



**SMOKE  
FREE  
SWEDEN**

Resumen  
ejecutivo

# Sin humo, Menos daño

[www.smokefreesweden.org](http://www.smokefreesweden.org)

2024

# Resumen ejecutivo

**En Suecia**, casi uno de cada cuatro adultos consume nicotina a diario. Ese es el mismo nivel de consumo de nicotina que se encuentra en toda Europa. Sin embargo, la incidencia de cáncer en Suecia es un 41% más baja que la media europea y sufre menos de la mitad de las muertes relacionadas con el tabaco que experimentan 24 de sus 26 vecinos de la Unión Europea.

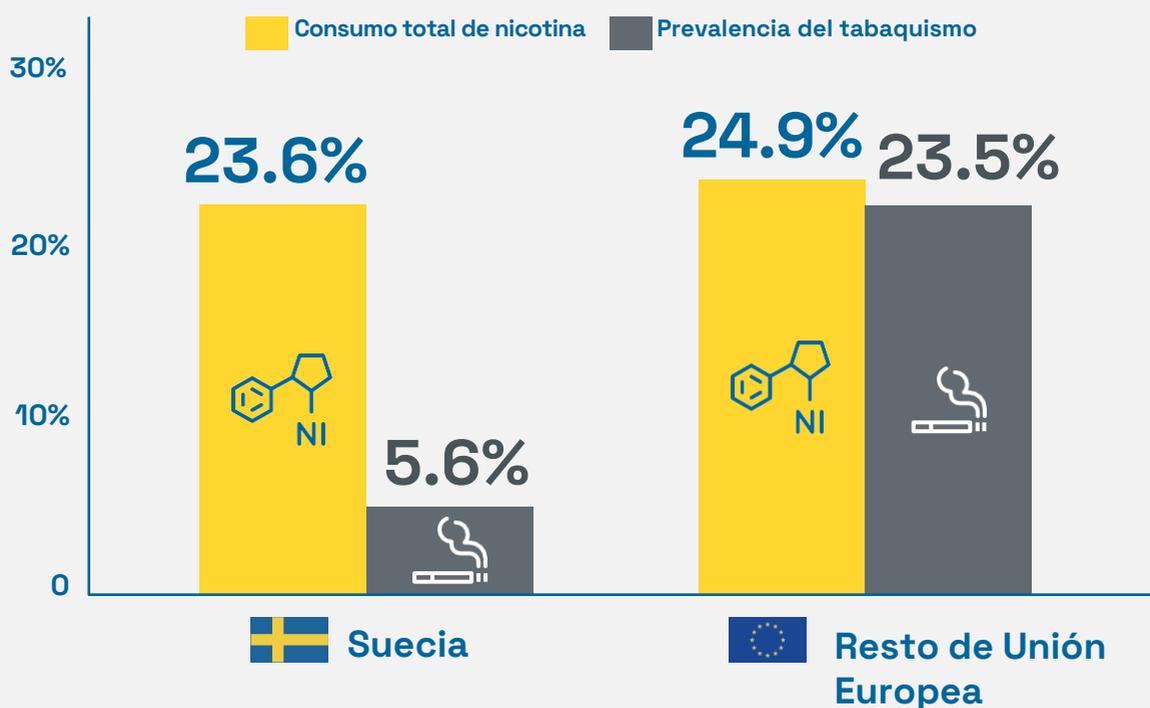
¿Cuál es la razón de esta notable disparidad y qué puede aprender el resto de Europa y del mundo de esta historia de éxito escandinava?

Bueno, simplemente, los suecos han aprendido a consumir su nicotina de una manera diferente y mucho más segura.

Hace sesenta años, el 49% de los hombres suecos fumaba cigarrillos. Para 2022, la agencia de salud pública de Suecia informó que solo el 5.6% de los adultos suecos continúan haciéndolo. Los suecos han cambiado su preferencia por productos alternativos sin humo, como snus, vapeadores, bolsas de nicotina orales y dispositivos que no queman el calor, y de ese modo han generado una generación libre de humo.

Al permitir esta transición a alternativas más seguras, Suecia prácticamente ha erradicado los cigarrillos combustibles y mortales. Aunque la generación libre de humo usa nicotina en la misma proporción que otras naciones con alto consumo, incurren en una fracción de las enfermedades relacionadas con el tabaco y la carga para la salud pública es mínima.

## Consumo total actual de nicotina y tasa de tabaquismo



Fuentes: Eurobarómetro 2020, agencia sueca de salud pública, 2022

Este informe investiga esta sorprendente divergencia para enfatizar estas importantes verdades:

- **A pesar de las percepciones erróneas generalizadas, la nicotina no causa cáncer y tiene una contribución mínima, si la hay, a las enfermedades relacionadas con el tabaco.**
- **Siempre habrá personas que deseen consumir nicotina, como las que consumen cafeína.**
- **El uso total de nicotina en Suecia es equivalente al de otros países de la Unión Europea, pero debido a que se permiten productos de nicotina sin humo, este país tiene significativamente menos enfermedades relacionadas con el tabaco y muertes prematuras**
- **Permitir que los consumidores usen la nicotina de maneras menos riesgosas salvará millones de vidas**

En todo el mundo, incluso después de décadas de medidas de control del tabaco, 1.100 millones de personas siguen fumando. Si bien el consumo ha tenido una tendencia a la baja, ha sido a un ritmo demasiado lento. Hasta el día de hoy, cada año mueren casi 8 millones de personas en todo el mundo debido a enfermedades relacionadas con el tabaco (en gran parte relacionadas con la combustión). Esto destaca una gran oportunidad para la salud pública, en términos de la cantidad de vidas que podrían salvarse si los fumadores cambiaran a productos menos riesgosos.

Suecia ya ha aprovechado esta oportunidad. Su exitosa reducción en las tasas de tabaquismo a lo largo de los años se ha visto facilitada por la educación, las medidas de control del tabaco y la adopción de alternativas más seguras y sin humo.

El progreso inicial de Suecia fue ayudado por el uso tradicional de snus, un producto de tabaco oral sin humo. La introducción de alternativas modernas sin tabaco, como el vapeo en 2015 y las bolsas de nicotina oral de próxima generación en 2018, aceleró significativamente este progreso. En consecuencia, las tasas de tabaquismo en Suecia se han desplomado en un impresionante 55% en la última década.

Cuando esa tasa de tabaquismo caiga por debajo del 5% a finales de este año, Suecia se convertirá en la primera nación desarrollada en lograr el estatus oficial de "libre de humo".

Los beneficios para la salud pública de la estrategia de Suecia son profundos. En comparación con el resto de la Unión Europea, Suecia cuenta con un 44% menos de muertes relacionadas con el tabaco, una tasa de cáncer un 41% más baja y un 38% menos de muertes atribuibles a cualquier cáncer.

Las comparaciones sobre datos 'solo para hombres' en 2020 muestran diferencias aún más pronunciadas. Suecia tuvo un 52% menos de muertes masculinas relacionadas con el tabaco que Polonia y un 57% menos que Rumania. Para el cáncer de pulmón masculino, Suecia tuvo un 55% menos de muertes que Francia y Alemania, un 57% menos que Italia y un 69% menos que Polonia.

Suecia es la manifestación de 'Sin humo, menos Daño' y un faro de inspiración para todas las naciones que buscan reducir el número mortal de cigarrillos.

Aunque la nicotina puede generar dependencia, no causa cáncer. Los estudios han establecido durante mucho tiempo este hecho. Trágicamente, persisten importantes mitos sobre la nicotina tanto entre los médicos como entre el público. La percepción errónea de los daños de la nicotina entre los profesionales de la salud es inaceptable y no redundará en el mejor interés de sus pacientes.

Si los profesionales de la salud no entienden la nicotina, ¿Cómo podemos esperar que el público sepa que la nicotina no causa enfermedades? Considere, por ejemplo, que en el Reino Unido, el 40% del público cree que la nicotina causa cánceres relacionados con el tabaquismo, a pesar del propio consejo de salud pública del Servicio Nacional de Salud que dice: "La nicotina en sí misma no causa cáncer, enfermedad pulmonar, enfermedad cardíaca o accidente cerebrovascular y se ha utilizado de forma segura durante muchos años en medicamentos para ayudar a las personas a dejar de fumar."

# Sin humo, Menos daño

El Servicio nacional de Salud concluye: **“Aunque la nicotina es adictiva, es relativamente inofensiva para la salud.”**

Si bien la cafeína y la nicotina generan dependencia, la cafeína es ampliamente aceptada a pesar de sus efectos, ya que se percibe como relativamente inofensiva. Este informe sugiere comparar sus niveles de dependencia para crear regulaciones basadas en el riesgo para ambos.

### Insta a los responsables políticos a:

- Reconocer el potencial de la reducción de daños por tabaco
- Implementar las disposiciones de reducción de daños por tabaco dentro de los marcos existentes de control del tabaco.
- Regular los productos de nicotina en función de su perfil de riesgo relativo.
- Alentar a los profesionales de la salud a adoptar las medidas para la reducción de daños por tabaco como una estrategia
- Empoderar a los usuarios de las medidas de reducción de daños por tabaco para abogar por políticas de apoyo

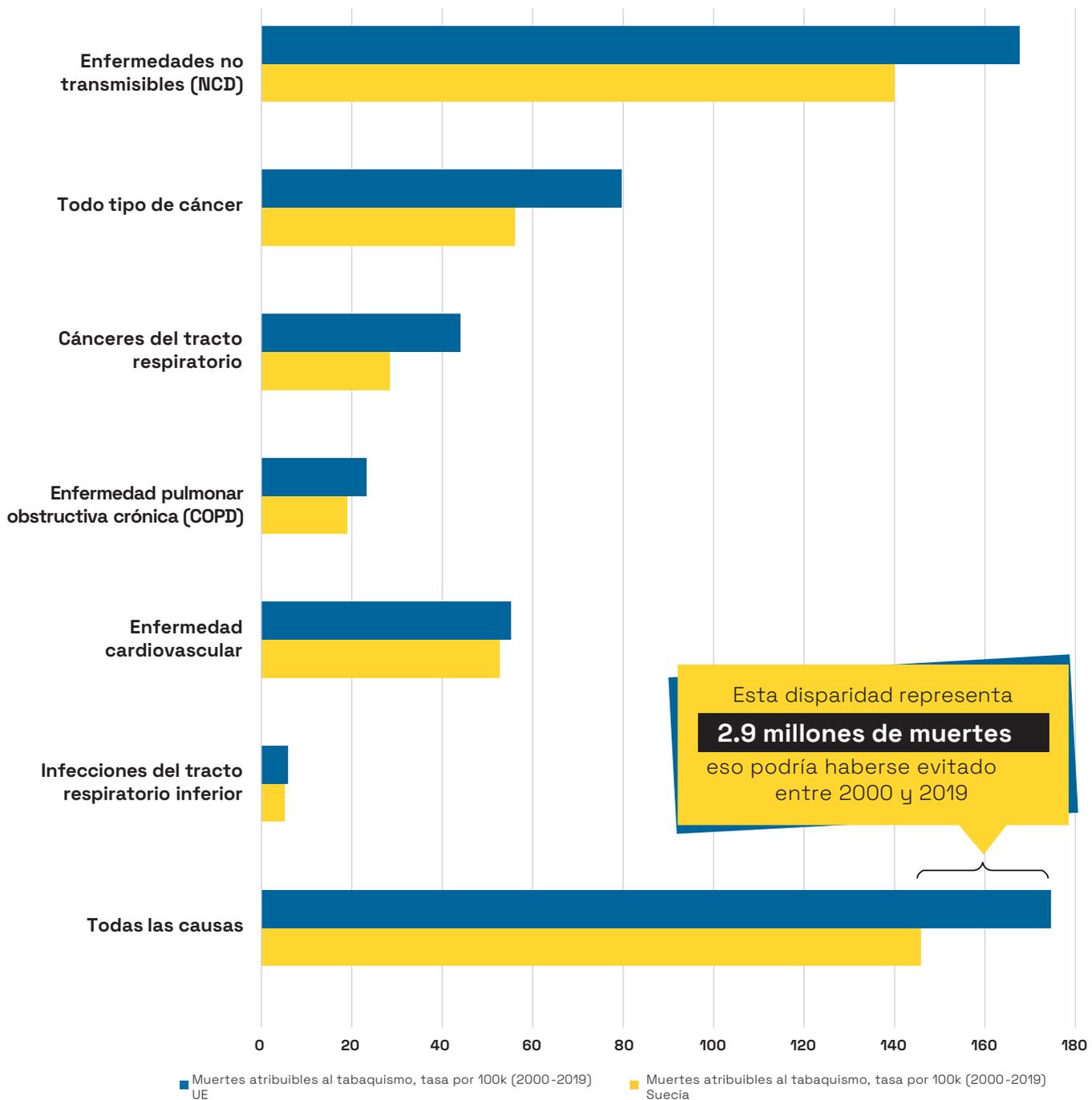
Este informe también sirve como un llamado a la Organización Mundial de la Salud (OMS) y a las comunidades mundiales de salud pública para que reconozcan que son los productos de combustión los que causan daño a los fumadores, y no la nicotina en sí. De hecho, existen formas de nicotina significativamente menos riesgosas que se pueden consumir sin causar una muerte prematura. Este informe arrojará luz sobre el perfil de bajo riesgo de la nicotina cuando se consume en productos libres de humo.

### EL INFORME EXIGE VARIAS ACCIONES:

- Debería haber una mayor conciencia y adopción de medidas para reducción de daños por tabaco. El principio de “Sin humo, menos daño” debe emplearse diferenciando fundamentalmente entre productos ahumados y libres de humo.
- La OMS debería agregar formalmente el cuarto pilar de la reducción de daños por tabaco a la política de control del tabaco.
- Los Estados miembros deben adoptar un marco regulador proporcionado al riesgo para todos los productos de nicotina, basado en el continuo del riesgo.
- La desinformación sobre la nicotina debe eliminarse activamente.
- Todas las partes interesadas deben generar evidencia de reducción de daños por tabaco a través de la investigación.
- Se debe reconocer el marco ético de la reducción de daños por tabaco y respetar el derecho humano fundamental del consumidor a la salud.
- La OMS y los Estados miembros deberían intensificar el seguimiento y la evaluación de la reducción de daños por tabaco.

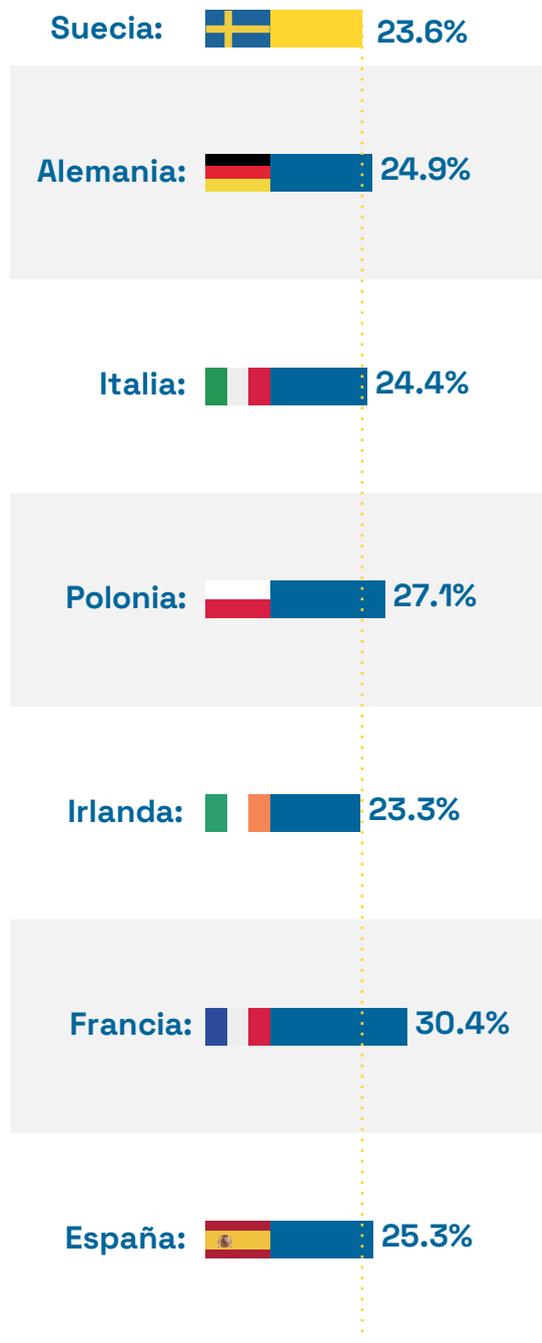
## Tasas de Mortalidad atribuibles al Tabaquismo por Causa: Suecia vs Unión Europea (2000-2019)

Fuente: Carga Mundial de Morbilidad del Instituto de métricas y evaluación de la salud.

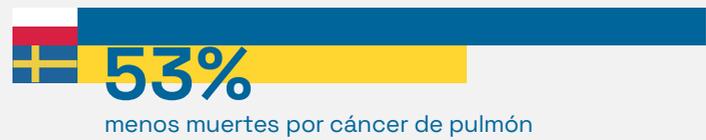
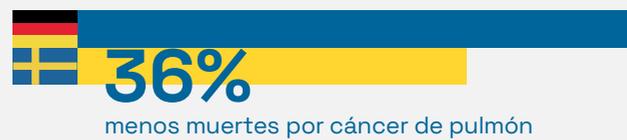


Los suecos consumen niveles similares de nicotina a otros europeos, pero tienen mejores resultados de salud porque usan alternativas de nicotina sin humo.

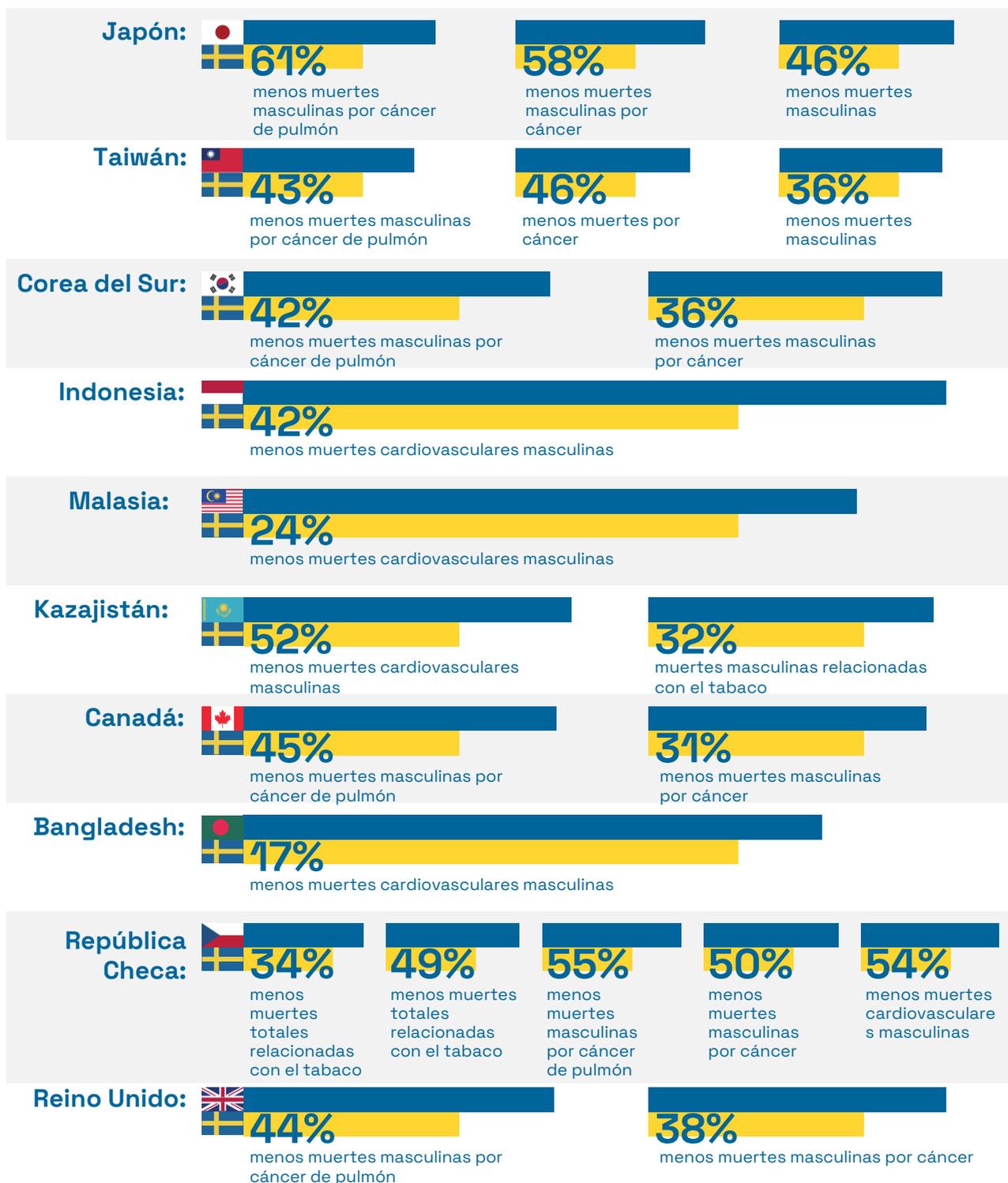
## CONSUMO DE NICOTINA



...pero tenemos:



## Debido a su uso de alternativas de nicotina sin humo, los suecos lo han hecho...\*



\*Todos los datos se refieren a muertes y enfermedades atribuidas al tabaco.

# Sin humo, Menos daño

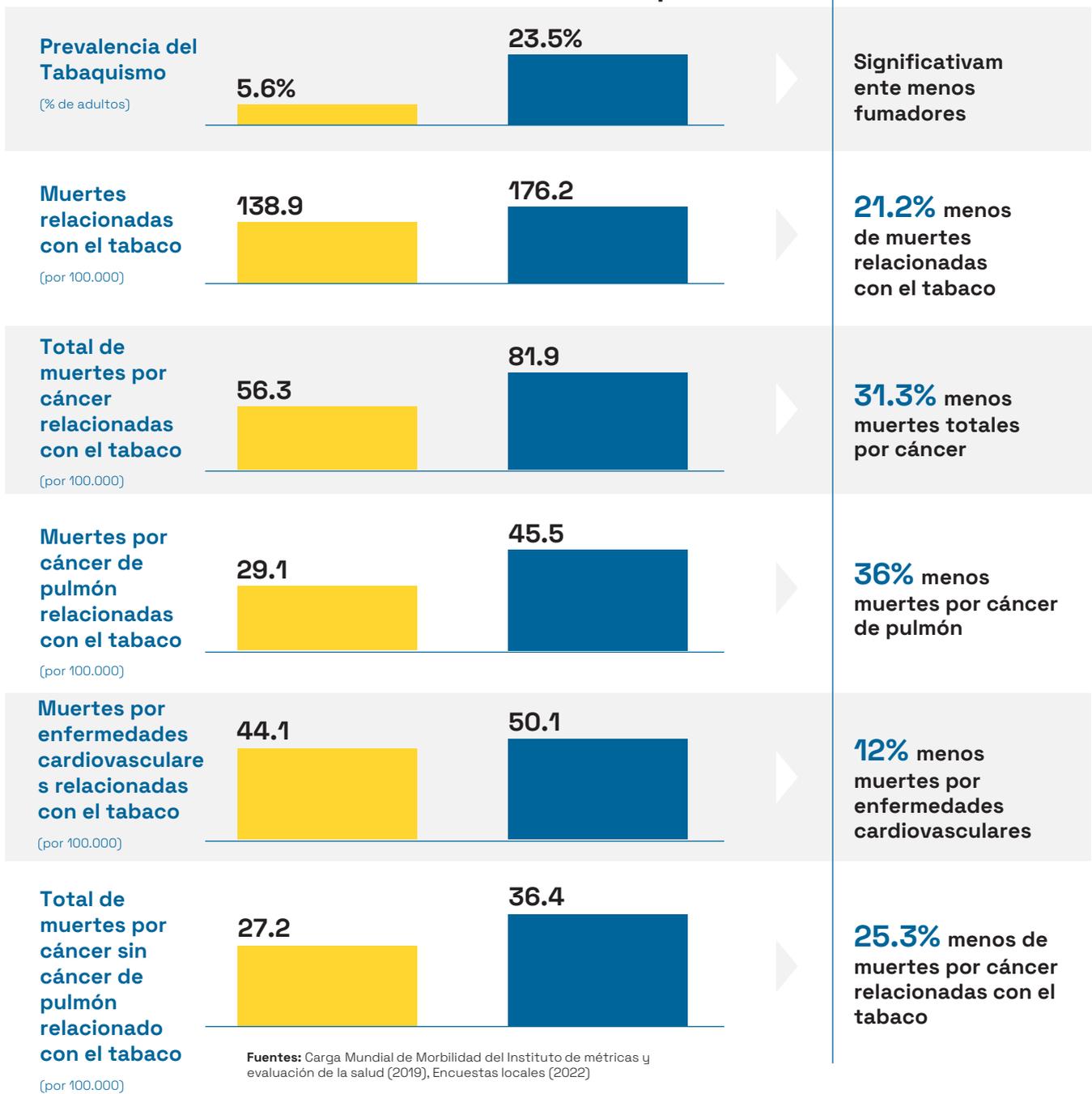
## Demostrando el beneficio para la Salud Pública del enfoque sueco "Sin humo, menos daño"



Suecia



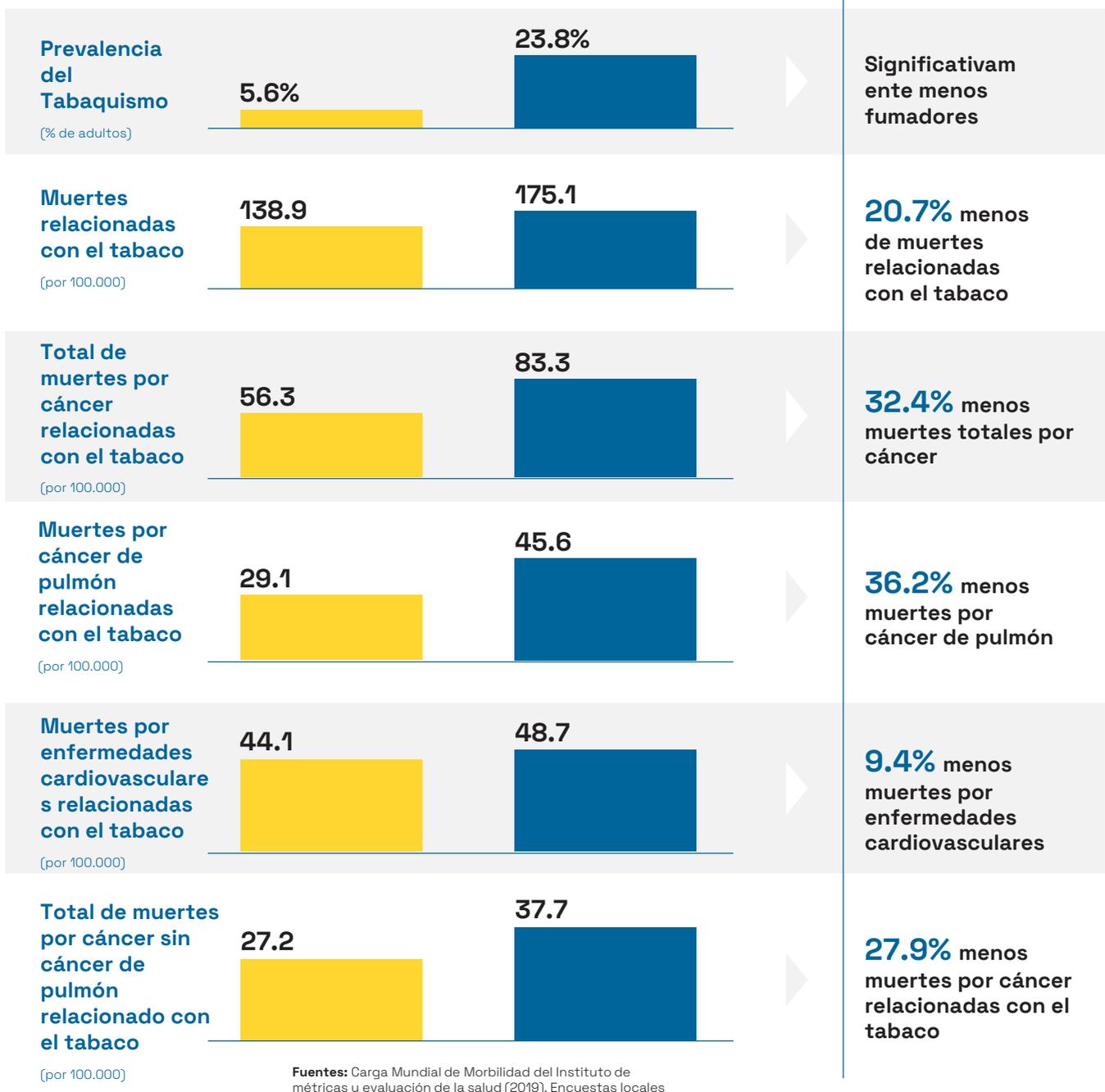
Resto de Unión Europea



Superioridad de Suecia libre de humo a pesar del uso total equivalente de nicotina (haciendo que la nicotina libre de humo esté disponible, sea asequible y accesible)

## Demostrando el beneficio para la Salud Pública del enfoque sueco "Sin humo, menos daño"

 Suecia  Alemania



Si bien las personas en Suecia consumen cantidades similares de nicotina a las de Alemania, los resultados de salud son significativamente diferentes:

Fuentes: Carga Mundial de Morbilidad del Instituto de métricas y evaluación de la salud (2019), Encuestas locales

# Sin humo, Menos daño

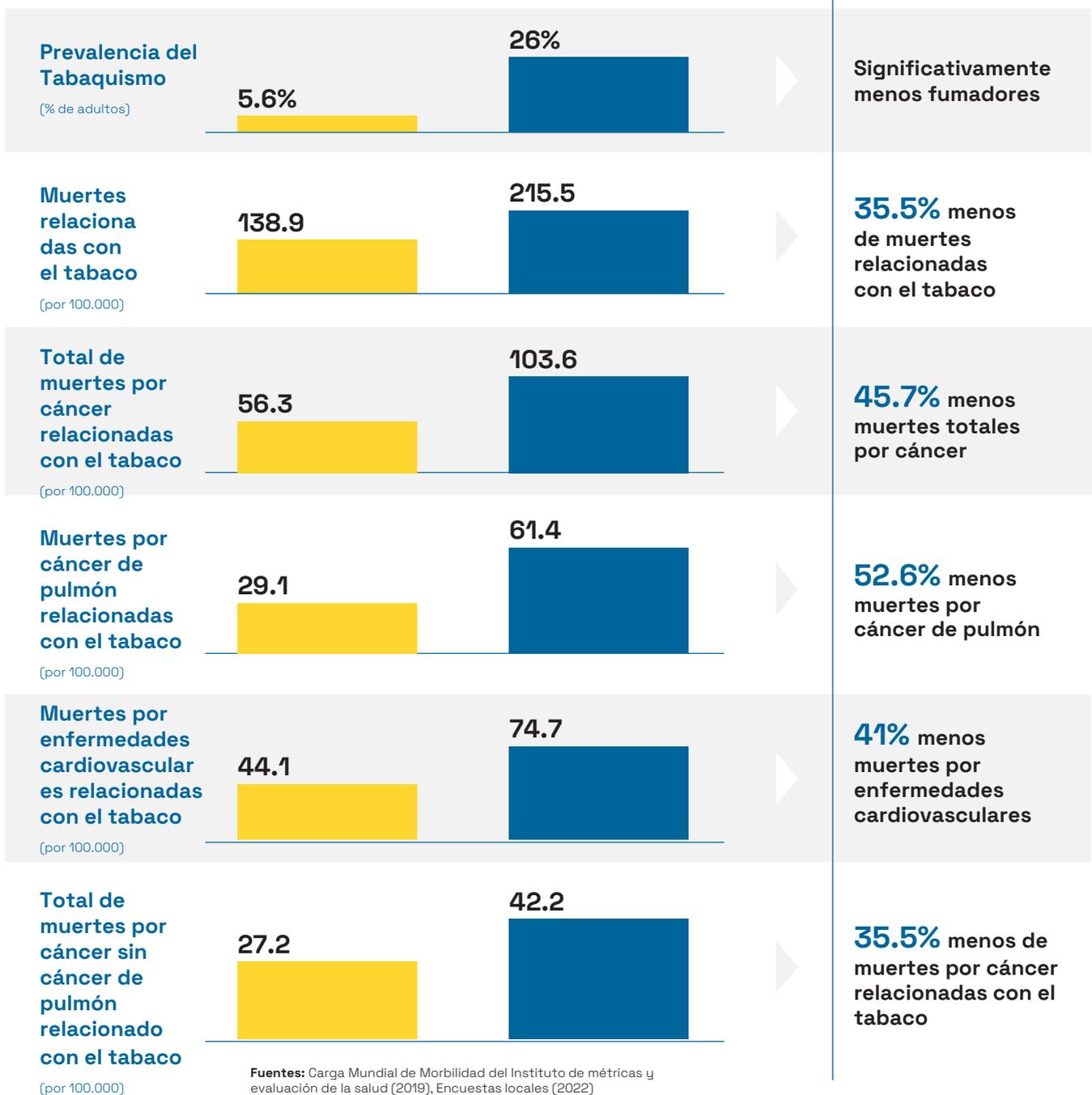
## Demostrando el beneficio para la Salud Pública del enfoque sueco "Sin humo, menos daño"



Suecia



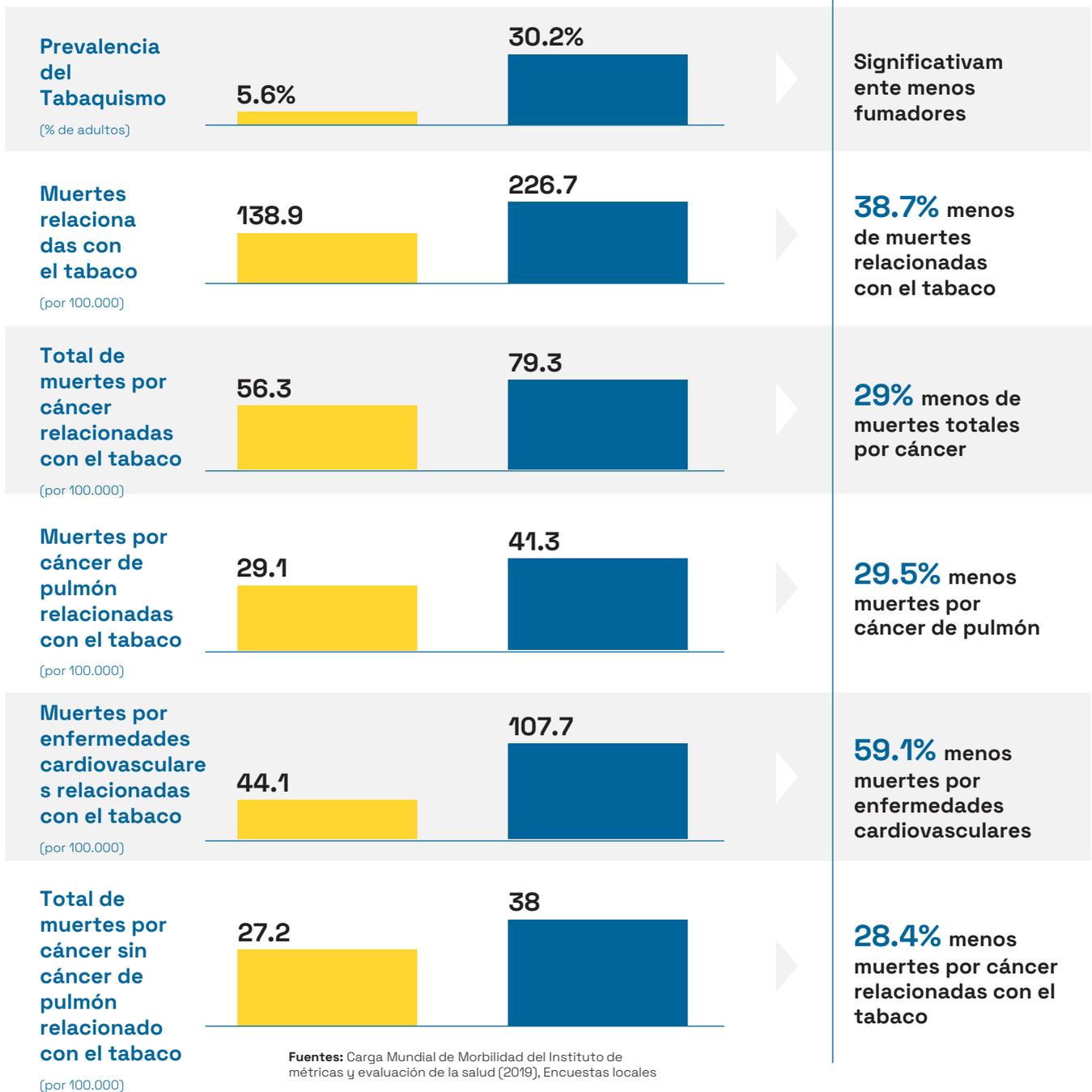
Polonia



Si bien las personas en Suecia consumen cantidades similares de nicotina a las de Polonia, los resultados de salud son significativamente diferentes:

## Demostrando el beneficio para la Salud Pública del enfoque sueco "Sin humo, menos daño"

 Suecia  Rumanía



Si bien las personas en Suecia consumen cantidades similares de nicotina a las de Rumanía, los resultados de salud son significativamente diferentes:

Resumen  
ejecutivo

# Sin humo, Menos daño

[www.smokefreesweden.org](http://www.smokefreesweden.org)



SMOKE  
FREE  
SWEDEN