

Estudio | El tabaquismo causa efectos negativos en la salud mental de quienes fuman

El consumo de tabaco es el causante de diversas afecciones en el cuerpo humano, lo que ha generado la muerte de más de 8 millones de personas cada año, según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Sin embargo, además de atacar la salud física, también es considerado el responsable de afectar la salud mental de quienes lo consumen.

En un estudio realizado por Doug Speed del Centro de Genética Cuantitativa y Genómica de la Universidad de Aarhus (Dinamarca), junto con investigadores de Canadá, se constató que el consumo de tabaco puede provocar depresión y trastorno bipolar en las personas.

Esta investigación fue publicada el 21 de agosto de 2023 en la revista *Acta Psychiatrica Scandinavica*, en donde el investigador Speed enfatizó que fumar aumentaba a 250 % el riesgo de ser hospitalizado por un enfermedad mental.

Detalles del estudio

Para dar con el diagnóstico, los especialistas obtuvieron acceso al Biobanco del Reino Unido, en el que se guardan los datos genéticos de más de medio millón de personas.

En la investigación se combinaron la información que se tenía de las personas, junto con otros datos de salud y respuestas relacionadas al estilo de vida de quienes se ofrecieron como participantes para el estudio.

Luego de recabar toda la información e introducirla en una computadora, los investigadores comenzaron a buscar patrones entre los participantes.

Investigadores anteriores no han considerado realmente que puede haber una dimensión temporal en juego. Las personas normalmente comienzan a fumar antes de los 20 años de edad, pero no son ingresadas en el hospital con un trastorno mental hasta que tienen 30 y 60 años en promedio”, explicó Doug Speed.

Evaluar los genes podría dar respuestas

Según Speed, los genes de una personas podrían ayudar a predecir si se convertirá en un fumador o no.

En ese sentido, comentó que en un hogar donde los padres son adoptivos y fuman, aumenta el riesgo de que el niño empiece a fumar también, pero, si sus padres biológicos consumían tabaco, estos riesgos son mayores, ya que pudieron transmitir los genes relacionados al tabaquismo a su hijo.

“Cuando observamos a los fumadores de la base de datos, encontramos una serie de variantes genéticas recurrentes. Al observar estudios de gemelos, en los que tenían los mismos genes pero crecieron en hogares separados, pudimos ver que sus genes podrían explicar el 43% del riesgo de convertirse en fumador”, detalló.

Los daños de la nicotina en el cerebro

Speed y sus colegas aún no han descifrado el motivo por el que el consumo de tabaco causa trastornos en la salud mental de las personas, pero han expresado una serie de teorías que podrían avalar el diagnóstico.

“Todavía necesitamos encontrar el mecanismo biológico que hace que fumar induce trastornos mentales. Una teoría es que la nicotina inhibe la absorción de neurotransmisores serotonina en el cerebro. Sabemos que las personas con depresión no producen suficiente serotonina”, dijo el investigador.

Argumentó que al fumar un cigarrillo, la nicotina activa la producción de serotonina en el cerebro, lo que hace que la persona se sienta relajada después de fumar, pero si se continúa, el efecto sería lo contrario, ya que inhibe la hormona, lo que puede provocar ansiedad, malestar e inestabilidad.

Agregó que otra teoría es que fumar causa inflamación en el cerebro, lo que a largo plazo podría dañar algunas partes del órgano y provocar trastornos mentales.

Riesgos en la salud física

La International Agency for Research on Cancer (IARC, por sus siglas en inglés), en su informe *World Cancer Report 2020*, indicó que el consumo de cigarrillo está relacionado con la aparición de múltiples enfermedades, de las cuales 20 son de diferentes tipos de cáncer, como el de pulmón.

Asimismo, el tabaquismo también está relacionado con el 50 % de las enfermedades cardiovasculares.

De acuerdo con Sanidad de España, otras de las principales enfermedades que destacan por fumar cigarrillo son:

- Bronquitis crónica
- Enfisema pulmonar
- Hipertensión arterial
- Enfermedad coronaria (angina o infarto de miocardio)
- Accidentes cerebrovasculares (trombosis, hemorragias o embolias)
- Úlceras gastrointestinal
- Gastritis crónica
- Cáncer de laringe
- Cáncer bucofaríngeo
- Cáncer renal o de vías urinarias
- Impotencia sexual en el varón

Adicionalmente, las mujeres que consumen tabaco pueden desarrollar:

- Probabilidad de padecer un infarto de multiplica por 10 en las mujeres que fuma y utilizan anticonceptivos orales
- La menopausia se adelanta entre 2 y 3 años
- Aumenta el riesgo de sufrir osteoporosis

Con información de El Diario