

FUMAR PERJUDICA LA CURACIÓ DE FRACTURES

Avui 31 de maig, com cada any, l'Organització Mundial de la Salut (OMS) celebra el Dia Mundial Sense Tabac. El fum del tabac no només ataca als pulmons i vies respiratòries, també és perjudicial per a la recuperació de trencaments en els ossos.

Malgrat que el Dia Mundial Sense Tabac 2019 es centri en el tabac i la salut pulmonar, els esportistes i jugadors de futbol fumadors haurien de saber que el fum del tabac no té barreres. Una vegada el fum entra en l'organisme, és capaç de danyar els pulmons, el cervell, les artèries.... i també els ossos, segons demostren nombroses investigacions.

Aquesta revisió d'estudis demostra que fumar afecta a la curació de les fractures, retardant i dificultant una consolidació adequada dels ossos.

Els investigadors han arribat a la conclusió que els fumadors tenen un risc 2,3 vegades major de què les seves fractures d'ossos llargs - fèmur o tíbia - no s'uneixin després d'una lesió o un accident.

De la mateixa manera, entre aquests pacients també és freqüent que la curació es prolongui més (trigaven 32 setmanes de mitja en recuperar la seva mobilitat, enfront al cap de 25 setmanes registrades entre els no fumadors) o que aparegui una infecció.

Aquest retard i dificultat de consolidació de les lesions dels ossos està relacionada amb la nicotina i el monòxid de carbono presents en el tabac. Aquestes substàncies exerceixen una influència negativa sobre mediadors claus per a la consolidació de les fractures. A més, les alteracions en la falta d'oxigen que habitualment presenten els pacients fumadors, també poden afavorir la proliferació de microorganismes i, per tant, el desenvolupament d'infeccions.

Us recordem que el que fos seleccionador de Catalunya Johan Cruyff va patir les conseqüències de ser fumador primer amb un infart, i després amb un càncer de pulmó que no va poder superar.

[FUMAR MATA](#)