

Durante los últimos 20 años, más de diez estudios poblacionales han analizado el efecto del tabaco sobre la salud de la piel. En todos los estudios, las conclusiones son claras, el tabaco está directamente relacionado con varios efectos nocivos no solo al nivel respiratorio y cardiovascular que todos conocemos, sino que desde el punto de vista dermatológico no afecta de varias maneras.

La diversidad de componentes químicos que se encuentran en el tabaco (más de 4000 tóxicos químicos, de los cuales 300 son sustancias con gran potencial cancerígeno conocido), hacen que la cantidad de problemas de salud relacionados con el tabaco sea muy amplia.

Se ha demostrado que el tabaco reduce la capacidad de cicatrización de los pacientes post-quirúrgicos, sobre todo en aquéllos sometidos a cirugías con colgajos complejos, en los que la posibilidad de éxito se reduce drásticamente.

En pacientes con úlceras crónicas, sobre todo en los miembros inferiores, el tabaquismo se asocia a una evolución tórpida y ausencia de cicatrización de las mismas, con todos los problemas (infección, edema, tromboflebitis, inmovilidad,...) que ello supone.

El cáncer de piel tipo no melanoma, específicamente el carcinoma epidermoide es el doble de frecuente en pacientes fumadores que no fumadores, y dentro de éstos el riesgo es mayor cuanto mayor sea el número de cigarrillos que consumen.

Por supuesto, no solamente está aumentado el riesgo de cáncer de piel, sino también el riesgo de cáncer de mucosa oral: lengua, labio, paladar, con un riesgo de metástasis aún mayor.

Muchas otras enfermedades dermatológicas se pueden ver empeoradas o desencadenadas por el tabaco, entre otros factores: psoriasis, hidradenitis

supurativa, pérdida de pelo o alopecia, múltiples alteraciones en mucosa oral (pigmentación, engrosamiento mucoso, gingivitis,...), eczema crónico de manos, etc.

Otros efectos del tabaco que también pueden afectar a la percepción de la salud cutánea son el envejecimiento prematuro de la piel y la aparición de mayor densidad de arrugas en personas fumadoras.

Todo ello se debe entre otros a la alteración que causa el fumar en el flujo sanguíneo arterial en la piel. Este efecto dificulta la llegada de oxígeno y nutrientes al tejido conjuntivo cutáneo, nuestro propio colágeno y las células a nivel profundo y superficial, produciendo daños secundarios irreparables. Además, la nicotina causa directamente efectos en las células de la piel, disminuyendo su actividad, capacidad de migración, proliferación y remodelación. Por otro lado, la respuesta inmunológica de la piel, esto es, nuestras defensas frente agresiones externas es muy inferior en pacientes fumadores, favoreciendo las infecciones. Todo ello influye directamente en la aparición de arrugas, alteraciones de la cicatrización post-quirúrgica, empeoramiento de úlceras de miembros inferiores,...

Todos estos son motivos suficientes para animar a los que no son fumadores a que nunca lo sean y para los que ya tienen este hábito a que lo dejen cuanto antes, si no quieren parecer, entre otras cosas peores, más viejos y arrugados.

Dra. Marina Rodríguez Martín