

## **El tabaco y la enfermedad del corazón**

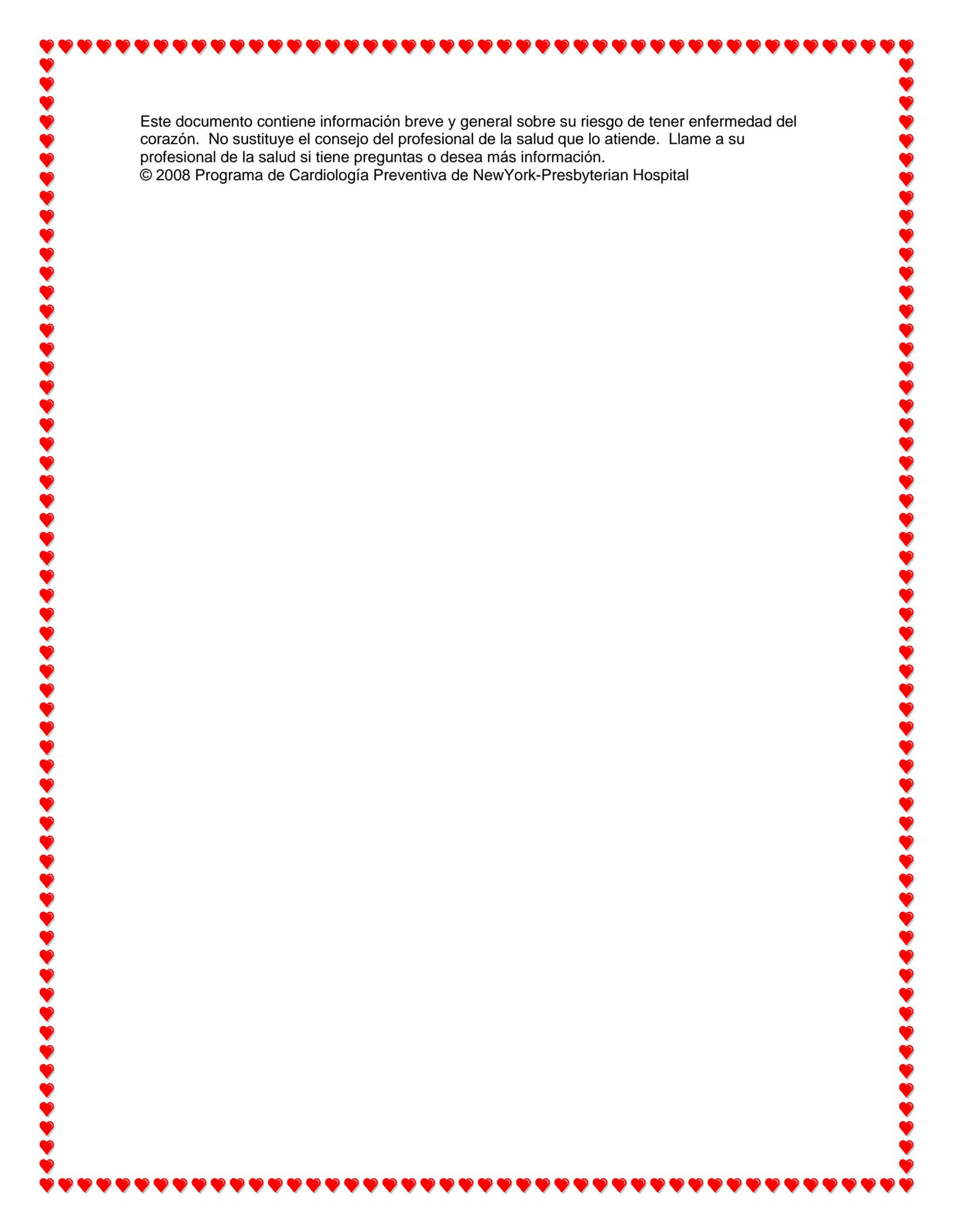
### **¿Cómo se relaciona el tabaco con la enfermedad del corazón?**

El uso de tabaco es una de las cosas más peligrosas que puede hacerle a su cuerpo. La nicotina tiene muchos efectos negativos y puede aumentar su riesgo de aparición de la enfermedad del corazón. Al fumar, aumentan las posibilidades de un suceso vascular, como ataque cardíaco o ataque cerebral.

- Fumar cigarrillos es la principal causa evitable de enfermedad del corazón, además de aumentar sus probabilidades de padecer cáncer.
- Si fuma o está expuesto al humo de otros fumadores en su casa o en el trabajo, aumentará su riesgo de enfermedad del corazón porque:
  - 1. Al fumar, aumenta el colesterol malo y baja el colesterol bueno.**
  - 2. Disminuye la elasticidad de sus arterias y las estrecha.**
  - 3. La nicotina aumenta la tendencia de la sangre de coagularse adentro de los vasos sanguíneos y de obstruir el flujo.**
  - 4. La nicotina aumenta el ritmo cardíaco y la presión arterial.**
  - 5. Al fumar, su corazón se ve forzado a trabajar más intensamente.**

### **¿Cómo puede dejar de fumar?**

- Si es fumador, solicite asistencia a su profesional de la salud para ver cuáles son las mejores maneras de dejar de fumar.
- Es posible que haya medicamentos u opciones de tratamiento a su disposición. La combinación de un programa conductual y medicamentos suele ser la más efectiva.



Este documento contiene información breve y general sobre su riesgo de tener enfermedad del corazón. No sustituye el consejo del profesional de la salud que lo atiende. Llame a su profesional de la salud si tiene preguntas o desea más información.  
© 2008 Programa de Cardiología Preventiva de NewYork-Presbyterian Hospital