



Humo de segunda mano y tus hijos

El humo de segunda mano es la combinación del humo proveniente del cigarrillo encendido y del humo liberado por los fumadores. Al respirar este humo que liberan los fumadores y el cigarrillo al quemarse es como si usted estuviera fumando también. Cuando usted está a menos de 20 pies si es cigarrillo regular o a menos de 9 pies si es un cigarrillo electrónico de una persona que está fumando, usted inhala las mismas sustancias químicas peligrosas y venenos al igual que él/la fumador.

Las consecuencias a la salud por la exposición al humo del tabaco

- En el embarazo la posibilidad de que el embrión se implante en un lugar distinto de la cavidad uterina o embarazos ectópicos (trompas, ovario o masa intestinal), mayor probabilidad de que se produzca un aborto espontáneo, riesgo de adelanto del parto, riesgo de placenta previa, mayor peligro de hipertensión en el embarazo, alto riesgo de desarrollar diabetes, está asociado con algunos defectos genéticos como paladar hendido y labio leporino. Las madres que fuman una cajetilla al día durante el embarazo tienen un 85% más de riesgo de tener un hijo con retardación mental.
- En los bebés puede provocar el síndrome de muerte súbita infantil, bajo peso al nacer, cáncer, desarrollo deficiente de destrezas motoras. Además de afectar en general, el desarrollo del cerebro y los pulmones. La nicotina pasa a la leche materna (en una cantidad cuatro veces superior respecto a la concentración de nicotina en la sangre de la madre). La ingestión de nicotina provoca irritabilidad en el bebé y lo expone a sufrir más cólicos de lo habitual. Puede provocar un cierto grado de dependencia en el bebé, lo cual puede desembocar en estados de cierto nerviosismo, e incluso de estrés.
- En los niños puede provocar tos e infecciones de oído constante, bronquitis, neumonía y asma. Los niños de madres que fuman son dos veces más propensos a desarrollar problemas de aprendizaje y comportamiento que otros niños. Los niños expuestos al humo del tabaco tienen tres veces más riesgos de desarrollar un cáncer de pulmón en su etapa adulta que los que crecen en un ambiente no-fumador, según nuevos estudio científicos.
- Los adultos expuestos al humo de tabaco tienen más probabilidades de padecer de enfermedades pulmonares, enfermarse y morir de enfermedades cardíacas y cáncer pulmonar que un adulto no fumador o que no se exponga al humo.

¿Qué puede hacer?

Libera tu ambiente de humo del tabaco:

- No permitas que se fume en tu casa, ni en tu auto
- Pídele a tus familiares y amigos que no fumen cerca de ti, ni de sus hijos.
- Aléjate de áreas y/o personas que se encuentren fumando.
- Si fumas piensa seriamente en dejar de fumar. Consulta a tu médico y llama a la Línea de Cesación de Fumar ¡Déjalo Ya! al 1-877-335-2567, ellos te pueden ayudar. Buscar ayuda es muy importante la adicción a la nicotina que contiene todas las formas del uso de tabaco es una enfermedad crónica que debe de ser tratada recuerda que...

Ninguna de las Enfermedades con las que el consumo de tabaco está asociada, ocurriría, si el tabaco no fuera adictivo.

No existe una cantidad sana de humo de segunda mano. El respirar un poco de humo de segunda mano puede ser peligroso. Protege tu familia y a ti mismo del humo de segunda mano.