¿Qué pasa otra vez con el tabaco?

Por EDUARDO TIJERAS

«Llega la vejez. Nada tengo para pasarlo tranquilo: sólo la eterna pluma, el eterno tintero y mi inseparable cigarrillo. El alivio me lo procura el tabaco: cien cigarrillos diarios me dan fuerza para sostenerme en pie; el alimento, no.»—EMILIO SALGARI.

HUMO, DISTRACCION y MUERTE

¿QUE PASA otra vez con el tabaco? Pasa, sencillamente, que al igual que por ciclos se reproducen los terremotos, los ciclones y las guerras, se recrudece en los medios científicos y sanitarios la campaña contra el tabaco o el empeño pernicioso de quemarlo y tragarse el humo. Esta vez con caracteres terroríficos.

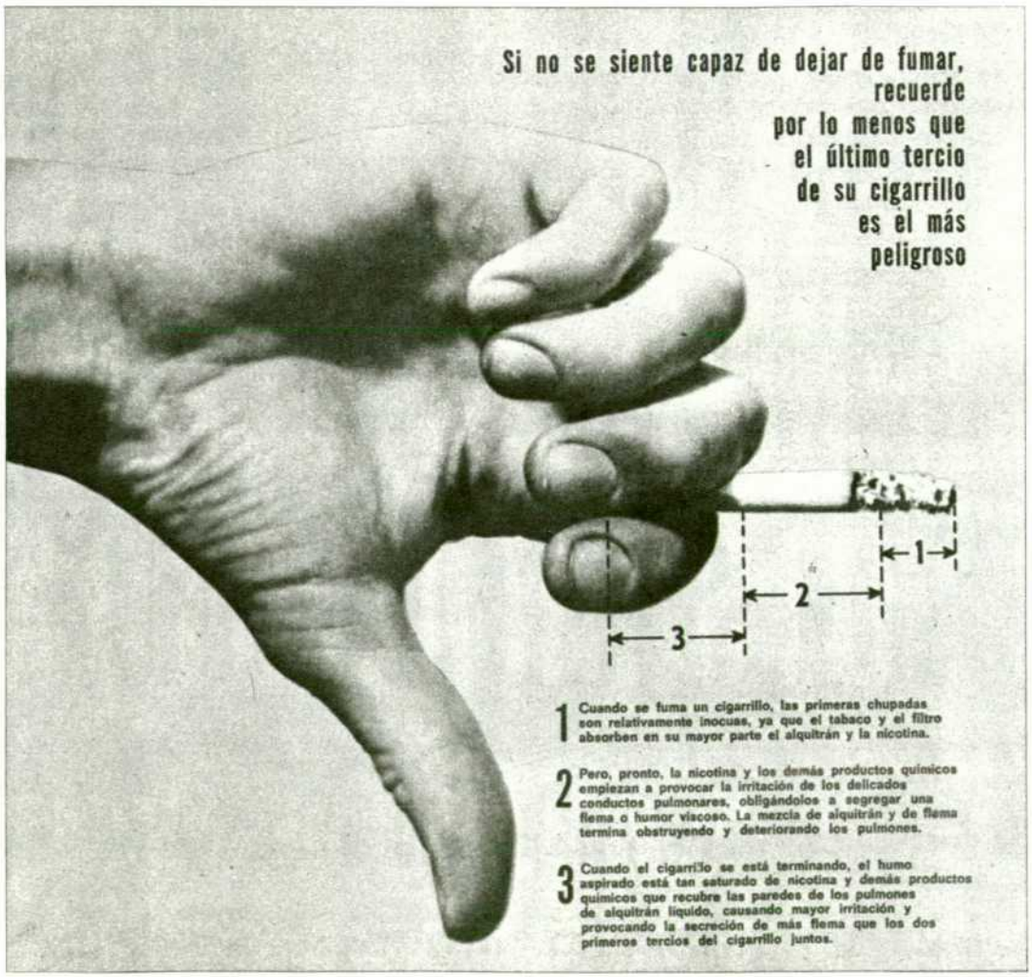
HUMO, DISTRACCION y MUERTE

LEER las estadísticas, los informes médicos y las aseveraciones en torno a los males que causa al organismo humano la costumbre de fumar pone literalmente la carne de gallina. En mayo del año pasado la revista «El Correo de la Unesco» dedicó uno de sus habituales números monográficos a las principales causas que podían provocar cáncer. En sitio bien visible consignó: «Mientras se preparaba este número, la documentación reunida con tal fin sobre las relaciones entre el cáncer y los cigarrillos le pareció a nuestra redacción parisiense tan contundente, a decir verdad, tan sobrecogedora, que seis redactores, incluidos el jefe y el subjefe de redacción, han cesado de fumar».

SUICIDIO LENTO

Al hábito de fumar se le ha empezado a llamar «suicidio tabáquico». En Norteamérica, por ejemplo, donde el poder de las finanzas publicitarias es muy elevado, se ha conseguido inscribir en las cajetillas una advertencia sobre los efectos nocivos, y otro tanto se espera hacer en Inglaterra. Posteriormente se ha suprimido la publicidad del tabaco en los canales de radio y televisión estadounidenses.

De todas partes llegan informes escalofriantes. Sin ir más lejos, en Francia mueren al año 24.000 personas de afecciones engendradas por el tabaco, menos de las muertes causadas por el que hasta ahora estaba considerado como el enemigo público número 1 de la salud: el alcohol. El Centro Antitabaco francés informa que en 100 personas muertas de cáncer de pulmón se encuentran 91 fumadores de cigarrillos, 3,5 de cigarros y 1,5 de pipa (erróneamente ha cundido la idea de que el fumador en pipa está más preservado, a juzgar por las estadísticas, mas para que el dato ofreciera absoluta garantía sería preciso que la estadística hubiese tenido en cuenta la menor proporción de fumadores en pipa). Sí, parece cierto que la pipa aporta a los conductos bronquiales y a los pulmones menos cantidad de nicotina.



De "El Correo", de la UNESCO.

VEINTE CIGARRILLOS DIARIOS: DOSIS EXCESIVA

Entre las principales enfermedades que progresan bajo la influencia del tabaco se cuentan, en primer lugar, el cáncer de pulmón, y seguidamente la bronquitis crónica, el enfisema, el cáncer de laringe, las úlceras de estómago y duodeno, el cáncer de vejiga, las enfermedades coronarias y, por último, la hipertensión.

Claro que existen gradaciones según la cantidad de tabaco que se fume. Más de veinte cigarrillos diarios es una dosis claramente perniciosa. Hemos abierto nuestra información con una cita del novelista Emilio Salgari, que fumaba al día cien cigarrillos, una evidente barbaridad, y ahí están los resultados: Emilio Salgari se suicidó (deudas, neurosis, soledad), y no cabe duda que el tabaco pudo haber sido un motivo desencadenante.

Según otros estudios, un ciudadano que fume diez pitillos al día acorta su existencia en dos años y medio, y si la ración es de veinte cigarrillos, suprime cinco o seis años de vida, que au-

mentan a diez cuando el impenitente fumador alcanza la cota extrema de los cuarenta cigarrillos diarios.

INFLUENCIA SOBRE EL CANCER DE PULMON

El doctor Oscar Auerbach, de Cincinati, ha manifestado que «si dejamos de fumar como nación, veremos el fin del cáncer de pulmón para siempre». El doctor Auerbach, investigador en el Hospital de Veteranos de East Orange (Nueva Jersey), dijo que el público aún necesitaba mayor información sobre el peligro que representa el tabaco. Para ilustrar este aserto mostró datos obtenidos en sus últimas investigaciones sobre el cáncer de pulmón, en las que sometió a un grupo de perros a la prueba de fumar cigarrillos durante largo periodo de tiempo. «Se puede observar en los gráficos —corroboró Auerbach— que al transcurrir los meses aumentaron las lesiones en el árbol bronquial y se produjo en algunos casos lo que conocemos por cáncer de pulmón.» Seguidamente mostró al auditorio grabados de tejido humano que presentaban unas condiciones semejantes a las del tejido de los perros. «Todas estas muestras corresponden a víctimas de cáncer de pulmón. Todas ellas eran fumadores», concluyó Auerbach.

EL TABACO NO CALMA LOS NERVIOS

La postura de los médicos, o el resultado de las investigaciones científicas, es la de cerrar todas las puertas y añagazas típicas de que pretenden valerse los fumadores empedernidos para justificar su costumbre. Así el tabaco no calma los nervios, como se cree habitualmente, antes al contrario, los exacerba. A estos efectos citemos las palabras del

HUMO, DISTRACCION y MUERTE

doctor Vallejo Nájera, profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad de Madrid: «Ciertamente, el fumador habituado siente un gran desasosiego si no fuma, y al «estar nervioso» su desazón aumenta, y ésa, la de «abstinencia», sólo se calma fumando; pero como en los estados de fuerte tensión emocional, el fumador consume cigarrillos automáticamente, en cadena, alcanzando dosis de verdadera intoxicación nicotínica, que por sí misma provoca «nerviosidad», se cierra un círculo vicioso: nerviosidad —fumar en exceso—, más nerviosidad —aumento del anhelo de fumar—; que sólo se corta en el sueño. En resumen: el tabaco no tiene un efecto sedante o de descarga del sistema nervioso».

Ahora existe un clima general en que el ciudadano, a través de los medios difusores y de su propia «consciencia de salud», ya sabe taxativamente la responsabilidad que contrae al persistir extremosamente en su extraño hábito. Si bien el índice de fumadores parece haber acusado un descenso en el mundo entero, la reducción está en una proporción ridícula respecto de los daños que causa, con lo cual ya entramos de lleno en todo el problema de las dependencias drogadictas, de las costumbres inveteradas y de las teorizaciones sobre la adaptación del individuo al medio, pero antes consignemos algunos breves datos históricos sobre la incorporación del viejo continente a la manía de quemar hojas de tabaco.

PREMIO A LA ABSTENCION

En Inglaterra, el director de una compañía fotográfica ha ofrecido una semana de vacaciones pagadas a cada uno de sus 50 empleados que dejen de fumar. «Cualquiera que tenga la suficiente fuerza de voluntad —dijo— bien merece las vacaciones y el dinero.» La idea fue favorablemente acogida por sus empleados. Añadió el director de la compañía: «Estoy seguro que las personas que no fuman disfrutan de una vida mucho más sana y feliz».

INDIOS Y MISIONEROS

La mayoría de los historiadores afirman que el tabaco es de origen americano —costumbre india muy arraigada—, y que fueron los hombres de Colón los primeros del Viejo Mundo que conocieron las propiedades humosas de esta planta. Un misionero le envió a Carlos V en 1518 semillas de tabaco. La importación comenzó a realizarse en 1559, a cargo de Hernández de Toledo, pero al principio las primeras hojas traídas a España sólo se emplearon como motivo ornamental. Pronto algunos individuos empezaron a aspirar el polvillo que resultaba de las hojas secas trituradas y también a quemarlas. La costumbre se extendió rápidamente y en 1670 se fundó la primera fábrica en Sevilla. Hoy la industria del tabaco es una de las más poderosas del mundo y, como se sabe, ha invadido el sector femenino, tradicionalmente abstencionista (1).

LA INESTABILIDAD PSIQUICA

Ya no se concibe —pero habrá que concebirlo, al paso que vamos— una reunión social, un trabajo intenso, unos momentos de nerviosismo y soledad, sin la quema del cigarrillo, sin ese gesto

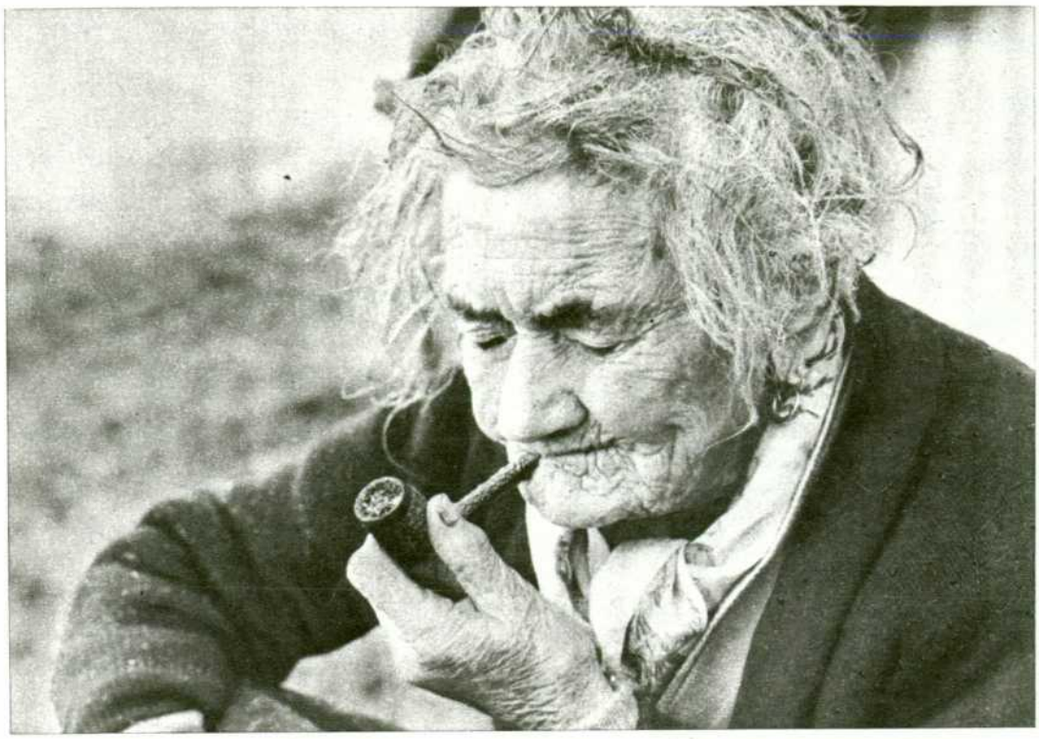
En la U. R. S. S., carteles impresionantes recuerdan los peligros del tabaco.

(1) Lo que ocurre con las mujeres es que adquieren respecto del tabaco mayor dependencia que el hombre. Una comisión gubernamental estadounidense que funciona desde hace varios años ha llegado a la conclusión de que a las mujeres les cuesta más dejar de fumar que a los hombres, por razones psicológicas y sociales, por los condicionamientos a que tradicionalmente ha estado sometida, es decir, que el deseo de liberación e independencia se proyecta en cierto modo sobre el tabaco.

maquinal y verdaderamente absurdo (de absurdos se compone la vida) que sirve de nexo, de pretexto, de tic gesticulador, de autoengaño para enmascarar un poco la ansiedad, el vacío, la impaciencia, la inestabilidad psíquica de la gente, exactamente igual que el alcohol, la gula y otros muchos hábitos secretos y monomanías que se van apoderando del ser humano en su avance implacable hacia la vejez y la muerte. Hay una frase, atribuida a Muñoz Grandes, que denota el importante núcleo de voluntariedad que se mueve en torno al tabaco. Dijo: «El que es capaz de quitarse de fumar es capaz de todo». Pero a veces la férrea voluntad no sirve, sobre todo cuando la costumbre del tabaco se ha integrado a la química del organismo, creando dependencia. El fumador empedernido que acomete con éxito el empeño de abandonar el hábito y consigue batir un récord respetable —seis meses, un año—, siempre vive con la sensación de haber dejado de fumar «ayer mismo».

DEJE DE FUMAR O ATIENDA RECOMENDACIONES

En la acción de fumar no se ha establecido todavía claramente si el peligro mayor consiste en la nicotina, en la combustión del papel o en el resto de las sustancias (ácido prúsico, óxido de carbono, alquitrán) con capacidad para irritar las mucosas y cubrir el interior de los pulmones con flemas y humores viscosos. Por eso el mejor consejo es: «Deje de fumar». Sin embargo, ante lo arraigado del vicio y la esterilidad de la lucha, muchas organizaciones de campañas antitabáquicas han adoptado posturas intermedias y difundido recomendaciones para que el tabaco cause el menor daño posible, entre las que es válido y fundamental citar el siguiente



HUMO, DISTRACCION y MUERTE

«slogan»: «Si no se siente capaz de dejar de fumar, recuerde por lo menos que el último tercio de su cigarrillo es el más peligroso» (ya se sabe que en este último tercio se reconcentran potencialmente todas las sustancias nocivas que la saturación del filtro deja pasar). También se recomienda el empleo de tabaco negro, seco y viejo, y evitar fumar en ayunas, al acostarse, antes de las comidas, durante actividades violentas o deportivas, ni aprovechar sin descontaminar el tabaco residual de las colillas, a causa de su gran riqueza en nicotina.

MORIRSE UN POCO MAS USADOS

Claro que la campaña contra el tabaco también origina reacciones, si no humorísticas, ingeniosas y valientes, como el artículo «Arte de desoír buenos consejos», debido a Manuel Alcántara, que se pronuncia en desacuerdo con la manía de aconsejar y aboga por la lógica humana del desgaste lento: «Hay que morirse usados, gastados, desgastados. Y, a ser posible, por igual. Es una solemne tontería dejarse casi todo el organismo intacto y emprender el misterioso viaje por un insignificante fallo».

LOS EXTREMOS MATAN

De una forma u otra, la contracción por el hombre de hábitos perjudiciales —el tabaco, el alcohol, otras innumerables drogas y manías— responde a una fatalidad histérica y biológica (¿dónde quedan las guerras, la contaminación atmosférica y del planeta entero, los crímenes, la locura, el hambre?), que empieza a formar parte de su naturaleza y de su constitución. Para lo que de verdad no estamos hechos es para vivir en los extremos. Nos puede matar el frío, pero también nos puede matar el calor. Todos los extremos, en una dirección u otra, matan. ¿Qué resta? El término medio, la moderación, lo que los griegos antiguos llamaron eutrapelia. Y con respecto al tabaco, el mejor «slogan» que podemos acuñar es el siguiente: «Si no puede o no quiere dejar de fumar, por favor, disminuya la dosis. Piense que más de seis o siete cigarrillos al día ya no le causan placer ni los necesita realmente».—Eduardo TIJERAS.

Pruebe el Austin en:

AVILA.-Hijos de Víctor Alcón • LA CORUÑA.-El Pote, S. A. • EL FERROL DEL CAUDILLO.- Garage Castelos • SANTIAGO DE COMPOSTELA.-Talleres Castro, S. R. C. • LEON. - Automóviles Servando González Villar, S. L. • LUGO.-Garage Americano • ORENSE.-Comercial Almocar, S. L. • OVIEDO.-Asta, S. A. • PONTEVEDRA.-Saturnino Varela Pasarín • SALAMANCA.-Balmasa • VALLADOLID.-Comercial Quindos • VIGO.-Auto Vadi, S. L. • ZAMORA.-Javier Prieto Cacho • BILBAO.-Rotarduy, S. A. • BILBAO. - Mintegui Industrias del Camión, S. A. • BURGOS.-Garage Turismo • LOGROÑO.-Tavesa • PALENCIA.-Manuel Sieiras Iglesias • PAMPLONA.-Iruña • SAN SEBASTIAN. - Blas Repollés • SANTANDER.-Ignacio Palacios, S. A. • SEGOVIA.-J. Horcajo, S. A. • SORIA.-Talleres Madurga • VITORIA.-Garage Moderno, S. A. • CUENCA.-Maquinaria Agrícola Rodas • GUADALAJARA.-Talleres Blanco • MADRID.-Autolandia, S.A. - Ledasa - Fiasa - Trema Osnur, S. A. • PLASENCIA.-Bur-Mor • OLIAS DEL REY.-Corimsa • BARCELONA.-Fiol Roca, S. A. - Romagosa y Cía, S. A. - Motorsol, S. A. • BADALONA.-Covesa • LERIDA.-Besora, S. A. • MANRESA.-Autobages • MATARO.-Estación de Servicio Mataró • FIGUERAS.-Garage Central • GERONA.-Garages Blanch • HUESCA.-Autoloto, S. L. • REUS. - Reddis Automóviles • SABADELL.-Sepauto, S.A. • TARRASA.-Sepauto, S.A. • VICH. - Autopark Vich, S. A. • ZARAGOZA.-Autoloto, S. L. • ALBACETE. - Aincesa • ALICANTE.-Talleres Levante, S.R.C. • ALMERIA.-T. Alsina Graells Sur, S. A. • PALMA DE MALLORCA. - Motor Balear • CASTELLON.-Reddis Automóviles • MURCIA. - Dimo • ALCAÑIZ (TERUEL). - Talleres Aguiló • TERUEL.-Jesús Zuriaga Coll • VALENCIA.-Altysa - Nirvana • GANDIA.-Juan Pastor Gil • JATIVA.-Avi, S. L. • ALCIRA.-Pemart • ALGECIRAS.-Talleres Mecánicos J. B. • BADAJOZ.-Corchero y Cía, S. A. • CIUDAD REAL.-Hijos de Dionisio Grande • CORDOBA.-Contarini, S. A. • GRANADA.-T. Mecánicos Iberia, S.L. • HUELVA.-Auto City, S. L. • JAEN.-Clemente Castillo • MALAGA.-Taillefer, S.A. • MELILLA.-Juan Lucas • PUERTO DE SANTA MARIA.-Gomanos, S.L. • CEUTA.-R. Benet • SEVILLA.-Javier Molina, S. A. - Recabén, S. A.

AUSTIN

de British Leyland Authi