

## Un estudio de una universidad británica revela que cada cigarrillo podría restar hasta 22 minutos de vida

Principal



Publicada el: 03/01/25	Visitas: 150
Comentarios: 0	Ver comentarios
Votos: 23	Puntaje: 5

[https://www.ultimasnoticias.com.uy/principal/un-estudio-de-una-universidad-britanica-revela-que-cada-cigarrillo-podria-restar-hasta-22-minutos-de-vida\\_13502.php](https://www.ultimasnoticias.com.uy/principal/un-estudio-de-una-universidad-britanica-revela-que-cada-cigarrillo-podria-restar-hasta-22-minutos-de-vida_13502.php)

**UN ESTUDIO DE UNA  
UNIVERSIDAD  
BRITÁNICA REVELA  
QUE CADA CIGARRILLO  
PODRÍA RESTAR HASTA  
22 MINUTOS DE VIDA**

*Principal*

*Un estudio de una universidad británica revela que cada cigarrillo podría restar hasta 22 minutos de vida*

**Investigación de universidad británica sugiere que cada cigarrillo podría acortar la vida en hasta 22 minutos.**

## **El Tabaquismo y su Impacto en la Longevidad**

Un reciente estudio liderado por el University College London (UCL) ha puesto de manifiesto el considerable efecto del tabaquismo en la longevidad, señalando que cada cigarrillo puede reducir la vida de una mujer en 22 minutos y la de un hombre en 17 minutos.

Los resultados de esta investigación, publicados en el Journal of Addiction, superan las estimaciones anteriores que situaban la pérdida de vida en aproximadamente 11 minutos por cigarrillo.

### **Detalles del Estudio**

La investigación, encargada por el Departamento de Salud y Asistencia Social del Reino Unido, analizó datos actualizados sobre la salud poblacional, confirmando que el daño ocasionado por el tabaquismo es acumulativo. De acuerdo con los científicos, abandonar este hábito, incluso por períodos breves, puede acarrear beneficios significativos en la esperanza de vida. Por ejemplo, dejar de fumar durante una semana podría salvar un día completo de vida, mientras que mantener la abstinencia hasta agosto podría representar un mes adicional.

### **Declaraciones de Expertos**

Sarah Jackson, investigadora principal del Grupo de Investigación sobre Alcohol y Tabaco de UCL, resaltó: "cuanto antes una persona deje de fumar, más tiempo y calidad de vida podrá recuperar". Además, subrayó que los fumadores enfrentan una brecha promedio de una década en salud frente a los no fumadores.

### **Consecuencias del Tabaquismo**

El estudio también demostró que fumar acelera la aparición de enfermedades crónicas como cáncer, afecciones cardiovasculares y problemas respiratorios, acortando los años saludables de la mediana edad. Según Jackson, un fumador de 60 años presenta un perfil de salud comparable al de un no fumador de 70 años. Por otro lado, se enfatizó que no existe un nivel seguro de consumo de tabaco. Aquellos que fuman un solo cigarrillo al día enfrentan un riesgo de enfermedad cardiovascular solo un 50% menor que quienes fuman un paquete completo diariamente.

### **Estadísticas Alarmantes**

Investigaciones previas publicadas en la National Library of Medicine estimaron que un hombre que fuma regularmente desde los 17 hasta los 71 años podría

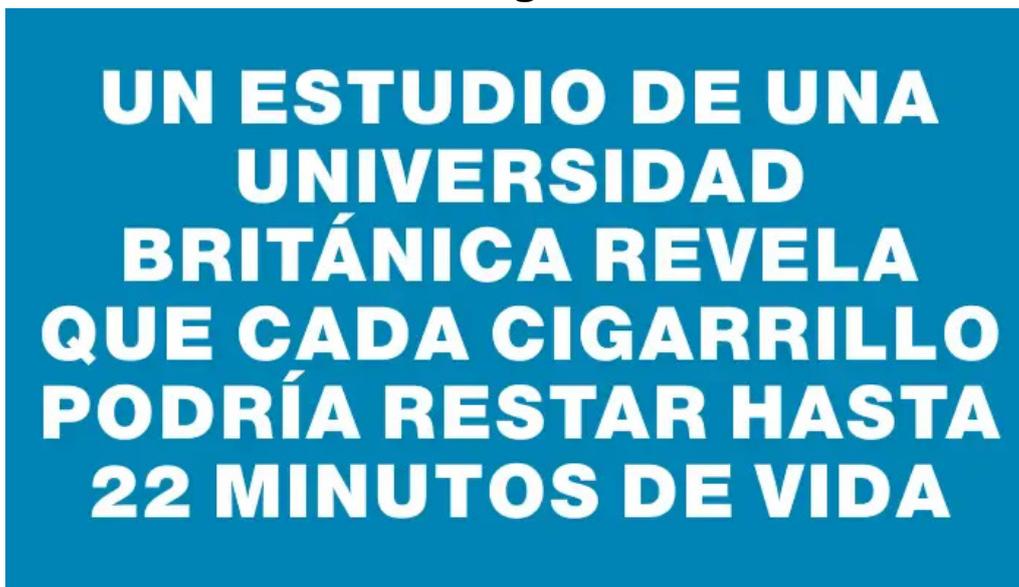
consumir más de 311.000 cigarrillos a lo largo de su vida.

## Conclusión

Estos hallazgos refuerzan la urgencia de fortalecer las campañas de prevención del tabaquismo y aumentar la concienciación sobre los riesgos que implica para la salud pública.

Fuente: Telenoche

## Imágenes



*Un estudio de una universidad británica revela que cada cigarrillo podría restar hasta 22 minutos de vida*

## Tags

*cigarrillo, minutos, tabaquismo, enfrentan, completo, jackson, fumadores, estudio, longevidad, sugiere, universidad, fumador*

## Noticias relacionadas

---

**4.2 \*** *El elixir de la longevidad en Icaria: La magia de la miel cruda*

---

**4.9 \*** *Aumento alarmante de casos de cáncer de pulmón en Uruguay: autoridades instan a intensificar las medidas de prevención*

---

**3.7 \*** *John Alfred Tinniswood, el centenario que ha marcado un hito en la longevidad mundial*

---

**4.2 \*** *La Oms propone una drástica medida: eliminar el consumo de tabaco entre los jóvenes para reducir la mortalidad*

- 3.8 \*** *Ritmos de Vida: El Impacto del Corazón en Nuestros Días*

---

- 3.8 \*** *Falleció a los 117 años la mujer con mayor longevidad del planeta: una vida marcada por la resistencia ante guerras y pandemias de gripe y covid*

---

- 4.2 \*** *Falleció la icónica actriz británica Maggie Smith, reconocida por su talento en la saga de Harry Potter y en la serie Downton Abbey*

---

- 3.7 \*** *Un estudio de una universidad alemana revela que la semana laboral de cuatro días contribuye a disminuir el estrés laboral*

---

- 4.2 \*** *La esperada vuelta de Oasis: la icónica banda británica inicia su gira en 2025*

---

- 4.7 \*** *Investigación sugiere que la música clásica podría actuar como un antidepresivo natural en el cerebro*

## Categorías

Interior
aldea
Breves
básquet
cartas
ciencia
Clima
columnistas
Cotizacion monedas
Cultura
Curiosidades
departamentales
Deportes
derechos humanos
Economía
Empresariales
Empresas
Fútbol internacional
Fútbol uruguayo
Fúnebres
fútbol
General
género y feminismos

internacional
Internacionales
latidos
Maldonado
Mascotas
minuto a minuto
Mundo
municipales
Nacional
Estados Unidos
noticias de local
México
noticias de salud
noticias de tecnología
obituarios
Opinión
policial
Policiales
Política
Principal
Resultados de juegos
Rurales
Salto
Salud
Show
sin categoría
sindicales
Sociedad
Tecnología & internet
titulares del día
tribuna
Turf
uncategorized
uruguay decide 2024
viajes y turismo