

Hospital de Pediatría  
**Garrahan**



## Prevención de las Enfermedades producidas por el Humo Ambiental de Tabaco

—  
Información para la comunidad

## El tabaco es la principal causa de muerte prematura evitable en el mundo.

En Argentina cada año mueren alrededor de 45.000 personas debido a enfermedades directamente relacionadas al consumo de tabaco.

El tabaquismo es una enfermedad adictiva, crónica y recidivante que afecta no solo a quien fuma, si no a quienes lo acompañan. Esta adicción comienza en edades cada vez más tempranas, en la niñez o en la adolescencia: uno/a de cada cuatro niños/as comienza a fumar antes de los 10 años de edad.

### ¿Cuántas clases de Humo del Tabaco se conocen?

Se denomina fumador pasivo a aquella persona que no es fumadora, pero que respira el humo del tabaco de un fumador (**humo de segunda mano**), por encontrarse cerca. Los/as niños/as son fumadores pasivos si conviven con personas fumadoras.

Desde hace unos años, surge 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, cortinas o tapizados de autos aun 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 meses después de que se ha ventilado la habitación donde se estuvo fumando.

Cualquier nivel de exposición implica un riesgo: a mayor exposición al humo del tabaco, mayor riesgo.



El humo del tabaco y de la marihuana: ¿ambos son nocivos para el organismo?

El humo de tabaco está compuesto por la mezcla del humo que se libera del cigarrillo encendido y el humo que exhala la persona que fuma. En su composición, el cigarrillo contiene alrededor de 7.000 sustancias químicas. De todas las sustancias presentes en el humo de tabaco, al menos 69 son cancerígenas comprobadas.

El humo del cigarrillo de marihuana (hojas de cannabis ) popularmente conocido como "porro" contiene también muchas sustancias nocivas al igual que el cigarrillo de tabaco y produce iguales efectos en las vías respiratorias , además de producir efectos nocivos en el sistema nervioso central y en otros órganos y sistemas.

Los nuevos sistemas como los cigarrillos electrónicos se diseñaron inicialmente para ayudar a dejar de fumar. Sin embargo suministran nicotina en cantidades no controladas junto con otros productos químicos. Además cuando los líquidos electrónicos se calientan a altas temperaturas producen vapores tóxicos que pueden contribuir a generar enfermedad cardiovascular y cáncer.

## ¿Cuáles son los daños que el tabaco produce en la salud del fumador o fumador pasivo?

### En los niños y niñas

- Irritación de la vía aérea superior y ocular, otitis media y tos crónica.
- Inducción o exacerbación de los episodios de asma, bronquiolitis y bronquitis.
- Disminución de la capacidad pulmonar.
- Síndrome de muerte súbita.
- Aumento del número de internaciones por cuadros respiratorios.
- Aumento del ausentismo escolar.



### En las mujeres embarazadas afecta al feto:

- Bajo peso al nacer.
- Parto prematuro.
- Retardo del crecimiento intrauterino.
- Malformaciones congénitas.
- Abortos espontáneos.
- Las sustancias tóxicas del humo del tabaco atraviesan la placenta y también pasan a la leche humana.



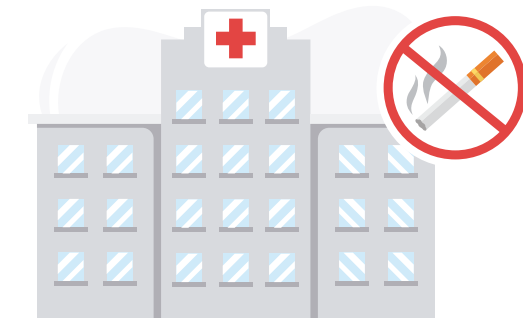
### En los adultos:

- Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC).
- Hipertensión arterial, infartos de miocardio  
accidentes cerebro –vasculares (ACV).
- Cáncer de pulmón con un aumento de la incidencia  
en un 20-30% en relación con el no fumador.
- Cáncer de laringe, boca, mama, vejiga, páncreas,  
cuello uterino, leucemia entre otros.
- Infertilidad.
- Disfunción sexual.



## Legislación

La Ley 26.687 Nacional de Control de Tabaco y la Ley 1799 exigen que las Instituciones de Salud deben ser 100 % Libres de Humo de Tabaco, por lo cual está prohibido fumar dentro de las mismas, incluyendo los patios.



## Recomendaciones

- No fumar en las Instituciones de Salud tanto en espacios internos como en sus patios o terrazas.
- No fumar dentro del hogar, ni en balcones ni en patios.
- No fumar en espacios públicos cerrados o en sus patios si los hubiera.
- No fumar mientras los niños se encuentren fuera del hogar, recordar que las sustancias nocivas quedan adheridas a los muebles, cortinas, ropa, cabello etc.
- No se recomienda el uso de cigarrillos electrónicos. Deben estar lejos del alcance de los niños. La disponibilidad de los repuestos de nicotina para el cigarrillo electrónico en el hogar expone a los niños a episodios de intoxicación si son ingeridos en forma accidental, al igual que la ingesta accidental de colillas de cigarrillos.
- No arrojar las colillas en la vía pública, en paseos, campings, plazas, ríos, playas porque las mismas contaminan el ambiente tanto el suelo como el agua.
- Desde los ámbitos escolares e instituciones de salud es necesario implementar talleres para niños/as y adolescentes con el objetivo de prevenir la iniciación del tabaquismo.
- Recordar que dejar apoyados cigarrillos encendidos en ambientes cerrados pueden provocar incendios.



## Efectos del tabaco en el ambiente

El tabaco destruye nuestro ambiente, perjudicando aún más la salud de las personas debido al cultivo, la fabricación, la distribución, el consumo y la eliminación de los productos de tabaco.



**600.000.000**

**Árboles cortados para fabricar cigarrillos.**



**84.000.000**

**Toneladas métricas de dióxido de carbono emitidas a la atmósfera que aumentan la temperatura del planeta**



**22.000.000.000**

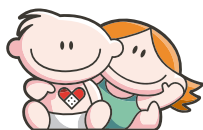
**Litros de agua utilizados para fabricar cigarrillos.**

**Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) refuerzan la necesidad de que todos los países actúen de manera decisiva para reducir el consumo de tabaco.**




**La prevención es el único camino para evitar daños en la salud de los niños, niñas y adolescentes, de los adultos y de los ecosistemas provocados por el Humo Ambiental de Tabaco.**





Hospital de Pediatría  
**Garrahan**

## Unidad Pediátrica Ambiental Garrahan (UPA Garrahan)

 Combate de los Pozos 1881  
(C1245AAM) C.A.B.A.  
República Argentina


 (+54 11) 4122-6000

 [www.garrahan.gov.ar](http://www.garrahan.gov.ar)

**Esta publicación es un aporte para  
la comunidad e instituciones de  
salud editada por:**



 Combate de los Pozos 1881, 2° piso  
C.A.B.A. República Argentina

 (+54 11) 2152-5255

 [info@fundaciongarrahan.org](mailto:info@fundaciongarrahan.org)

 [www.fundaciongarrahan.org](http://www.fundaciongarrahan.org)

   /FundGarrahan