

## Preguntas frecuentes sobre el humo ambiental del tabaco

### ***¿Qué es el humo ambiental del tabaco?***

El humo ambiental del tabaco es resultado del “humo lateral” que viene de la punta ardiente de un cigarrillo y del “humo principal” que espira el fumador. Las expresiones “humo ambiental del tabaco”, “tabaquismo pasivo”, “tabaquismo involuntario” o “exposición al humo ambiental del tabaco” se refieren al fenómenos de respirar el humo que generan los fumadores.

### ***¿Qué hay en el humo ambiental del tabaco?***

El humo ambiental del tabaco es el humo que las personas respiran cuando comparten el mismo espacio con los fumadores. Es una mezcla del humo que espira el fumador, el humo lateral emitido por el cigarrillo entre bocanadas, los contaminantes emitidos en el aire durante la bocanada y los contaminantes que se difunden entre bocanadas a través del papel del cigarrillo y el extremo que se pone en la boca.<sup>1</sup> Es una combinación compleja de más de 4.000 productos químicos en forma de partículas y gases. Comprende irritantes y venenos sistémicos como cianuro, dióxido de azufre, monóxido de carbono, amoníaco y formaldehído. También contiene carcinógenos y mutágenos como arsénico, cromo, nitrosaminas y benzo(a)pireno. Muchos de los productos químicos, como nicotina, cadmio y monóxido de carbono, dañan los procesos reproductivos. El humo ambiental del tabaco es un gran contaminante del aire de los locales cerrados. Ha sido clasificado por el Organismo de Estados Unidos para la Protección del Medio Ambiente como carcinógeno “clase A” o humano, para el cual no hay ninguna concentración por debajo de la cual la exposición está exenta de peligro.

### ***¿Cómo afecta a la salud el humo ambiental del tabaco?***

Los no fumadores que respiran el humo ambiental del tabaco sufren muchas de las mismas enfermedades que los fumadores habituales. Las muertes debidas a cardiopatías así como los cánceres del pulmón y de los senos paranasales se han asociado causalmente con exposición al humo ambiental del tabaco. Este también causa una amplia variedad de efectos adversos en la salud de los niños, como bronquitis y neumonía, aparición y exacerbación del asma, infecciones del oído medio, que es la causa más común de sordera en los niños. La exposición de las mujeres no fumadoras al humo ambiental del tabaco durante el embarazo reduce el crecimiento fetal, y la exposición posnatal de los lactantes a dicho humo aumenta enormemente el riesgo del síndrome de muerte súbita del recién nacido (SMSRN). El humo del tabaco también causa efectos inmediatos como irritación de ojos y nariz, dolores de cabeza, dolor de garganta, mareo, náusea, tos y problemas respiratorios.

### ***¿Cuál es el alcance del problema del humo ambiental del tabaco?***

La exposición al humo ambiental del tabaco es un problema generalizado que afecta a los pueblos de todas las culturas y países. Esta exposición ocurre en toda situación ordinaria en la vida cotidiana: en los hogares, en el trabajo, en la escuela, en los campos de juegos, en el transporte público, en los restaurantes y bares... literalmente en todas partes a donde van las personas.

Las encuestas realizadas en diversos lugares del mundo confirman la exposición generalizada. En una encuesta se calculó que 79% de los europeos mayores de 15 años estaban expuestos al humo ambiental del tabaco. Según otra encuesta, se calculó que 88% de los no fumadores en los Estados Unidos estaban expuestos al humo ambiental del tabaco. Los datos recientes de Sudáfrica indican que, en Soweto, 64% de los niños menores de cinco años viven con al menos un fumador en la casa. La Sociedad del Cáncer de Nueva Zelanda informa que el humo ambiental del tabaco es la tercera causa de muerte en el país, después del tabaquismo activo y el consumo de bebidas alcohólicas.

### ***¿Es la respuesta contar con secciones de no fumar bien ventiladas?***

No. Aunque una buena ventilación puede ayudar a reducir la irritabilidad que causa el humo, no elimina sus componentes tóxicos. Cuando las secciones de fumar comparten la ventilación con áreas de no fumar, el humo se dispersa por todas partes. Las secciones de fumar solo ayudan a proteger a no fumadores cuando

<sup>1</sup> Environmental Protection Agency. Respiratory health effects of passive smoking: Lung cancer and other disorders. Washington, D.C.: Office of Health and Environmental Assessment, 1992..



están completamente cerradas, tienen otro sistema de ventilación que va directamente al aire libre sin aire recirculante en el edificio y cuando los empleados no están obligados a pasar por dichas secciones.

### ***Entonces, ¿cómo podemos proteger a las personas del humo ambiental del tabaco?***

Los **gobiernos** pueden reglamentar y legislar prohibiciones del acto de fumar en los lugares públicos, educar a las personas sobre los peligros del humo ambiental del tabaco y proporcionar apoyo a los que desean dejar de fumar. Los **empleadores** pueden implantar y hacer cumplir prohibiciones del acto de fumar en los centros de trabajo. Los **padres** pueden dejar de fumar en la casa y en el automóvil, en particular alrededor de los niños, y pedirles a otros que hagan lo mismo. También pueden lograr que la guardería de sus hijos, la escuela y los programas después de las clases sean en locales libres de humo de tabaco. Las **personas** pueden hacer saber a sus familiares, amigos y colaboradores que les molesta que fumen cerca de ellos. Trabaje con sus organizaciones locales para iniciar medidas para combatir el humo ambiental del tabaco.

### ***¿Es difícil hacer cumplir las restricciones del acto de fumar?***

La mayoría de la gente —hasta los fumadores— apoyan los espacios libres de humo de tabaco. Las prohibiciones de fumar en los centros de trabajo y los lugares públicos funcionan cuando las personas son conscientes de ellas. La gente debe saber con antelación que se están implantando dichas prohibiciones y debe conocer los motivos de salud para prohibir que se fume en ciertos sitios. La buena educación y la planificación por adelantado llevan al cumplimiento voluntario y al éxito de las restricciones del acto de fumar.

### ***¿Perjudican a los negocios las restricciones del acto de fumar?***

No. La mayoría de los empleadores que imponen espacios libres de humo de tabaco ahorran dinero al aumentar la productividad, disminuir los costos de mantenimiento y de limpieza, y reducir la cobertura de seguro. Los estudios de los ingresos por concepto de ventas en los restaurantes y bares de los Estados Unidos antes de las prohibiciones del acto de fumar y después de ellas han hallado que las ventas generalmente siguen iguales o aumentan después de la prohibición del acto de fumar.

### ***... Entonces, ¿por qué son tan raros los lugares libres de humo de tabaco?***

La industria tabacalera gasta millones para financiar campañas de información incorrecta sobre el humo ambiental del tabaco. Ha contratado a científicos y consultores no solo para confundir al público acerca de la validez de los datos científicos, sino también para crear duda en cuanto a los investigadores que producen los datos y sobre los propios datos científicos. Además de atacar los estudios legítimos, la industria financia y promueve proyectos de investigación falsos que restan importancia a la gravedad del humo ambiental del tabaco.

Los grupos de presión y los abogados que trabajan en favor del tabaco desvían la reglamentación gubernamental del humo ambiental del tabaco, y esto se ha complementado y ayudado mediante enormes contribuciones de empresas tabacaleras a las campañas políticas. Cuando no funcionan ni el dinero ni la información incorrecta, la industria promueve soluciones falsas para controlar el humo ambiental del tabaco.

Si bien las pruebas indican que la ventilación *no* es una solución eficaz al problema del humo ambiental del tabaco, la industria sigue presionando hacia esta opción, incluso formando "grupos pantalla" de consultores sobre aire en locales cerrados que restan importancia a los riesgos del humo ambiental del tabaco.

Se ha lanzado en el mundo una campaña para promover la "cortesía de poder elegir" como una opción a la prohibición de fumar en los lugares públicos. Esto implica que el grave problema del humo ambiental del tabaco puede ser resuelto simplemente si los fumadores piden permiso antes de encender un cigarrillo o teniendo secciones separadas de fumadores y no fumadores. Por lo tanto, el humo ambiental del tabaco se presenta como una mera molestia para los no fumadores, y no como una cuestión de salud. La industria también financia movimientos de los derechos de los fumadores para crear la denominada oposición independiente a las prohibiciones del acto de fumar. A las personas que se preocupan por el humo ambiental del tabaco se les tilda de fanáticos.

Afortunadamente, se puede derrotar a la oposición de la industria tabacalera al aire limpio. Las acciones que usted realice lograrán un cambio. Conviértase en un líder en su lugar de trabajo, su organización, su comunidad y su hogar. ¡Intervenga en favor del aire limpio y hágase escuchar! Limpiemos el aire.

