



# Los Hechos

## Humo de segunda mano

Cuando usted se fuma un cigarrillo, no solamente se hace daño a sí mismo, sino que también perjudica a los que están a su alrededor. Estar en un ambiente de humo de segunda mano conduce a un mayor riesgo de contraer muchas enfermedades. Incluso el estar en una habitación con un fumador durante tan solo treinta minutos puede afectar negativamente el flujo de sangre en aquellos que nunca han fumado, o puede provocar ataques de asma en niños pequeños. A continuación le ofrecemos otros datos sorprendentes sobre la exposición al humo de segunda mano:

## Niños

- Cerca de 2,000 de las 5,500 muertes producidas por el Síndrome de Muerte Repentina Infantil (SIDS, por sus siglas en inglés) en los Estados Unidos cada año pueden atribuirse al humo de segunda mano.
- El 25% de las 4,500 muertes de niños causadas por enfermedades virales del tracto respiratorio inferior pueden atribuirse al hábito de fumar de los padres.
- Cada año, el humo de segunda mano es responsable de que 15,000 niños necesiten ser hospitalizados; 26,000 casos nuevos de asma infantil y de 150,000 a 300,000 infecciones pulmonares, tales como bronquitis y neumonía en niños menores de 18 meses.
- El 14% de infecciones del oído interno en los niños está relacionado con humo de segunda mano en el hogar.
- El riesgo de contraer crup, bronquitis y neumonía es 60% mayor en los niños expuestos al humo de segunda mano durante los primeros dieciocho meses de vida que en los que no están expuestos.
- En conjunto, el costo médico directo anual por los efectos del humo de segunda mano de los padres en la salud de los niños es de \$4.6 mil millones.
- Más de 6,200 niños mueren cada año a causa de una relación directa con la exposición al humo de tabaco en el hogar.
- Incluso el olor del cigarrillo en la ropa puede provocar síntomas de asma en niños con vías respiratorias delicadas.
- Se ha encontrado nicotina en la leche materna de mujeres que no fuman, pero que han estado cerca de alguien que fuma.



THE UNIVERSITY OF TEXAS  
MD ANDERSON  
CANCER CENTER  
*Making Cancer History®*

## Enfermedades cardiacas

- La exposición al humo pasivo aumenta en un 30% el riesgo de una enfermedad cardiaca o de morir de un ataque al corazón.
- De las 54,000 muertes relacionadas con el hábito de fumar que ocurren cada año en los Estados Unidos, 37,000 se deben a enfermedades cardiacas.
- La inhalación de humo de segunda mano disminuye la capacidad de la sangre para llevar oxígeno al corazón, el cual, en consecuencia, debe trabajar más para mover la cantidad reducida de oxígeno a través del cuerpo. Esto naturalmente ejerce presión en el corazón.

## Cáncer

- Una reciente revisión de varios proyectos de investigación importantes ha demostrado que existe una relación directa entre el humo de segunda mano y el cáncer de pulmón.
- Cada año, en los Estados Unidos, de cinco a seis mil personas que nunca han fumado, pero que han estado expuestas al humo de segunda mano, ya sea en el hogar o en el trabajo, contraen cáncer en el pulmón.

- En las muestras de orina de no-fumadores que trabajan en un entorno donde se fuma se han encontrado partículas que causan cáncer.
- El riesgo de contraer cáncer de pulmón es 30% mayor para los no-fumadores que viven con un fumador.

## Otros efectos

- ¡El humo de segunda mano mata a más de 50,000 americanos cada año!
- Su cónyuge tiene un 20% más de probabilidad de desarrollar cáncer de pulmón si usted fuma una cajetilla de cigarrillos al día.
- La exposición al humo de segunda mano aumenta considerablemente la probabilidad de que una persona con asma tenga un ataque.
- Existe un aumento considerable en la irritación de los ojos, la nariz y la garganta para las personas que están expuestas al humo de segunda mano.
- También hay un aumento en la producción de flema, así como tos y molestias en el pecho.
- La exposición al humo de segunda mano también se ha relacionado con un aumento en la dificultad para respirar, problemas para respirar durante la noche y otros problemas pulmonares importantes en los no-fumadores.

## Recomendaciones

- Deje de fumar inmediatamente si hay un recién nacido o un bebé en su casa.
- Si tiene que fumar, no lo haga en la casa o cerca del niño.
- Nunca fume cuando haya un bebé o un niño en su automóvil.
- Limite el fumar cuando esté cerca de personas con asma, bronquitis u otros problemas respiratorios.
- Si su cónyuge o compañero ha tenido algún tipo de problema cardiaco o pulmonar, no fume cerca de ellos.
- Fume afuera en la medida de lo posible, de manera que otras personas no estén expuestas a su humo.