

Indice



Prefacio	vii
Autora y asesores editoriales	ix
Autora	ix
Asesores editoriales	ix
Nota de reconocimiento	x
Capítulo 1 La mujer y el tabaco: lo que está en juego	1
Capítulo 2 La mujer y el uso de tabaco: situación y tendencias	3
Panorama mundial	6
Uso de tabaco	6
Morbilidad y mortalidad relacionadas con el tabaco	7
Prevalencia mundial del consumo de tabaco por la mujer	9
Países desarrollados	9
Situación presente	9
Los jóvenes y el tabaquismo	16
Grupos expuestos a alto riesgo	19
Países en desarrollo	21
Evolución del uso de tabaco en la mujer	21
Características regionales	23
Vigilancia de la epidemia	29
Capítulo 3 Tabaco o salud	31
Componentes del tabaco	31
Componentes del humo de tabaco	31
Componentes del tabaco sin humo	32
Dependencia de la nicotina	32



Mortalidad y morbilidad	34
Enfermedades cardiovasculares	37
Coronariopatía	38
Enfermedad cerebrovascular	38
Aterosclerosis	39
Aneurisma aórtico	39
Hipertensión	39
Cáncer	39
Cáncer de pulmón	40
Otros tipos de cáncer	43
Enfermedades broncopulmonares	46
Higiene de la reproducción	48
Otros efectos en el bienestar	50
Tabaquismo e higiene del trabajo	50
Tabaquismo pasivo	51
Consecuencias para la salud de la mujer	52
Consecuencias para la salud del niño	53
Consecuencias económicas	54
Análisis complementario de los efectos de la epidemia de tabaquismo	55
Capítulo 4 Por qué las mujeres empiezan a fumar y siguen haciéndolo	57
Edad a que empiezan a fumar las jóvenes	58
Por qué empiezan a fumar las jóvenes	58
Factores socioculturales	59
Factores personales	61
Factores ambientales	63
¿Por qué siguen fumando los fumadores?	68
Factores fisiológicos	68
Factores psicosociales	69
Entorno social	70
¿Qué mujeres fuman?	70
Las mujeres tomadas como modelo	72
Estudio de la epidemia de tabaquismo	73
Capítulo 5 Prevención y cesación del uso de tabaco	75
Prevención	76
Información y educación sanitaria	76

Promoción de una imagen de mujer que no fuma	79
Restricción de la disponibilidad de tabaco	80
Cesación	82
Beneficios de la cesación	83
Técnicas de cesación	84
Alivio de la presión social	87
Función del personal profesional de salud	88
Detención de la epidemia	90
Capítulo 6 Las mujeres contra el tabaco: una estrategia de acción individual, comunitaria, nacional e internacional	91
Una estrategia mundial	91
Designación de planificadores y fortalecimiento de sus medios	93
Mejora de los conocimientos	96
Provisión de los medios necesarios	99
Referencias	101
Lecturas recomendadas	105
Anexo 1 Encuesta sobre el uso de tabaco	113
Perfil de país, resumido	113
Guía para cumplimentar el perfil del país	120

