

Desde la guardia

Imagen: Unsplash

Fumar y COVID-19: un riesgo que no podemos olvidar

por Gabriela González-Ramírez y José Eduardo Moxo-Pérez

Fumar no es solo un hábito, es una adicción causada por la nicotina, una sustancia que genera dependencia y que está detrás de numerosas enfermedades graves y prevenibles, siendo la principal causa de muerte evitable en el mundo (Mahajan et al., 2021).

Según la Organización Mundial de la Salud, se considera fumador a quien consume al menos un cigarrillo diario en los últimos 30 días (WHO, s. f.). Con el tiempo, el cuerpo se acostumbra a la nicotina, lo que lleva a necesitar dosis cada vez mayores para obtener el mismo efecto.

Pese a sus riesgos, el tabaco sigue siendo la droga legal más consumida. En México, se estima que uno de cada cuatro habitantes ha fumado alguna vez en su vida (Encuesta Nacional de Salud y Nutrición, s. f.).

La pandemia de COVID-19 puso de manifiesto la vulnerabilidad de los fumadores. Este virus, altamente contagioso, puede provocar desde fiebre y tos hasta dificultad respiratoria grave. Las personas con enfermedades previas, incluyendo obesidad, diabetes y tabaquismo, presentaron un mayor riesgo de complicaciones y hospitalización (Au Yeung et al., 2022; Salinas-Aguirre et al., 2022).

Durante los confinamientos, el consumo de cigarrillos aumentó. En Estados Unidos, el porcentaje de fumadores que adquirieron cigarrillos subió de 24% en 2018 a casi 29% en 2020, lo que sugiere que el encierro impulsó el hábito (Driezen et al., 2022).

Estudios recientes mostraron que fumar incrementa tanto la probabilidad de contagiarse de COVID-19 como de desarrollar formas graves que requieren hospitalización, independientemente de la función

pulmonar o de enfermedades como EPOC. Incluso los exfumadores pueden tener mayor riesgo de hospitalización que quienes nunca fumaron (Au Yeung et al., 2022).

En resumen, dejar de fumar no solo mejora la salud a largo plazo, sino que también reduce el riesgo de complicaciones graves frente a infecciones como COVID-19, convirtiéndose en una medida preventiva vital para proteger la vida.

Con este panorama, el objetivo de nuestro estudio es analizar la relación entre tabaquismo y hospitalización por COVID-19 en derechohabientes de la UMF1 durante enero de 2021 a enero de 2022, considerando sus características sociodemográficas, la prevalencia de tabaquismo y su posible asociación con la gravedad de la enfermedad.

Descripción del fenómeno o datos analizado

El equipo de investigación analizó a 341 personas hospitalizadas por COVID-19 en la Unidad de Medicina Familiar N.º 1 de Puebla, todas con antecedentes de tabaquismo. De ellas, 6 de cada 10 seguían fumando al momento del estudio, mientras que el resto (41%) había dejado el hábito (Figura 1). La mayoría eran hombres, que representaban casi tres de cada cuatro casos (74.5%), con una edad promedio de 44 años. Además, se observaron diferencias en la edad promedio entre hombres y mujeres.

La mayor parte de los casos correspondió a cuadros leves, parecidos a la gripe común (7 de cada 10 pacientes). Sin embargo, 3 de cada 10 desarrollaron infecciones respiratorias graves. Entre los factores de riesgo más frecuentes destacaron el tabaquismo, presente en más de la mitad de los participantes, y el exceso de peso, que afectó a casi una quinta parte.

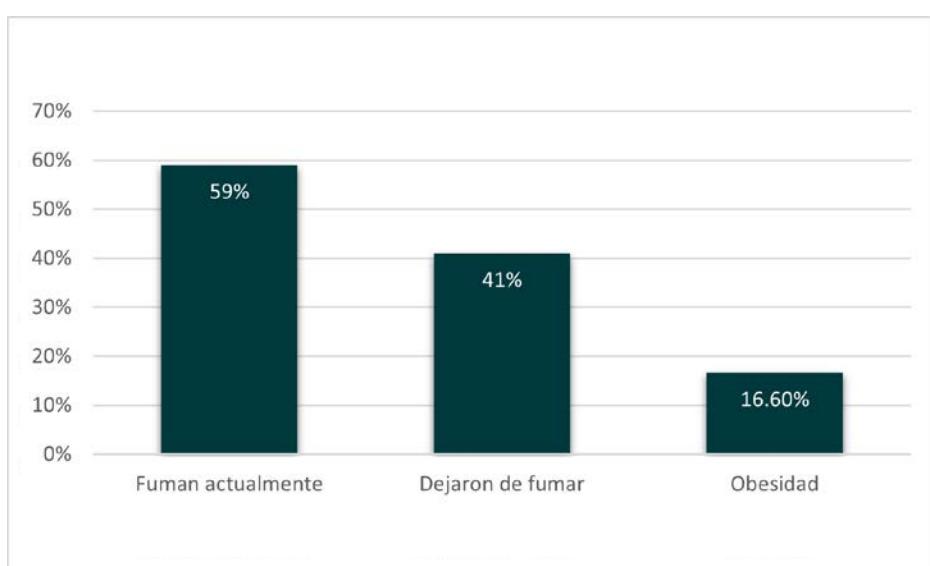


Figura 1. Distribución porcentual de pacientes hospitalizados por COVID-19 con antecedentes de tabaquismo en la Unidad de Medicina Familiar N.º 1 de Puebla, según su hábito actual de fumar y obesidad.



Imagen: Unsplash

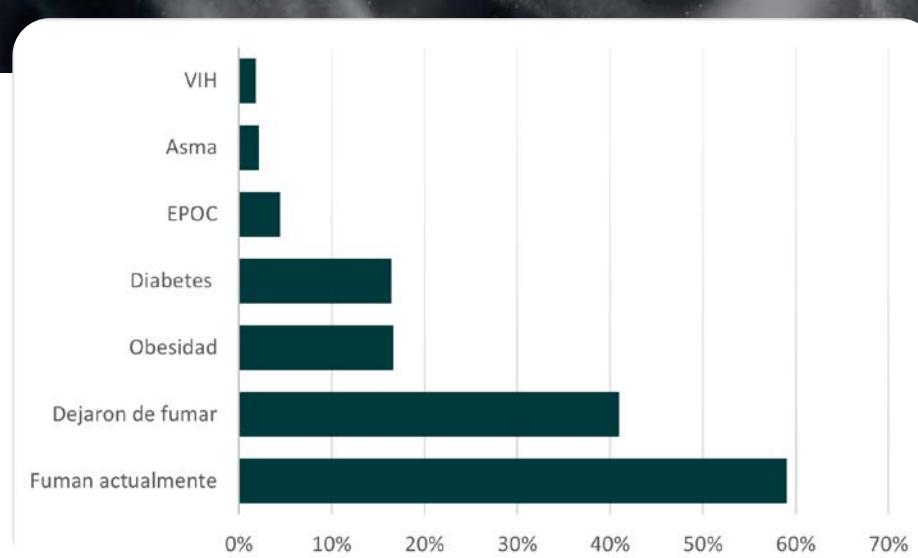


Figura 2. Porcentaje de los principales hábitos y enfermedades presentes en la población hospitalizada por COVID-19 con antecedentes de tabaquismo en la Unidad de Medicina Familiar N.º 1 de Puebla.

Los resultados fueron claros: fumar, o haber fumado en el pasado, aumenta la probabilidad de presentar COVID-19 grave y eleva el riesgo de morir por la enfermedad. Esto subraya la importancia de prevenir y reducir el consumo de tabaco como medida esencial de salud pública, especialmente ante infecciones como la COVID-19. (Figura 2).

Al comparar a fumadores actuales con exfumadores, se encontró que los casos graves se concentraron sobre todo en quienes continuaban fumando, mientras que los casos no graves fueron más comunes entre quienes habían dejado el cigarro.

Este hallazgo sugiere que fumar podría aumentar significativamente el riesgo de complicaciones severas en la COVID-19, mientras que abandonar el tabaco parece relacionarse con una evolución más favorable de la enfermedad (Tabla 1).

Tabla 1

Relación entre el tabaquismo y la gravedad de los casos de COVID-19 en la población estudiada.

Tipo de caso de COVID-19	Personas que fuman actualmente	Personas que dejaron de fumar
Casos graves	87 (25.5%)	7 (2.1%)
Casos no graves	114 (33.4%)	133 (39%)

Los números hablan por sí solos: casi 9 de cada 10 fumadores hospitalizados desarrollaron complicaciones graves, mientras que, entre los pacientes no graves, la cifra bajó a cerca de 5 de cada 10.

En otras palabras, el riesgo de enfermedad grave fue aproximadamente el doble en quienes mantenían el hábito en comparación con aquellos que lo habían dejado (Tabla 2).

Tabla 2

Relación entre tabaquismo y la gravedad de los casos de COVID-19		
Tipo de caso de COVID-19	Personas que fuman actualmente (%)	Significancia estadística
Casos graves	92.5%	-----
Casos no graves	46.1%	P=0.001*
Relación entre ambos	Quienes fuman tienen el doble de probabilidad de desarrollar un cuadro grave de COVID-19	Intervalo de confianza: entre 1.7 y 2.3 veces

El análisis confirma que más del 90% de los casos graves de COVID-19 ocurrieron en personas que seguían fumando, mientras que en los casos no graves el tabaquismo estuvo presente en menos de la mitad.

Interpretación y discusión

Un estudio realizado en el Hospital General de Zona 20 de Puebla reveló una diferencia clara en la hospitalización por COVID-19: tres de cada cuatro pacientes fueron hombres. Este dato coincide con que el tabaquismo es mucho más frecuente en varones, según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021.

Al llegar al hospital, la mayoría presentaba síntomas parecidos a la influenza. Todos tenían antecedente de tabaquismo: seis de cada diez aún fumaban y cuatro ya lo habían dejado. Además, casi uno de cada cinco tenía obesidad y uno de cada seis diabetes, condiciones que

se sabe agravan el COVID-19. La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), en cambio, apareció en pocos casos y no mostró gran influencia.

El hallazgo más llamativo fue que los fumadores activos tenían el doble de riesgo de desarrollar cuadros graves de COVID-19 en comparación con quienes habían dejado el cigarro. Esto subraya el impacto directo del tabaquismo en la evolución de la enfermedad. En cuanto a los desenlaces, aunque la mortalidad fue considerable, 27.5% en hombres y 16.7% en mujeres, la mayoría logró recuperarse y fue dada de alta.

Conclusiones

Este estudio ofrece una mirada cercana a los pacientes hospitalizados por COVID-19 en nuestra población, resaltando cómo el tabaquismo, la obesidad y la diabetes influyen en la gravedad de la enfermedad.

Entre los hallazgos más relevantes destacan las diferencias entre hombres y mujeres, así como la confirmación de que fumar aumenta notablemente el riesgo de presentar cuadros graves. También se identificaron las enfermedades más frecuentes en este grupo, lo que aporta información útil para mejorar la atención médica.

Aunque el estudio se basó en expedientes clínicos, lo que puede generar ciertos vacíos de información, y no incluyó otros factores como las condiciones laborales, sus resultados refuerzan un mensaje clave: la necesidad de atender de manera integral los principales factores que agravan el COVID-19.

En conclusión, este trabajo subraya la importancia de fortalecer los programas de prevención en salud, especialmente en lo relacionado con tabaquismo, obesidad y diabetes.

Referencias

Au Yeung, S. L., Li, A. M., He, B., Kwok, K. O., & Schooling, C. M. (2022). Association of smoking, lung function and COPD in COVID-19 risk: A two-step Mendelian randomization study. *Addiction*, 117(7), 2027-2036. <https://doi.org/10.1111/add.15852>

Driezen, P., Kasza, K. A., Gravely, S., Thompson, M. E., Fong, G. T., Michael Cummings, K., & Hyland, A. (2022). Was COVID-19 associated with increased cigarette purchasing, consumption, and smoking at home among US smokers in early 2020? Findings from the US arm of the International Tobacco Control (ITC) Four Country Smoking and Vaping Survey. *Addictive Behaviors*, 129, 107276. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107276>

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición. (s. f.). ENCUESTAS. Recuperado 6 de noviembre de 2025, de <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2021/index.php>

Mahajan, S. D., Homish, G. G., & Quisenberry, A. (2021). Multifactorial Etiology of Adolescent Nicotine Addiction: A Review of the Neurobiology of Nicotine Addiction and Its Implications for Smoking Cessation Pharmacotherapy. *Frontiers in Public Health*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.664748>

Salinas-Aguirre, J. E., Sánchez-García, C., Rodríguez-Sánchez, R., Rodríguez-Muñoz, L., Díaz-Castaño, A., & Bernal-Gómez, R. (2022). Clinical characteristics and comorbidities associated with mortality in patients with COVID-19 in Coahuila (Mexico). *Revista Clínica Española (English Edition)*, 222(5), 288-292. <https://doi.org/10.1016/j.rceng.2020.12.007>

WHO report on the global tobacco epidemic 2021: Addressing new and emerging products. (s. f.). Recuperado 6 de noviembre de 2025, de <https://www.who.int/publications/i/item/9789240032095>



Gabriela González-Ramírez
Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Hospital General de Zona
No. 20, Área de Epidemiología. Puebla, México

Médico General egresada de la facultad de Medicina UPAEP, Médico especialista en Epidemiología en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Hospital General de Zona No. 20, Puebla, México.



José Eduardo Moxo-Pérez
Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Unidad de Medicina Familiar No. 55, Área de Consulta Externa. Puebla, México

Médico General egresado de la facultad de Medicina BUAP, Médico especialista en Medicina Familiar en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), Unidad de Medicina Familiar No. 55, Puebla, México.

✉ joseeduardo.moxo@upaep.edu.mx

📞 22 26 66 32 34