

Si bien desde hace casi 50 años que se sabe que el tabaquismo es dañino para la salud del fumador, recién hace unos 25 años que se empezó a alertar a la población de que la exposición de los no fumadores al humo de tabaco ambiental (HTA) es un factor de riesgo para varias enfermedades, algunas inocuas y otras que pueden causar la muerte.

El informe del Cirujano General de los Estados Unidos del 2006 revisa el informe de 1986 y se focaliza en los últimos descubrimientos científicos sobre los efectos del HAT en la salud mostrando que NO existe un nivel seguro de exposición y que, a mayor exposición mayor riesgo de sufrir enfermedades y/o muerte.

Haga [clic acá](#) para leer el informe.

Al humo ambiental del tabaco (o humo de segunda mano) se le agregó hace unos años el concepto de humo de **tercera mano**, que es aquel que describe la invisible mezcla de gases y partículas que permanecen adheridas al pelo y la ropa de los fumadores, a los muebles y a las alfombras o tapizados luego de que el fumador ya ha apagado su cigarrillo. Estas sustancias incluyen metales pesados, sustancias cancerígenas e incluso materiales radioactivos que pueden permanecer hasta dos semanas después de que se ha ventilado la habitación donde se estuvo fumando. Los niños menores de edad son los más perjudicados por este tipo de humo. Los niños pequeños, sobre todo, pueden tomar contacto o incluso ingerir estas sustancias, especialmente cuando gatean o juegan en el piso.

Por esto, cerrar la puerta de la cocina para fumar o abrir las ventanas NO protege a los niños ni al resto de la familia de los efectos dañinos del humo. La única manera de proteger a su familia de los efectos del humo del cigarrillo es declarar su casa y su auto como 100% libres de humo de tabaco. Haga clic acá para leer más al respecto.

La exposición al humo de tabaco puede causar efectos inmediatos o a largo plazo.

Los efectos inmediatos son similares en niños y en adultos e incluyen irritación de los ojos, la nariz, la garganta y los pulmones; dolor de cabeza, náuseas y mareos.

[Consecuencias de la exposición al humo de tabaco en los adultos](#)

[Consecuencias en la exposición al humo de tabaco en las embarazadas no fumadoras](#)

[Consecuencias de la exposición al humo de tabaco en los niños](#)

[Consecuencias de la exposición al humo de tabaco en las mascotas](#)