

CONTENIDO

Esfumatrón

El boletín esencial para estar al día

Terrazas, un incumplimiento masivo

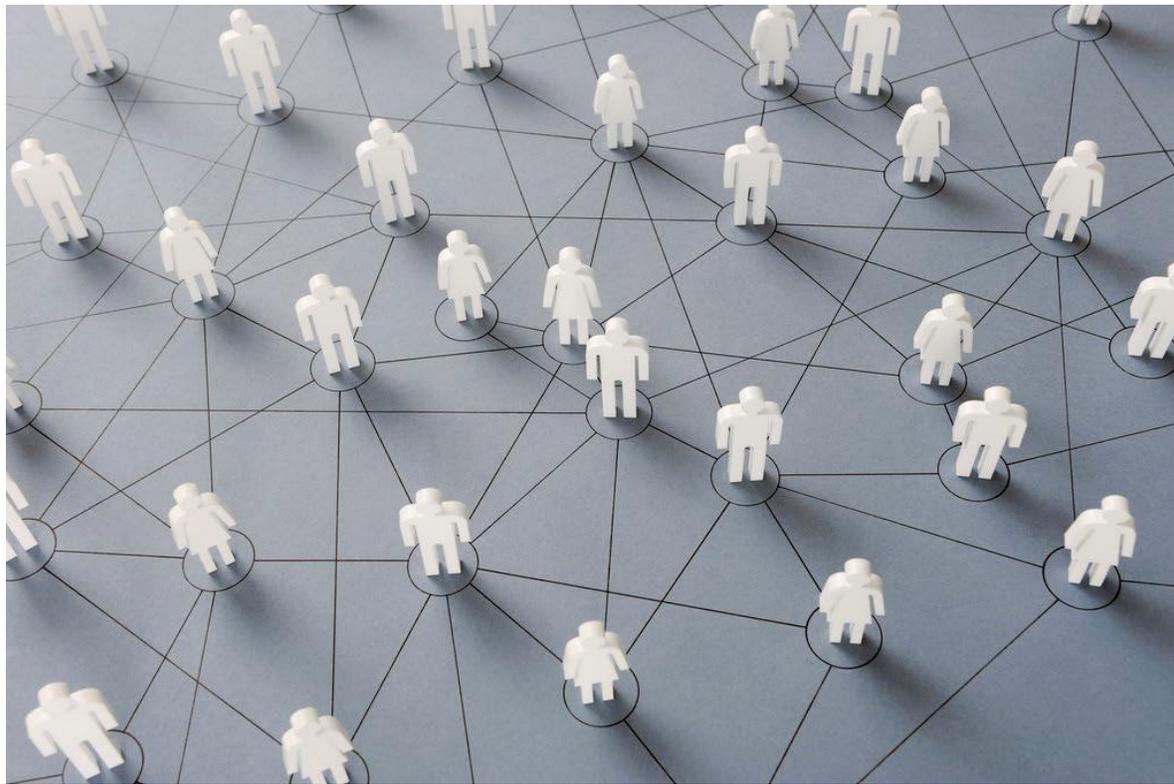
Una asignatura pendiente

Bélgica, adiós a los vapeadores

Un gran paso a delante

Día Mundial sin Tabaco 2025

Contribuye al día internacional



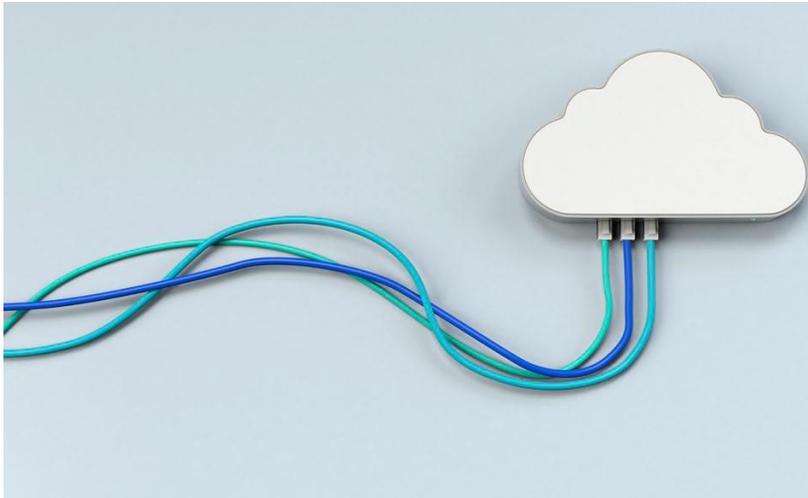
¡Aragón, hacia un futuro sin tabaco!

¡Un Aragón sin tabaco es posible si trabajamos juntos!

Imaginemos un Aragón donde la salud sea la protagonista, donde la juventud crezca sin la tentación del tabaco en ninguna de sus formas, donde la vitalidad y la energía se respiren en cada rincón. Un Aragón donde el tabaco sea solo un mal recuerdo del pasado. Sabemos que el camino no es fácil, pero cada paso que damos hacia un Aragón libre de tabaco es una victoria. Cada cigarrillo que no se enciende, cada persona que elige una vida sin nicotina, nos acerca a ese futuro que anhelamos.

Libres de humo, libres de adicción, libres de las garras del tabaco. Un Aragón donde la salud, el bienestar y la libertad sean los pilares de una sociedad más sana y consciente.

Isabel Nerín, Presidenta de SALT



La Sociedad Aragonesa Libre de Tabaco nace para acelerar este proceso y a través de nuestro boletín de noticias, **Esfumatrón**, iremos dando cuenta de ello.

No estamos solos en esta lucha. Contamos con la fuerza de la comunidad, con el apoyo de profesionales de la salud, con la determinación de quienes ya han logrado liberarse del tabaco. Pero Aragón necesita también el compromiso decidido de su Gobierno y Parlamento para convertir esta visión en realidad. Estas instituciones deben adoptar e implementar políticas públicas efectivas que nos liberen del tabaco, protejan a nuestra juventud y promuevan la salud en cada rincón de nuestra tierra.

Terrazas: incumplimiento masivo de la ley antitabaco

Un nuevo estudio publicado en Gaceta Sanitaria ha destapado un alarmante incumplimiento de la normativa antitabaco en las terrazas de hostelería de Barcelona. La investigación, realizada por expertos de la Agencia de Salud Pública de Barcelona y el Instituto Catalán de Oncología, observó que la ley se incumple en el 100% de las terrazas donde está prohibido fumar (terrazas cerradas con más de dos paredes laterales).

"Este dato pone de manifiesto la ineficacia de la normativa actual y la necesidad de una prohibición total del tabaco en las terrazas", afirma el Dr. Esteve Fernández, coautor del estudio y Secretario de Salud Pública del Departamento de Salud de la Generalitat de Cataluña.

El estudio, que se basó en observaciones de 30 minutos en cada terraza utilizando una ficha de registro estandarizada, reveló datos preocupantes. Se registraron variables como el número de personas fumando, la cantidad de cigarrillos consumidos,

la presencia de colillas, el nivel socioeconómico del barrio, el momento de la observación, la normativa de consumo del local, el número de sillas y el número de personas presentes.

Hacia un aire libre de humo

Este estudio se suma a la creciente evidencia que respalda la necesidad de proteger la salud de la población del humo de tabaco ajeno en espacios públicos al aire libre. "El Plan Integral de Prevención y Control del Tabaquismo 2024-2027 de España, aprobado en abril de 2024, aborda la necesidad de aumentar los espacios libres de humo para proteger el derecho a respirar", afirmó Pedro Gullón, Director de Salud Pública del Ministerio de Sanidad de España.

Lea el estudio completo:
<https://shorturl.at/6HGJp>

Bélgica prohíbe los vapeadores desechables

A partir de enero de 2025, Bélgica se ha convertido en el primer país de la UE en ilegalizar la venta de cigarrillos electrónicos desechables. Esta medida, impulsada por el aumento del consumo de vapeadores entre los jóvenes, busca frenar la normalización del hábito de fumar.

Según datos oficiales, el 12% de los jóvenes belgas ha probado los vapeadores en el último mes, una cifra que se ha duplicado desde 2018. El ministro de Salud, Frank Vandenbroucke, ha señalado que estos dispositivos están diseñados para atraer a nuevos consumidores, especialmente a los más jóvenes.

Alemania y Francia, ya están trabajando en la ilegalización de los vapeadores de un solo uso. ¿y España?



Cada cigarrillo cuesta 20 minutos de vida

Un nuevo estudio publicado en la revista *Addiction* revela que cada cigarrillo fumado reduce la esperanza de vida en aproximadamente 20 minutos, el doble de que se creía hasta ahora.

Los resultados indican que los hombres pierden 17 minutos de vida por cigarrillo, mientras que las mujeres pierden 22 minutos. Esto se debe a que, en promedio, las mujeres fumadoras tienden a experimentar mayores pérdidas en la esperanza de vida en comparación con los hombres, a pesar de fumar menos cigarrillos al día.

"Dejar de fumar a cualquier edad es beneficioso, pero cuanto antes los fumadores abandonen este hábito, más larga y saludable será su vida", concluyen los autores.

El estudio también detecta que los fumadores consumen ahora menos cigarrillos al día que antes, pero con más intensidad (inhalando más profundamente o dando más caladas). Esta reducción en la cantidad de cigarrillos no se traduce en beneficios para la salud, ya que la mayor intensidad con la que se fuma cada cigarrillo compensa la disminución en el número de cigarrillos consumidos.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/add.16757>

Día Mundial Sin Tabaco 2025

La OMS declara la guerra al atractivo del tabaco

La Organización Mundial de la Salud (OMS) anunció el lema para el Día Mundial Sin Tabaco 2025: "Desenmascaremos su atractivo: las tácticas de la industria con los productos de tabaco y nicotina al descubierto".

La campaña busca concienciar sobre las estrategias engañosas que utiliza la industria tabacalera para atraer a nuevos consumidores, especialmente jóvenes. "La industria del tabaco se vale de diseños elegantes, sabores atractivos y aditivos que enmascaran la aspereza del tabaco para hacerlo más atractivo", advierte la OMS. Además, denuncia el uso de estrategias de marketing digital dirigidas a los jóvenes y diseños que imitan dulces o personajes infantiles.

"Estas tácticas contribuyen a la iniciación temprana en el consumo de tabaco y nicotina, con el riesgo de adicción y graves consecuencias para la salud", alertó la organización. La OMS hace un llamado a la acción para desenmascarar estas prácticas y proteger a las futuras generaciones de los efectos nocivos del tabaco.

Lee más en

<https://www.who.int/es/news/item/11-11-2024-no-tobacco-day-2025--unmasking-the-appeal>



Otros Boletines y revistas

Hoy destacamos Tabaccologia, la revista oficial de la Sociedad Italiana de Tabacologia. Puede leerse gratis en <https://www.tabaccologiaonline.it/index>. Su director es Silvano Gallus del Departamento de Investigación de Medio Ambiente y Salud en el Instituto de Investigaciones Farmacológicas "Mario Negri" - IRCCS (Milán) y su Directora Científica es Maria Sofia Cattaruzza, Presidenta de la Sociedad Italiana de Tabacología (SITAB) y profesora del Departamento de Salud Pública y Enfermedades Infecciosas de La Sapienza, Universidad de Roma.

En nuestro sitio web

Visítanos en <https://sociedadaragonesalibredetabaco.org/> y lee los resúmenes en español de SALT sobre temas técnicos Y descubre nuestra opinión sobre los temas del momento.

Suscríbete gratuitamente al boletín de noticias de la Sociedad Aragonesa Libre de Tabaco

Ves a nuestro sitio web y entra tu correo electrónico. Recibirás puntualmente nuestro boletín de forma completamente gratuita y te puedes dar de baja cuando quieras.

<https://sociedadaragonesalibredetabaco.org/sociedad-aragonesa-libre-de-tabaco>

RESÚMENES SALT

Lee los resúmenes en español de SALT sobre temas técnicos

Ya disponible el resumen del Cirujano General de EEUU 2024: Eliminar enfermedades y muertes por tabaco

Entrega en 9 capítulos

MITOS DEL Pipa de agua

Ahora disponible en SALT

MITOS DEL Vapeo y la salud

DESCUBRE mitos sobre la pipa de agua y el vapeo

SALUD EN ESPAÑA

Suscríbete a las noticias de SALT

Email*

Selecciona una*

- Subscribirme
- Dar de baja

Enviar

Ilustración 1 <https://sociedadaragonesalibredetabaco.org/sociedad-aragonesa-libre-de-tabaco>