

TABACO SIN HUMO Y DEPORTES

Un juego peligroso

Se descubrió que muchos atletas famosos, especialmente jugadores de baseball consumen productos de tabaco sin humo. Cada tanto verá un jugador de baseball en la zona de calentamiento mascando y regurgitando en la tierra. Es desagradable verlo, pero aún peor, hace que algunas personas crean que el tabaco sin humo es seguro. Después de todo, si el tabaco sin humo es tan peligroso, ¿por qué los atletas profesionales lo consumen?

El problema es que, muchos jugadores de baseball se han enfermado gravemente y han muerto por el consumo de tabaco sin humo:

- Babe Ruth, posiblemente el mejor jugador de baseball de la historia, falleció de cáncer causado por el tabaco masticable. Solo tenía 52 años.
- Bill Tuttle jugó al baseball para Detroit Tigers y Minnesota Twins. Murió unos años después de haber desarrollado un tumor que sobresalía a través de la piel al costado de la boca. Le tuvieron que quitar los dientes y partes de su boca antes de perder su batalla contra el cáncer.
- Tony Gwynn, reciente Hall of Famer, desarrolló un tumor en sus glándulas salivares y tuvo siete semanas de exhaustiva radioterapia. Por suerte, los médicos pudieron agarrar el cáncer a tiempo para salvarle la vida.

CÓMO DECIR "NO" AL TABACO SIN HUMO

Usted sabe que el tabaco masticable, aspirable y el rapé son malos para su salud, pero ¿qué hace cuando alguien le ofrece constantemente tabaco masticable?

Intente con alguna de estas:

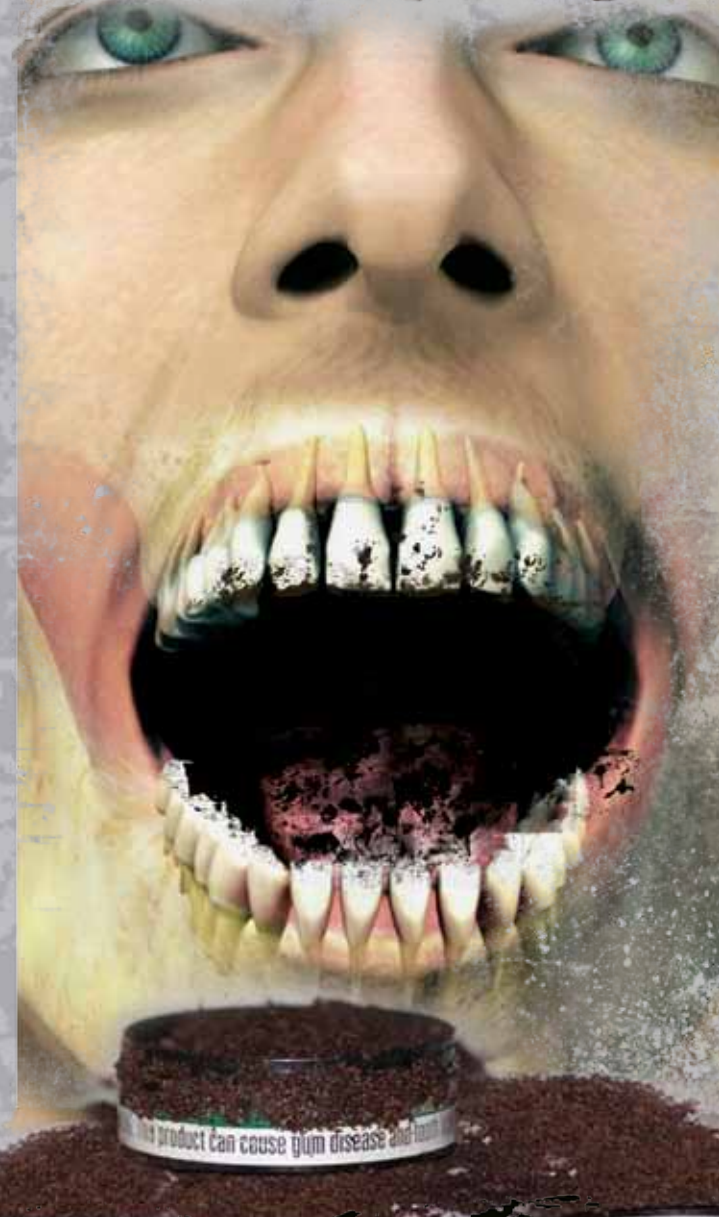
- "¿Me estás hablando en serio? Eso te provoca cáncer".
- "Estás bromeando ¿verdad? No quiero tener mal aliento todo el día".
- "Me asquea. No, gracias".

¿CREE QUE CONOCE EL TABACO SIN HUMO?

¡Pruebe su conocimiento! Responda las preguntas a continuación para probar cuánto sabe acerca de los riesgos del tabaco sin humo.

1. Los productos de tabaco sin humo no contienen nicotina.
A. Verdadero B. Falso
2. El tabaco sin humo contiene muchos de los mismos químicos que causan cáncer presentes en los cigarrillos.
A. Verdadero B. Falso
3. Usted no puede morir por consumir productos de tabaco sin humo.
A. Verdadero B. Falso
4. Dopamina es el químico adictivo incluido en el tabaco sin humo.
A. Verdadero B. Falso
5. Sus dientes se pueden caer si consume productos de tabaco sin humo.
A. Verdadero B. Falso

TABACO SIN HUMO



Answers: 1. Falso 2. Verdadero 3. Falso 4. Falso 5. Verdadero

STAY SAFE SERIES

© 2014 PRIMO PREVENTION, LLC • PO Box 371 • Reserve, LA 70084
985-359-7848 • www.primoprevention.com • PSS-DA-04S

UN HÁBITO DESAGRADABLE

NO ES UNA ALTERNATIVA

¿Cree que el tabaco sin humo es seguro? Vuélvalo a pensar.

El tabaco sin humo le causará mal aliento, dientes manchados y una vida de adicción y enfermedad. Las personas que consumen productos de tabaco sin humo, como tabaco masticable, aspirable y rapé, se ponen en riesgo de contraer muchas de las enfermedades que contraen las personas que fuman cigarrillos.

Muchos consumidores creen que los productos de tabaco sin humo son alternativas "seguras" para los cigarrillos. Eso es totalmente incorrecto: los productos de tabaco sin humo contienen la misma cantidad de químico que causan cáncer que los cigarrillos; incluyendo formaldehído, arsénico, níquel y nitrosaminas (TSNA, por sus siglas en inglés).

ELIJA SU VENENO: LOS TIPOS DE TABACO SIN HUMO

A diferencia de los cigarrillos y los cigarros, los productos de tabaco sin humo no necesitan encenderse ni ser inhalados. En cambio, los productos de tabaco sin humo se colocan directamente en la boca, aspirados o inhalados. Los productos de tabaco sin humo contienen un alto nivel de nicotina, ese es el químico que atrapa a los consumidores de tabaco.

Existen tres tipos de productos de tabaco sin humo: Tabaco masticable es la forma más común de tabaco masticable. Generalmente se vende en paquetes o latas y a veces es saborizado. Se coloca en el labio y los jugos se escupen. El rapé es tabaco seco, en hebras que se aspira o inhala. El rapé viene en un paquete y no requiere que el consumidor escupa los jugos.

ATRAPADO: NICOTINA, DOPAMINA Y SU CEREBRO

Cuando consume un producto de tabaco, la nicotina ingresa en el torrente sanguíneo e inmediatamente adhiere a los neurotransmisores de su cerebro. Estos transmisores son como caminos de información, que transmiten datos de sus cerebros a las otras partes de su cuerpo. La nicotina provoca que su cerebro elimine dopamina, un químico que controla sus sensaciones de alegría y excitación.

Los consumidores de tabaco se convierten en adictos a esta sensación. Continúan consumiendo tabaco para que su cerebro continúe produciendo dopamina. Tiene que consumir más y más tabaco para sentirse bien. Una vez que usted "necesita" la nicotina para sentirse normal, usted es un adicto.



HOLA, HALITOSIS

Efectos a corto plazo del tabaco sin humo

Los productos de tabaco tanto para masticar como para aspirar contienen más del doble de nicotina que los cigarrillos. Dado que el tabaco masticable y los caramelos de tabaco contienen niveles tan altos de nicotina, son el doble de adictivos que los cigarrillos. Muchos consumidores que consumen por primera vez quedan atrapados inmediatamente. Probablemente haya escuchado historias acerca de lo difícil que es dejar de fumar, ¿no? El tabaco sin humo es igual de difícil de dejar, quizás incluso más difícil.

En conclusión; el tabaco sin humo es un adictivo muy grave y es un hábito desagradable. Los productos de tabaco sin humo marchan sus dientes, tornándolos amarillentos. Esto no es todo. Cuando consume tabaco masticable, rape y para aspirar hace que su boca huela tan mal como se ve. La mayoría de los consumidores de tabaco sin humo padecen halitosis grave (ese es el nombre científico para decir "mal aliento").

¿Todavía cree que el tabaco sin humo es una buena alternativa para los cigarrillos? Usted puede cambiar de opinión cuando se mira en el espejo.

ESCUPIR SOBRE SU VIDA

Efectos a largo plazo del tabaco sin humo

¿Cree que el mal aliento y los dientes amarronados son alarmantes? Hay más. Los efectos a largo plazo del tabaco sin humo incluyen:

- Enfermedades de las encías y pérdida de dientes
- Un mayor riesgo de contraer diferentes tipos de cáncer, incluyendo cáncer oral, cáncer de garganta y cáncer de páncreas.
- Un mayor riesgo de contraer enfermedades cardíacas
- Un mayor riesgo de sufrir un accidente cerebrovascular

Los Centros para el Control de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) estiman que aproximadamente 30,000 americanos son diagnosticados cáncer de garganta y boca por año. Alrededor de 8,000 de esas personas mueren.

El tabaco sin humo puede matarlo. No es seguro. No crea en nadie que le diga eso.



UN ATLETA QUE MUERE JOVEN

Historia de Brett

Brett, de 18 años de edad, era una estrella en su escuela secundaria en Kansas. Ayudó a su equipo de baseball a ganar títulos de campeonatos back-to-back durante tres años seguidos. Estaba por graduarse y la oportunidad de obtener una beca total era clara. Todo lo que debía hacer era para obtener la beca era brillar en su último año. Ningún problema.



Desafortunadamente, Brett cometió un gran error durante el verano. Comenzó a fumar y tuvo problemas para equipararse con el resto del equipo cuando comenzaron a entrenar. Sabía que debía dejar de fumar, pero estaba tan malhumorado y mal cuando no fumaba un cigarrillo. Entonces su amigo Alan le presentó el tabaco masticable. El tabaco masticable lo haría sentir bien, explicó Alan, pero no dañaría sus pulmones.

Unos meses después, Brett estaba nuevamente en forma. La temporada había empezado y su desempeño era bueno. Sin embargo, el problema era que sentía un dolor de un lado de la boca, en el mismo lugar donde colocaba el tabaco masticable. Lo ignoró por un tiempo, pensando que era un dolor de muela o aftas, pero Brett podía sentir un crecimiento en su mejilla. Tenía tanto miedo de decir algo que lo ignoró.

No fue sino hasta que el tumor cancerígeno comenzó a sobresalir a través de la piel que comenzó a sentir pánico.

Los médicos de Brett trabajaron con él durante ocho largas semanas, exponiéndolo a altas dosis de radiación. Quitaron partes de su mejilla y encías para contener el cáncer. Afortunadamente los médicos pudieron salvarle la vida a Brett, pero su cuerpo se tornó débil y frágil. Estaba pálido y abatido y su familia estaba completamente en quiebra por haber pagado las grandes cuentas del hospital que no cubrió su seguro.

Las chances de que Brett se convirtiera en una estrella de baseball terminaron apenas comenzaban.