

La mayoría de la gente piensa que el cigarrillo es un puñado de hojas de tabaco enrolladas en un papel. Esto NO es así. Actualmente se estima que el **50%** del cigarrillo está compuesto por hojas de tabaco, el **30%** por tabaco reconstituido y el **20%** por tabaco expandido con dióxido de carbono.

Las hojas de tabaco contienen NICOTINA que es la sustancia del cigarrillo que genera adicción. La nicotina se absorbe rápidamente y llega al cerebro en unos 10 segundos. Algunos estudios muestran que la nicotina que consume un fumador promedio, tanto de cigarrillos comunes como de cigarrillos light, aumentó en un 10% en los últimos seis años haciendo que sea más difícil dejar de fumar y más fácil hacerse adicto.

El tabaco reconstituido está formado por una mezcla de tallos molidos, polvillo de tabaco y tabaco recuperado a la que se le agregan aditivos. Los aditivos son fundamentales en la elaboración de un cigarrillo y tienen dos funciones:

1.

manipular el contenido de nicotina (por ejemplo agregando amoníaco, sustancia que aumenta la liberación de la nicotina) y

2.

suavizar la aspereza del tabaco (por ejemplo agregando azúcar, chocolate, miel, regaliz, mentol, etc.).

La lista completa de aditivos no se encuentra disponible. Se estima que son más de 600. Al fumar un cigarrillo, se genera un proceso de combustión incompleta con temperaturas que llegan a los 1000 °C, y que transforman los componentes originales de la planta. Se estima que el humo de tabaco contiene unos 7.000 componentes, de los cuales casi 70 son sustancias que producen cáncer (por ejemplo: arsénico, benceno, berilio (un metal tóxico), 1,3-butadieno (un gas peligroso), cadmio (un metal tóxico), cromo (un elemento metálico), óxido de etileno, níquel (un elemento metálico), polonio-210 (un elemento químico radiactivo) o cloruro de vinilo) y otros pueden ser tóxicos para el cuerpo humano.

El humo visible representa sólo el 5-8% de lo que se produce al fumar un cigarrillo. El resto está compuesto de gases invisibles, entre los que se incluye el gas cianhídrico, un gas venenoso que reduce la capacidad del organismo para transportar oxígeno y el monóxido de carbono (CO) un gas muy tóxico que constituye del 3 al 6% del humo inhalado. El CO interfiere en el transporte del oxígeno. Al fumar, todos los órganos reciben menos oxígeno.

El alquitrán es un residuo negro y pegajoso que contiene miles de sustancias químicas que se desprenden en el humo del cigarrillo, sus restos quedan depositados en el pulmón como el hollín en una chimenea obstruyendo los bronquios y afectando la respiración.

Los filtros, hechos de acetato de celulosa, retienen parte del alquitrán y del humo antes de que éstos lleguen a los pulmones del fumador. También enfrían el humo y lo hacen más fácilmente inhalable. Los filtros no son degradables y son la principal causa de basura en el mundo. Un estudio realizado por la Universidad de San Luis muestra que los filtros tienen altas concentraciones de cadmio, un metal tóxico para la salud.

Haga [clic acá](#) para leer más sobre las consecuencias de tirar las colillas al medioambiente.