

Bajo consumo de cigarrillos, riesgo de enfermedad coronaria y accidente cerebrovascular: meta-análisis de 141 estudios de cohortes

Ana Iriarte García. Medicina Familiar y Comunitaria. Hospital Universitario de Torrejón, Madrid.

PALABRAS CLAVE: Cigarrillos, bajo consumo, enfermedad coronaria, accidente cerebrovascular

KEYWORDS: *Cigarette, low consumption, coronary heart disease, stroke*

Enlace revista original: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29367388>

Especialidades: Cardiovascular, Medicina General, Medicina Preventiva, Neumología, Neurología, Urgencias.

ABSTRACT

El bajo consumo de tabaco conlleva un riesgo de desarrollar enfermedad coronaria y accidente cerebrovascular, mucho mayor de lo esperado. No existe un nivel seguro de tabaquismo para la enfermedad cardiovascular.

Low cigarette consumption carries a risk of developing coronary heart disease and stroke much greater than expected. No safe level of smoking exists for cardiovascular disease.

ARTÍCULO

Fumar aumenta el riesgo de desarrollar enfermedad coronaria e ictus. Muchos fumadores creen que reducir la cantidad de cigarrillos diarios, reduce sustancialmente su riesgo de desarrollar dichos trastornos.

A este respecto se ha publicado en el *British Medical Journal* un meta-análisis de 141 estudios de cohortes, comparando los riesgos de los fumadores de 1 y 5 cigarrillos al día, con los riesgos de los no fumadores y de los fumadores de 20 cigarrillos diarios.

Según este meta análisis, los hombres que fuman alrededor de 1 cigarrillo al día tienen un riesgo un 48% mayor de enfermedad coronaria que los no fumadores y un riesgo un 25% mayor de accidente cerebrovascular (ACV).

Las estimaciones son incluso más altas en mujeres: 57% para las enfermedades del corazón y 31% para el ACV.

Por otro lado los hombres que fuman 1 cigarrillo al día tienen el 46% del riesgo de enfermedad coronaria que los que fuman 20 cigarrillos al día, y el 57% comparando con el fumar 5 cigarrillos al día.

En mujeres, 1 cigarrillo al día tiene un 31% del riesgo que presentan las mujeres que fuman 20 cigarrillos al día, frente a un 43% de las que fuman 5 cigarrillos al día.

En cuanto al ACV, fumar 1 cigarrillo al día presentó un 41% del riesgo relativo con respecto a los hombres que fumaron 20 cigarrillos por día, y un 52% respecto a los fumadores de 5 cigarrillos diarios.

No se obtuvieron diferencias significativas en cuanto al sexo en este apartado.

COMENTARIO

Se estima que en el mundo mueren 5.4 millones de personas prematuramente al año debido al uso de tabaco y se prevé que subirá a 10 millones para el 2025.¹ En España, la prevalencia de tabaquismo es superior al 27%.³

Comparativamente la incidencia de ECV entre los fumadores es aproximadamente el doble de la que presentan los no fumadores².

En este estudio se demuestra un elevado riesgo de enfermedad coronaria y ACV asociado al bajo consumo de cigarrillos (1 o 5 cigarrillos diarios) Esta premisa se presume importante pues estos fumadores creen que esa cantidad de cigarrillos produce poco o ningún daño.

Se concluye que sólo el cese completo del hábito tabáquico protege frente a estos riesgos, por lo que las políticas y medidas de prevención deberán tenerlo en cuenta.

Tras un año del cese del hábito tabáquico, el riesgo de enfermedad cardiovascular se reduce a la mitad, y continúa disminuyendo en los siguientes 10 a 15 años.¹

BIBLIOGRAFÍA

1. Lanas Z.Fernando, Serón S., PamelaKINE. MSc.1 Rol del tabaquismo en el riesgo cardiovascular globalSmoking role in global cardiovascular risk. Revista Médica Clínica Las Condes 2012; 23: 699-705
2. Fernández J, Sanz V, Garrido P, López E. Garrido. Riesgo cardiovascular: evaluación del tabaquismo y revisión en atención primaria del tratamiento y orientación sanitaria. Estudio RETRATOS. Aten Primaria 2011;43:595-603
3. Grau M, Elosua R, Cabrera A, Guembe MJ, Baena-Diez JM, Vega T et al. Factores de riesgo cardiovascular en España en la primera década del siglo XXI : análisis agrupado con datos individuales de 11 estudios de base poblacional, estudio DARIOS. Rev Esp Cardiol. 2011;64:295-304