

# Tabaquismo pasivo

## (Passive smoking)

---

### ¿Qué es el tabaquismo pasivo)?

El tabaquismo pasivo es:

- Aspirar el humo de tabaco exhalado por un fumador (humo directo).
- Aspirar el humo proveniente de un cigarrillo, cigarro o pipa encendidos (humo secundario).

El humo de segunda mano contiene muchos químicos perjudiciales para la salud. Las partículas son muy pequeñas y tienen mayor probabilidad de llegar a los diminutos sacos de aire que hay en los pulmones. El humo secundario no pasa por un filtro.

**Tanto el humo directo como el humo secundario son más perjudiciales que el humo que inhala un fumador.**

### ¿Cómo puede afectar a mi hijo el tabaquismo pasivo?

Humo de segunda mano:

- Causa infecciones de oídos, resfríos, infecciones en los senos nasales y dolor de garganta.
- Causa neumonía, bronquitis, tos y crup.
- Desencadena episodios de asma.
- Puede empeorar la enfermedad por reflujo gastroesofágico.

Un niño que pasa una hora en un cuarto donde muchas personas están fumando, o en un carro cerrado con un fumador, respira la misma cantidad de químicos perjudiciales que si hubiera fumado 10 cigarrillos o más.

El tabaquismo pasivo se asocia al Síndrome de Muerte Súbita Infantil (SIDS, en inglés).

- Los bebés expuestos al humo de tabaco después de nacer tienen una probabilidad 2 veces mayor de morir por SIDS que los bebés que no están expuestos.
- En los bebés expuestos durante el embarazo y después del nacimiento, la probabilidad de morir a causa de SIDS es 3 veces mayor.

El humo de tabaco:

- Irrita los ojos, la nariz y la garganta.
- Está vinculado con dolores de pecho y enfermedades cardíacas.
- Causa 3 000 muertes al año por cáncer de pulmón en personas que no fuman.

### ¿Cómo puedo proteger a mi hijo, a mi familia y a mí mismo?

- No fume en su casa. **Cuando usted fuma, su familia fuma.**

**En caso de emergencia o si tiene una inquietud urgente, llame al 911 o vaya inmediatamente a la sala de urgencias más cercana.**

# Fumador pasivo, continuación

---

- No permita que otras personas fumen dentro de la casa, incluyendo a sus familiares, cuidadores y visitantes.
- Insista que las personas fumen afuera, no en otra habitación de la casa. Si es posible, haga que el fumador se ponga un saco o un abrigo para fumar afuera y pídale que se lo quite antes de volver a entrar a la casa.
- Apoye a las personas que están tratando de dejar de fumar.
- No permita que nadie fume en el carro.
- Asegúrese de que la guardería, la escuela y los programas después de la escuela a los que va su hijo, sean lugares libres de humo.
- Hable con su empleador para asegurarse de que no tenga que respirar el humo de tabaco de otras personas en el trabajo.

**Esta hoja informativa contiene sólo información general. Hable con el médico de su niño o con uno de los integrantes de su equipo de atención médica sobre el cuidado específico para él.**