

Las personas que han decidido, libremente, no fumar o dejar de hacerlo se pueden convertir en fumadores pasivos.

¿Qué es un fumador pasivo?

Es aquella persona reconocida por la Organización Mundial de la Salud, **que, sin fumar voluntariamente, aspira el humo del tabaco** por tener que permanecer un tiempo en ambientes donde fuman otras personas. Estas personas, que viven o trabajan en ambientes cargados de humo, corren riesgo de enfermar.

¿Por qué?

Quando un fumador enciende un cigarrillo se producen dos tipos de corrientes de humo:

- Corriente principal: la que inhala el fumador con cada calada.
- Corriente secundaria o lateral: la debida al humo producido por la combustión pasiva del cigarrillo.

Se ha comprobado que esta corriente secundaria contiene concentración superior de algunos de los componentes del humo del tabaco, (alquitran, nicotina, benzopireno, amoniaco, etc.). Así pues, un fumador pasivo aspira el humo de la corriente secundaria y el exhalado al ambiente por el fumador. Se estima que en espacios cerrados y poco ventilados en los que se fuma, un no fumador puede inhalar en una hora tanto humo como un fumador al consumir de uno a tres cigarrillos.

La aspiración de estas sustancias, hace que vivir o trabajar en un ambiente cargado de humo de tabaco suponga un riesgo para la salud.

Consecuencias para la salud

Efectos en vías respiratorias

La exposición a ambientes cargados de humo producen a **corto plazo**, alteraciones de las vías respiratorias, manifestándose con tos, estornudos, etc. Estos efectos son mayores en personas con antecedentes de bronquitis, alergias (asma) y sinusitis, provocando crisis y aumento de secreciones.

Los hijos de padres fumadores son un grupo especial de riesgo ya que padecen con mayor frecuencia tos, expectoración y enfermedades respiratorias como neumonía, bronquitis, y asma. Además estos niños pueden sufrir a **largo plazo**, disminución de la función pulmonar y enfermedades pulmonares obstructivas crónicas.

Cáncer de pulmón

Diferentes estudios concluyen que el tabaquismo pasivo es una de las causas de cáncer de pulmón, considerando que las personas que están expuestas a ambientes cargados con humo de tabaco aumentan un 30% el riesgo de padecerlo. El riesgo de cáncer de pulmón relacionado con el tabaquismo pasivo, se comprueba sobre todo **en las personas que conviven con grandes fumadores o comparten un despacho pequeño con fumadores**. De las muertes producidas por esta causa 2/3 se le atribuyen a la exposición laboral y 1/3 a la del hogar.

Efectos cardiovasculares

En la aparición de enfermedades cardiovasculares influyen múltiples factores (hipertensión arterial, hipercolesterolemia, obesidad, etc.), siendo difícil atribuir a un solo factor la aparición de las mismas. No obstante, en estudios recientes se demuestra que **el riesgo de muerte por enfermedades cardíacas isquémicas o por infarto de miocardio** aumenta aproximadamente un 20% para la esposa no fumadora de un fumador y un 30% para el esposo no fumador de una mujer fumadora. Siendo este riesgo mayor cuanto mayor sea el consumo de cigarrillo del cónyuge.

¿Qué se puede hacer?

El no fumador al estar compartiendo lugar de trabajo, hogar, transporte, locales, etc., con personas fumadoras está sufriendo las molestias producidas por el olor a tabaco y la impregnación de ropa y pelo de humo, además de estar expuesto a un riesgo para la salud. **Los no fumadores han elegido la salud libremente, derecho reconocido por la legislación española. Por consiguiente, tienen derecho a vivir y trabajar en un ambiente exento de humo de tabaco.**

Derechos de los no fumadores

Los no fumadores han elegido la salud y se les han de reconocer los siguientes derechos:

Derecho a respirar aire puro, limpio y libre de los perjuicios del tabaco.

Este derecho reemplaza al de los fumadores a consumir tabaco: "...en ausencia de norma, prevalecerá el derecho del no fumador". (Real Decreto 192/1988).

Derecho a manifestar en voz alta su repulsa hacia el tabaco y en el mismo instante en que los fumadores enciendan un cigarrillo sin obtener el permiso oportuno.

Derecho a iniciar acciones legales y de presión social para proteger su salud y prevenir el tabaquismo.

Se recomienda en el hogar donde existan fumadores y no fumadores, disminuir el consumo, evitar fumar delante de los niños, embarazadas y personas enfermas. Así como, en la medida de lo posible, ventilar la casa.



Los no fumadores han elegido la salud y tienen derecho a que se les respete.

SI NO FUMAS, NO EMPIEZES.

Solicita más información a:



PROGRAMA DE INFORMACIÓN SOBRE TABAQUISMO
Consejería de Sanidad y Política Social

Dirección General de Salud
Sección de Educación para la Salud
Ronda de Levanta 11, 30008 Murcia.
Tfno.: 968 36 20 00 Ext. 1412 y 1425.

Fax: 968 23 51 41
e-mail: edutabac@car.m.68

Información para **no fumadores**

**No Fumes,
y que no te
hagan fumar**



Región de Murcia
Consejería de Sanidad y Política Social
Dirección General de Salud

 **INSALUD
MURCIA**