

¿Cuáles son los efectos de la exposición al humo del tabaco?

La exposición al humo del tabaco puede producir numerosas y graves enfermedades que afectan a diferentes órganos y sistemas, como¹:

Cerebro: Accidente cerebrovascular	Ojos: Ceguera y cataratas
Nariz: Cáncer de cavidades nasales y senos paranasales	Boca y garganta: Cáncer de labios, boca, garganta y laringe
Hígado: Cáncer de hígado	Corazón: Trombosis coronaria (ataque cardiaco)
Riñones y vejiga: Cáncer de vejiga y riñón	Pecho y abdomen: Cáncer esofágico. Cáncer gástrico, de colon y pancreático
Reproducción femenina: Cáncer cervical. Disminución de la fertilidad	Pulmones: Cáncer pulmonar, bronquial y traqueal. Enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC). Bronquitis aguda



· En el Perú una de cada ocho muertes puede ser atribuible al consumo de tabaco².

HUMO DE SEGUNDA MANO



Es el humo que sale de un cigarrillo, puro o pipa. También es el humo que los fumadores exhalan.

¿Cuándo nos encontramos expuestos?

Cuando una o varias personas se encuentran fumando cerca a nuestro lugar de tránsito. Este humo que aspiran los fumadores pasivos es tan tóxico como el cigarrillo mismo.

¿Cómo puedo proteger a mi familia?³

- No permita que se fume en su casa o automóvil.
- Manténgase y mantenga alejada a su familia de lugares en los que se permita fumar.
- Si va a recrearse, asegúrese de que en el espacio público a visitar, no se fume.

¿Por qué es dañino el humo del tabaco?

El humo del tabaco contiene más de 4000 agentes químicos; de los cuales se sabe que, como mínimo, 250 son nocivos y más de 50 son cancerígenos para el ser humano⁴.

HUMO DEL TABACO	
Acetona	Cianuro de hidrógeno
Acetileno	Plomo
Arsénico	Metanol
Benceno	Nicotina
Butano	Fenol
Cadmio	Polonio 210
Monóxido de Carbono	Glicol propílico
DDT	Tolueno
Formaldehido	Cloruro de vinilo

· Los tóxicos del humo del tabaco son capaces de permanecer hasta 14 días suspendidos en el lugar donde se fumó⁵.

Ambiente libre de humo del tabaco

Es aquel donde no se permite fumar en ningún momento, en ninguna área en su interior y bajo ninguna circunstancia⁶.

La Ley General para la prevención y control de los riesgos del consumo del tabaco, Ley N° 28705, modificada por la Ley N° 29517, prohíbe fumar en los siguientes ambientes:



- Establecimientos dedicados a la salud
- Establecimientos dedicados a la educación
- Dependencias públicas
- Interiores de los lugares de trabajo
- Espacios públicos cerrados
- Cualquier medio de transporte público

· Cada 31 de mayo se celebra el Día Mundial sin tabaco, con el fin de generar conciencia y reducir el consumo de tabaco en el mundo.

¹ SHAFÉY, Omar, Michael ERIKSEN, Hana ROSS y Judith MACKAY. 2009 El Atlas del tabaco. Tercera edición. Atlanta: Bookhouse Group. Inc.
² Instituto de Efectividad Clínica y Sanitaria (IECS). 2017 El tabaquismo en Perú. Buenos Aires. Consulta: 11 de febrero de 2019. https://www.iecs.org.ar/wp-content/uploads/Flyer_tabaquismo_Peru.pdf
³ El humo del tabaco en el medio ambiente y la salud de la familia. https://espanol.epa.gov/sites/production-es/files/2015-09/documents/trifold_brochure.pdf

⁴ Organización Mundial de la Salud (OMS) ¿Afecta el humo de tabaco a los no fumadores? Consulta: 12 de febrero de 2019. <https://www.who.int/features/qa/60/es/>
⁵ La Gaceta-Gobierno de Tucumán, Argentina. Consulta: 04 de marzo de 2019. <https://www.lagaceta.com.ar/nota/412017/informacion-general-toxicos-humo-tabaco-duran-14-dias-ambiente.html>
⁶ PAHO, Informe sobre control de tabaco 2011 - Perú. Consulta: 11 de febrero de 2019. <https://www.paho.org/hq/dmdocuments/2012/Peru-CR-web.pdf>