuerpo, se ve seriamente dañado gracias a los efectos del tabaco, la nicotina y otras sustancias químicas que poseen los cigarrillos. ¿Cuáles son los más comunes? Acá te lo contamos.

Fumar es perjudicial en innumerables aspectos. Las personas que lo hacen tienen más posibilidades de desarrollar enfermedades cardiacas, accidentes cerebrovasculares y cáncer al pulmón. Sin embargo, uno de los efectos menos conocidos que provoca el tabaco es en la piel.

Anuncio Patrocinado

Magdalena Galarce, médica de servicios clínicos y farmacéuticos, señala que “fumar reduce el flujo sanguíneo en la piel, privándola del oxígeno y los nutrientes necesarios para su bienestar. Además, la nicotina presente en el cigarro, es fácilmente absorbida por múltiples vías, reaccionando a distintos receptores que están ubicados en el sistema nervioso, sistema adrenal y también en las células de la piel, causando efectos directos en ellas, disminuyendo su actividad y afectando su capacidad de migración, proliferación y remodelación”.

Fumar también acelera el envejecimiento, gracias a una serie de sustancias químicas que desencadenan eventos moleculares que dañan o cambian estructuras necesarias para la salud y elasticidad de la piel. Galarce comenta que “fumar afecta la dermis reticular aumentando el número de fibras elásticas, similar al efecto que ocurre con el sol. También se provoca disfunción en la remodelación y reparación de los tejidos. Todo esto hace que las arrugas y líneas de expresión aparezcan antes y de forma más pronunciada en los fumadores”.

Igualmente, se activan sustancias que “provocan estrés oxidativo, proceso que disminuye la producción de colágeno y baje la producción de elastina. La pérdida de estos elementos, que ayudan a mantener la tersura y estructura de la piel, provocan que ésta también se suelte”, afirma la facultativa. Y dado que se afecta el flujo sanguíneo causando trastornos en la microcirculación y la oxigenación de los tejidos, genera el oscurecimiento y pigmentación de los labios y encías.

Asimismo, los fumadores tienen mayor riesgo de desarrollar o empeorar algunas patologías de la piel como la psoriasis, la dermatitis de contacto, la hidradenitis supurativa, el acné, el lupus eritematoso sistémico, la alopecia androgénica y algunos problemas cutáneos típico de los diabéticos, entre otros.

Mucho más que arrugas

No obstante, Galarce enfatiza que existen problemas aún más complejos en la piel a causa del tabaquismo. “Fumar perjudica la cicatrización y aumenta el riesgo de complicaciones post operatorias, como infecciones y hasta necrosis. Al disminuir el flujo sanguíneo, se inhibe el traslado de fibroblastos al sitio afectado, comprometiendo la oxigenación y regeneración de los tejidos”. Además, añade que “se puede producir mayor sangramiento, que las suturas puedan abrirse y generarse cicatrices menos estéticas y más gruesas. Por eso, siempre antes y después de una cirugía está completamente prohibido fumar por la cantidad de riesgos que esto conlleva”.

Por último, es sabido que el fumar se relaciona con un aumento del riesgo de padecer diferentes tipos de cánceres, incluyendo el de piel. “Existen estudios que muestran una relación entre el consumo de tabaco y el carcinoma de células escamosas; este último, principalmente en la cavidad oral, faringe y laringe”, afirma Galarce.

Aun cuando las cifras de consumo marcan una tendencia a la baja de acuerdo a la última Encuesta Nacional de Salud, del 42% a un 32,5%, el tabaquismo es un problema de salud pública en todo el mundo por las graves consecuencias en el organismo, cobrando la vida de más de 16 mil compatriotas anualmente.

Como vemos, la piel es sólo uno de los órganos que sufre a causa del tabaquismo. Por eso, es importante contar con la información necesaria para incentivar a los y las fumadoras a renunciar. “Sabemos que sólo el 3% de los fumadores pueden dejar de hacerlo sin ayuda. Hoy existen tratamientos efectivos, pero es importante contar con el acompañamiento especializado. Con esto, no sólo mejorará la apariencia y salud de la piel, sino que aumentará y mejorará la esperanza de vida de quienes logren superar esta adicción”, concluye la facultativa.

y tú, ¿qué opinas?