



# TRANSICIÓN DE GÉNERO Y EL CONSUMO DE TABACO

DEJAR EL TABACO ES IMPORTANTE PARA UNA TRANSICIÓN SEGURA Y SALUD TRANSGÉNERO

## ESTRÓGENO

Se ha demostrado que la terapia de estrógenos aumenta los niveles de triglicéridos y de insulina, de los cuales se sabe que promueven la obstrucción y la inflamación de los vasos sanguíneos. Un estudio holandés reciente encontró que las mujeres trans que tomaron estrógenos tuvieron más del doble de derrames cerebrales, cinco veces más coágulos en las venas profundas y el doble de ataques cardíacos que las mujeres cis.<sup>1</sup>



El consumo de tabaco en combinación con la terapia de estrógenos se asocia con un mayor riesgo de tromboembolismo venoso, una de las principales causas de ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares. Dejar el tabaco puede reducir estos riesgos.<sup>2</sup>

## TESTOSTERONA

La testosterona hace que la sangre sea más pegajosa al aumentar la concentración de glóbulos rojos, disminuye el nivel de colesterol bueno y aumenta el nivel de colesterol malo, todo lo cual está asociado con un mayor riesgo de ataque cardíaco. De hecho, los hombres trans que reciben terapia de testosterona tienen un riesgo de ataque cardíaco más de tres veces mayor en comparación con las mujeres cis.



Las estimaciones sugieren que fumar tabaco aumenta el riesgo de enfermedad coronaria o accidente cerebrovascular por 2 o hasta 4 veces. Dejar de fumar ayudará a reducir los niveles del colesterol malo y los triglicéridos, reduciendo su riesgo en tan solo un día.<sup>3</sup>

**WE BREATHE**

SUPPORTING TOBACCO-FREE LGBTQ COMMUNITIES

WEBREATHELGBTQ.ORG | (916) 497-0923 | @CALGBTQHEALTH

## ¿CÓMO AFECTA EL TABACO A LA CIRUGÍA DE AFIRMACIÓN DE GÉNERO?

Dejar de fumar inclusive el día anterior a someterse a una cirugía puede disminuir los riesgos de complicaciones. Asegúrese de hablar con su médico. Cuanto antes una persona deje de fumar, mejor. Preferiblemente una semana o más antes de la cirugía. Abstenerse de consumir de tabaco también se recomienda durante la recuperación después de la cirugía.<sup>4</sup>

- Continuar con el hábito de fumar o usar productos de nicotina (como otro tabaco o cigarrillos electrónicos) puede **retrasar la cirugía**, complicar la anestesia, aumentar las posibilidades de cicatrices y perjudicar las posibilidades de éxito.
- Las personas pueden sufrir problemas respiratorios durante o después de la cirugía, y tener un mayor riesgo de desarrollar complicaciones como ataque cardíaco, accidente cerebrovascular, sepsis o shock.<sup>5</sup>
- Fumar puede inhibir la sanación adecuada: la nicotina estrecha los vasos sanguíneos, lo que **reduce el flujo sanguíneo** y reduce la cantidad de sangre y oxígeno que llega a las áreas quirúrgicas.
- Fumar durante la recuperación de la cirugía **aumenta las posibilidades de infección** en el sitio de la incisión quirúrgica<sup>6</sup>, y puede resultar en **la muerte del tejido de la piel**.<sup>7</sup>

## ¿POR QUÉ NO APROVECHAR ESTA OPORTUNIDAD PARA DEJAR DE FUMAR?

Para obtener ayuda para dejar de fumar, llame:

Línea de ayuda para fumadores de California  
1-800-NO-BUTTS

1. American Heart Association. "Hormone therapy may increase cardiovascular risk during gender transition." ScienceDaily. ScienceDaily, 18 de febrero 2019. <[www.sciencedaily.com/releases/2019/02/190218093959.htm](http://www.sciencedaily.com/releases/2019/02/190218093959.htm)>.
2. Deutsch, MB, MD, MPH. "Overview of feminizing hormone therapy." UCSF Transgender Care and Treatment Guidelines. 17 de junio, 2016. <<https://transcare.ucsf.edu/guidelines/feminizing-hormone-therapy>>.
3. Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. The Health Consequences of Smoking—50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2014 [accedido 2017 Abr 20].
4. American Society of Anesthesiologists. "Risks: Smoking." <<https://www.asahq.org/whensecondscount/preparing-for-surgery/risks/smoking/>>.
5. Truth Initiative. "Surgery & Smoking." Become and Ex, 2019. <<https://www.becomeanex.org/surgery-and-smoking/>>.
6. Truth Initiative. "Why you should quit smoking before having surgery." 6 de marzo, 2017. <<https://truthinitiative.org/research-resources/harmful-effects-tobacco/why-you-should-quit-smoking-having-surgery>>.
7. San Francisco Tobacco-Free Project. "Addressing Tobacco Use: A Toolkit for HIV Prevention Providers" Agosto 2016. <[https://sanfranciscotobaccofreeproject.org/wp-content/uploads/HIV\\_TobaccoToolkit\\_042117-1.pdf](https://sanfranciscotobaccofreeproject.org/wp-content/uploads/HIV_TobaccoToolkit_042117-1.pdf)>.