



¡IGANA VIDA! SIN TABACO

Nombre: Apellidos:

TABAQUISMO PASIVO

- Un fumador pasivo es aquella persona que no fuma pero que inhala el aire contaminado por el humo de las personas que fuman a su alrededor, es un FUMADOR INVOLUNTARIO Y FORZOSO.
- El humo del tabaco es el contaminante ambiental con mayor poder cancerígeno.
- Es causa en fumadores pasivos de:

Irritación nasal y tos, cáncer de pulmón y enfermedad coronaria.

- Además aumenta el riesgo de:

Arteriosclerosis e infarto cerebral, enfermedad pulmonar crónica y asma, empeorar síntomas respiratorios y función pulmonar, cáncer de seno nasal, cáncer de mama.

- Las personas MAS SUSCEPTIBLES al humo del tabaco ambiental son:

EMBARAZADAS: mayor riesgo de embarazo ectópico, aborto espontáneo, rotura prematura de membranas, complicaciones placentarias, parto pretérmino y bajo peso en el recién nacido.

NIÑOS: riesgo de infecciones respiratorias, infecciones del oído medio (causan sordera), muerte súbita del lactante, pérdida de olfato, agravar el asma.

ENFERMOS CRÓNICOS.

Por ello, es MUY IMPORTANTE.

- Evitar la exposición al humo de tabaco ambiental en su propia casa, en el coche, en el trabajo, en lugares públicos etc.,
- Proteger del humo de tabaco a embarazadas, personas enfermas y sobretodo a los niños que no pueden elegir por sí mismos un ambiente sin humo.
- Si alguien fuma en casa, que lo haga en un balcón ó galería con las puertas cerradas.
- Elija cafeterías, bares y restaurantes en los que no se fume y que cumplan la normativa exigida con respecto a espacios libres de humo.