

El tabaco representa una de las adicciones más comunes entre las personas, hay quienes deciden dejarlo gracias a mucha fuerza de voluntad y quienes deciden continuar con este vicio que a la larga puede dar lugar al desarrollo de **enfermedades** serias para el **organismo**. Para estimar su incidencia en el organismo se ha creado lo que se denomina como **índice tabáquico**, y no es mas que una fórmula que refleja el nivel de consumo de tabáco.

¿Qué es el conocido índice tabáquico?

1

Respuesta

El índice tabáquico es un proceso que permite saber cuánto consumo de tabaco ha tenido una persona, sus siglas son IPA o UPA; esto es **un método usado en su mayoría por los médicos para la prevención de enfermedades**, como cáncer de pulmón en las personas que tienen el vicio regular de fumar.

Sin embargo, este proceso solo se realiza en personas **que sean fumadores activos y que lo realicen de manera constante** y no en aquellos que fumen de forma ocasional.



Fuente | Pixabay - Índice tabaquico

Aquellos que hacen el **método IPA son quienes ya presentan condiciones** como tos constante, cansancio extremo al realizar actividades físicas no tan demandantes y que al respirar tengan un ruido como un silbido agudo; si las personas no poseen ninguno de estos síntomas no es necesario que se lo hagan.

Al poder calcular cuánto índice de tabaco tiene alguien en su sistema convierte a este método en algo realmente útil e importante ya que se consigue averiguar **qué tan avanzado ha sido el efecto en la salud de la persona.**

Se mide usando una tabla especial que determina la gravedad de condiciones como enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) así como el cáncer pulmonar, a modo de resumen podemos decir que **si el índice tabáquico resultante tras aplicar la fórmula de cálculo es inferior a 10** significa que el paciente tiene un riesgo mínimo de estar

padeciendo EPOC.

Si por el contrario se obtiene un resultado superior a 10 podemos afirmar que el riesgo de comenzar a padecer enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es considerablemente mayor.

¿Cuál es la fórmula del índice tabáquico?

1

Respuesta

Ahora que sabemos que es el índice tabáquico vamos a averiguar cómo calcular la fórmula matemática que nos revela dicho valor. **El índice tabáquico** se obtiene de la siguiente fórmula:

$$\text{Índice tabáquico} = (n * a) / 20$$

Debemos tener en cuenta que la **variable n** representa el «**número de cigarrillos de media que el usuario fuma de forma diaria**» así como que la **variable a** representa el «**número de años que la persona lleva fumando**».

Ejemplo: Calcula el índice tabáquico de una persona que fuma de media 15 cigarrillos al día durante los últimos 12 años

En este ejemplo el índice tabáquico se calcularía del siguiente modo:

$$\text{Resultado} = (15 * 12) / 20$$

Obtenemos por tanto que su índice tabáquico es 9, siendo ligeramente inferior a 10, por tanto su posibilidad de tener alguna enfermedad relativa a fumar es baja.

¿Existen factores que puedan influir en el resultado de dicha fórmula?

1

Respuesta

La respuesta es sí, esto ocurre en el caso en los que la persona que fuma dejó de hacerlo durante un período de tiempo de forma total o parcial. También influye en el resultado cuando se ha aumentado o reducido la cantidad de cigarrillos diarios que se ha fumado.

En este caso la fórmula para calcular el índice tabáquico es la misma, pero **hay que aplicar la fórmula de una forma diferente**. Para conocer el resultado correcto debemos aplicar dicha fórmula por periodos donde el consumo haya sido homogéneo para finalmente sumar el resultado de dichos periodos.

Ejemplo: Calcular el índice tabáquico de una persona que durante 10 años fumó 12 cigarrillos al día de media. Después estuvo sin fumar durante un par de años pero volvió a fumar, a tirro medio de 15 cigarrillos diarios durante 7 años.

Como vemos en este ejemplo, la persona ha fumado durante 2 periodos de tiempo. Por tanto deberemos de aplicar la fórmula del índice tabáquico dos veces, y sumar los resultados para obtener el resultado.

Primer resultado = $(10 * 12) / 20$

Segundo resultado = $(15 * 7) / 20$

Esta persona tiene un resultado de 6 en su primera etapa como fumador, y un resultado de 5.25 en su segunda etapa de fumador. En base a dicho resultado **(11.25)** podemos afirmar que este usuario al tener un índice medio superior a 10 tiene ya ciertas posibilidades de padecer algún tipo de enfermedad relativa al uso del tabáco.

Pese a que una persona puede hacer dichos cálculos por sí mismo para tener una estimación aproximada lo ideal es que se realicen bajo la mano de un profesional para conocer de forma

exacta el resultado.

Ya con los resultados en mano, el especialista **podrá dictaminar cuál será el proceso que deberá seguir el paciente** para lograr una mejoría en el estado de salud, evitando así que los daños continúen esparciéndose en los órganos afectados.

La doctrina común desde hace décadas de los médicos es que si existe riesgo de padecer enfermedades pulmonares la persona deberá dejar este hábito por completo para comenzar a realizar ejercicio físico, mejorar la dieta así como hacer actividades que mejoren el sistema y fortalezcan los pulmones .