

EL IMPACTO DEL TABAQUISMO EN LAS BAJAS LABORALES

El consumo de tabaco está asociado con una variedad de enfermedades, pero también afecta significativamente la productividad laboral

El tabaquismo es una de las principales causas evitables de muerte y enfermedad en todo el mundo. A pesar de los numerosos esfuerzos para reducir su prevalencia, sigue siendo un problema de salud pública de gran magnitud, afectando gravemente la salud física y económica de las personas, las empresas y los sistemas sanitarios.

Está contrastado científicamente que **el consumo de tabaco está asociado con una variedad de enfermedades cardiovasculares, respiratorias y cáncer**. Así, el tabaquismo es un factor de riesgo importante para las enfermedades cardiovasculares. Fumar daña las arterias, eleva la presión arterial y aumenta el riesgo de formación de coágulos sanguíneos, lo que puede derivar en condiciones graves como infartos de miocardio y accidentes cerebrovasculares. Los fumadores también tienen un riesgo significativamente mayor de desarrollar enfermedades respiratorias como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), la bronquitis crónica, el enfisema o el cáncer de pulmón.

Además del cáncer de pulmón, el tabaquismo está relacionado con varios tipos de cáncer, como el de boca, laringe, esófago, páncreas, vejiga y riñón. Los carcinógenos presentes en el humo del tabaco dañan el ADN y provocan mutaciones que pueden conducir al desarrollo de tumores malignos.

Pero este hábito **también afecta significativamente la productividad labo-**



Marcin Nowak, director general de Adamed Laboratorios. @LivePicsPhoto.com

ral, ya que los trabajadores fumadores son más propensos a ausentarse del trabajo por enfermedades relacionadas con el tabaco.

Según recoge el estudio **“Costes derivados del uso de servicios sanitarios y bajas laborales en pacientes fumadores: estudio en una comunidad urbana”** publicado por el Área de Tabaquismo de la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR), según el cual, los fumadores tienen una media de 11 días de baja laboral anuales frente a los 7 días de los no fumadores, es decir, que los **trabajadores fumadores presentan una media anual de 4 días más de baja laboral respecto a los no fumadores**.

Este estudio también ha revelado que **un trabajador fumador supone un coste adicional de 819,60 euros respecto a un trabajador no fumador**. A este impacto económico hay que sumar la pérdida de productividad por las ausencias de los fumadores durante la jornada laboral para fumar.

BENEFICIOS DE DEJAR EL TABACO

Tal y como indica la **Organización Mundial de la Salud (OMS)**, **dejar de fumar tiene efectos casi inmediatos sobre la salud y el bienestar**. Apenas 20 minutos después de dejar de fumar, la presión arterial y la frecuencia cardíaca empiezan a normalizarse. A las 12 horas, los niveles de monóxido de carbono en sangre se reducen significativamente. A los pocos meses, los exfumadores experimentan mejoras notables en la función pulmonar y cardiovascular, mejora la circulación sanguínea y aumenta la función pulmonar y disminuye la tos y la dificultad para respirar. A largo plazo, el riesgo de desarrollar cánceres y enfermedades cardiovasculares disminuye drásticamente, incluso si una persona ha fumado durante muchos años.

En el ámbito laboral, **los beneficios de dejar de fumar se traducen en un menor ausentismo por enfermedad, mayor productividad y una mejora general en el estado de ánimo y la energía**. Las empresas que apoyan la cesación tabáquica no solo mejoran la salud de sus empleados, sino que también optimizan el rendimiento laboral y reducen los costes derivados de la incapacidad temporal.

LUCHA CONTRA EL TABAQUISMO DESDE TODOS LOS FRENTE

Empresas y organismos han comenzado a implementar políticas de apoyo a la cesación tabáquica, entendiendo la importancia de reducir estos costes. Concretamente, en España, varias empresas han implementado programas y políticas para promover la cesación tabáquica entre sus plantillas.

Un ejemplo es **Endesa**, que ha llevado a cabo iniciativas de concienciación y cesación tabáquica para motivar a sus empleados a dejar de fumar. **Telefóni-**

ca ha incluido en su estrategia de salud corporativa acciones específicas como el apoyo personalizado para dejar de fumar y la implementación de un ambiente libre de humo. **Iberdrola** ha ofrecido sus servicios médicos para prestar apoyo a aquellos empleados que manifiesten su voluntad de dejar de fumar, explicándoles los distintos medios y alternativas existentes para ello y prestándoles tutela y apoyo psicológico.

Pero no es suficiente sólo con las iniciativas de empresas privadas. También es importante el apoyo de instituciones, sociedades médicas y empresas del sector salud. Recientemente, la compañía farmacéutica Adamed Laboratorios ha desempeñado un papel fundamental en el desarrollo del “Consenso de Expertos sobre la Organización de la Asistencia al Tabaquismo en España”, como parte de su misión de mejorar la calidad de vida de las personas. Este importante documento, fruto del consenso entre tres destacadas sociedades médicas -SEMERGEN, la Sociedad Española de Neumología y Cirugía Torácica (SEPAR), y la Sociedad Española de Farmacia Familiar y Comunitaria (SEFAC)- ofrece una hoja de ruta para mejorar y unificar la atención sanitaria en la lucha contra el tabaquismo.

“En Adamed Laboratorios, estamos comprometidos con la mejora de la salud y el bienestar de las personas, y una de nuestras prioridades es ayudar a aquellos que desean dejar el tabaco”, afirma Marcin Nowak, director general de Adamed Laboratorios. “Sabemos que el proceso de cesación tabáquica es complejo y requiere un enfoque integral, por lo que no solo ofrecemos soluciones farmacológicas de alta calidad, sino que también apoyamos campañas de concienciación y educación. Nuestro objetivo es proporcionar a los fumadores las herramientas necesarias para liberarse de la adicción a la nicotina y mejorar su calidad de vida, así como reducir el impacto sanitario y económico del tabaquismo en la sociedad”.

Adamed Laboratorios ha ayudado a implementar campañas de deshabitación en Externalia Outsourcing, habiéndose interesado e iniciado conversaciones con nosotros otras empresas como Inditex.

El enfoque integral de la compañía farmacéutica no solo incluye la distribución de medicamentos, sino también proporcionar a los profesionales de la salud las herramientas necesarias para apoyar a los pacientes en este proceso, con apoyo psicológico y herramientas que facilitan la cesación definitiva del hábito tabáquico.

