CDC Signosvitales™
Febrero de 2015

El humo de segunda mano: Un peligro al que no están todos expuestos por igual

58 millones

1 de cada 4 no fumadores (58 millones de personas) en los EE. UU. todavía está expuesto al humo de segunda mano.

2 de cada 5

Cerca de 2 de cada 5 niños (incluidos 7 de cada 10 niños de raza negra) están expuestos al humo de segunda mano.

1 de cada 3

Más de 1 de cada 3 no fumadores que habitan en viviendas rentadas están expuestos al humo de segunda mano.

Ningún nivel de exposición al humo de segunda mano es seguro. La exposición al humo de segunda mano ocurre cuando las personas que no fuman respiran el humo que exhalan los fumadores o el humo proveniente de la quema de productos de tabaco. El humo de segunda mano mata a más de 400 bebés y 41 000 adultos no fumadores* al año. La exposición al humo de segunda mano entre los no fumadores en los EE. UU. ha disminuido, pero el progreso no ha sido igual para todos. La exposición al humo de segunda mano es más común entre los niños de 3 a 11 años de edad, las personas de raza negra, aquellos que viven por debajo del nivel de pobreza y los que arriendan una vivienda.

Las autoridades estatales y municipales pueden ayudar a proteger a los niños y a los adultos que no fuman del humo de segunda mano en los lugares donde viven y trabajan, y en los que visitan, al usar métodos comprobados para eliminar el hábito de fumar en los siguientes sitios:

◊ Áreas interiores de todos los lugares públicos, como restaurantes, bares, casinos y otros sitios de trabajo privados.

◊ Viviendas de múltiples unidades, como apartamentos, condominios y viviendas subsidiadas por el gobierno.

*Muertes infantiles causadas por el síndrome de muerte súbita del lactante relacionado con el humo de segunda mano. Muertes en adultos no fumadores causadas por cáncer de pulmón y enfermedades cardiacas relacionadas con el humo de segunda mano.

→ **Vea la página 4**

¿Quiere saber más? Visite

www www.cdc.gov/spanish/signosvitales

National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion
Office on Smoking and Health

Problema

58 millones de no fumadores en los EE. UU. todavía están expuestos al humo de segunda mano

¿Quién corre mayor riesgo?

La exposición al humo de segunda mano disminuyó a la mitad desde 1 de cada 2 no fumadores en 1999-2000 a 1 de cada 4 no fumadores en el 2011-2012, pero la exposición sigue siendo especialmente alta en ciertos grupos.

◊ 2 de cada 5 niños (cerca de 15 millones) de 3 a 11 años están expuestos al humo de segunda mano.

◊ Casi la mitad de los no fumadores de raza negra está expuesta al humo de segunda mano, incluidos 7 de cada 10 niños de raza negra.

◊ Más de 2 de cada 5 no fumadores que viven por debajo del nivel de pobreza están expuestos al humo de segunda mano.

◊ Más de 1 de cada 3 no fumadores que habitan en viviendas rentadas están expuestos al humo de segunda mano.

Los hogares son la mayor fuente de exposición.

Al prohibir fumar en espacios interiores se protege completamente a los no fumadores de la exposición al humo de segunda mano. La mitad de la población estadounidense está cubierta por leyes estatales o locales que no permiten fumar en interiores en sitios de trabajo y lugares públicos, incluidos restaurantes y bares. La mayor parte de la gente ha adoptado reglas de no fumar en sus hogares. Aun así, la exposición en el hogar sigue siendo un problema significativo.

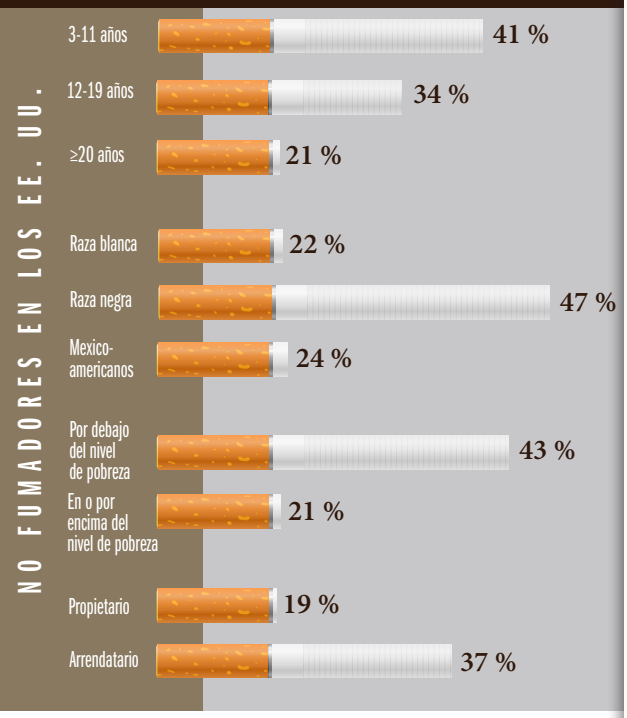
◊ El hogar es la principal fuente de exposición al humo de segunda mano para los niños.

◊ Cerca de 80 millones de personas en los Estados Unidos (1 de cada 4) habitan en viviendas de múltiples unidades y pueden estar expuestas al humo de segunda mano no deseado en su hogar. El humo de segunda mano proveniente de las unidades o áreas comunes donde se fuma puede filtrarse a las unidades libres de humo.

◊ Muchas de las personas que habitan en viviendas públicas son especialmente afectadas por el humo de segunda mano, incluidos los niños, los ancianos y las personas con discapacidades.

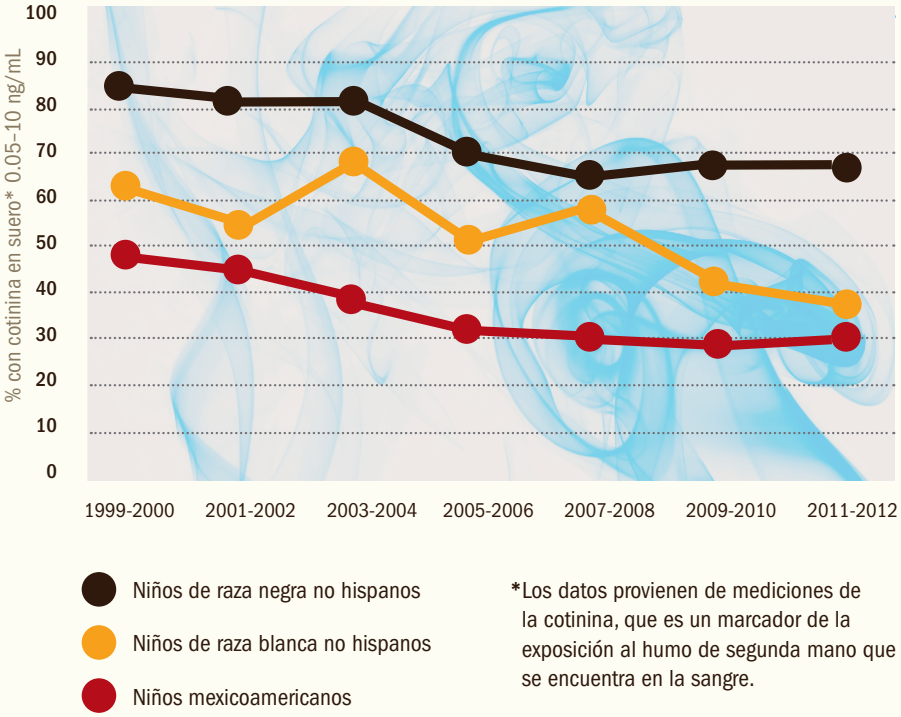
El humo de segunda mano y las **nocivas sustancias** químicas que hay en él son causas conocidas del **Síndrome de Muerte Súbita del Lactante**, **DE INFECCIONES RESPIRATORIAS y de oído**, y de **ataques de asma** en bebés y niños. También son causas conocidas de **ENFERMEDADES CARDIACAS**, **accidentes cerebrovasculares** y **cáncer de pulmón** en adultos no fumadores.

Grupos con mayor exposición al humo de segunda mano



FUENTES: Datos de la Encuesta Nacional de Exámenes de Salud y Nutrición, 1999-2012, y Signos Vitales de los CDC, febrero de 2015, www.cdc.gov/spanish/signosvitales.

Exposición al humo de segunda mano en los niños de 3 a 11 años por raza o grupo étnico

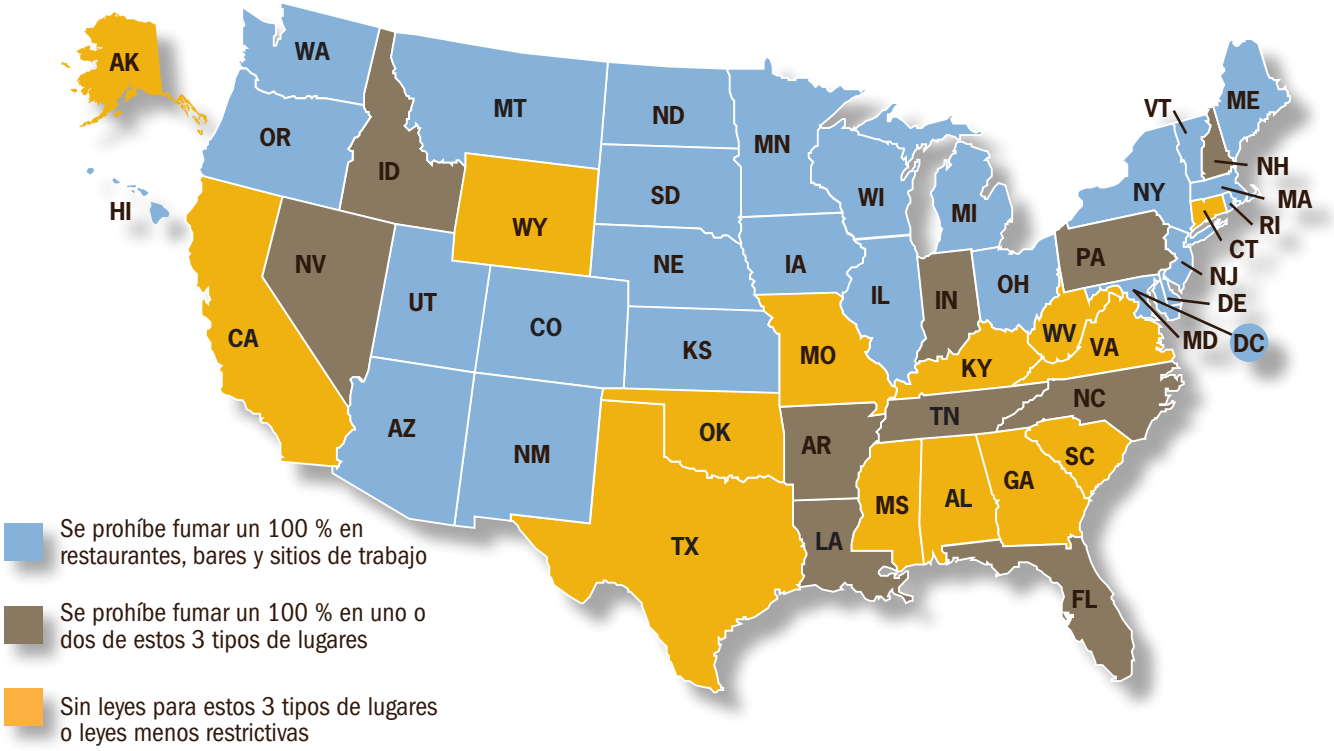


*Los datos provienen de mediciones de la cotinina, que es un marcador de la exposición al humo de segunda mano que se encuentra en la sangre.

FUENTES: Datos de la Encuesta Nacional de Exámenes de Salud y Nutrición, 1999-2012, y Signos Vitales de los CDC, febrero de 2015, www.cdc.gov/spanish/signosvitales.

Leyes estatales que prohíben fumar

Las leyes estatales que prohíben fumar en interiores en restaurantes, bares y sitios de trabajo privados varían de un estado a otro.



FUENTE: Sistema STATE, mapas interactivos de control del tabaco, leyes; aire interior libre de humo.

Lo que se puede hacer

El gobierno federal hace lo siguiente

◊ Monitorea la exposición al humo de segunda mano, educa al público acerca de los peligros del humo de segunda mano, hace investigaciones, otorga fondos a programas que trabajan para reducir el consumo de tabaco y la exposición al humo de segunda mano en lugares públicos y regula los productos de tabaco.

◊ Otorga fondos y promueve campañas de educación sobre el tabaco, como la campaña de los CDC *Consejos de exfumadores* (www.cdc.gov/consejos), que les enseña a las personas la forma en que fumar y la exposición al humo de segunda mano los puede perjudicar.

◊ Fomenta normas que prohíben fumar en viviendas subsidiadas y públicas.

◊ Crea ambientes libres de tabaco y de su humo para los empleados, clientes y socios.

Los estados y las comunidades pueden

◊ Trabajar para que se prohíba fumar en el interior de todos los lugares públicos y de trabajo, incluidos los restaurantes, bares y casinos.

◊ Apoyar los esfuerzos que prohíben fumar en las viviendas de múltiples unidades.

◊ Otorgar fondos a programas integrales de prevención y control del tabaco a los niveles recomendados por los CDC para llegar a las poblaciones subatendidas, incluidas aquellas con la mayor carga de exposición al humo de segunda mano.

Los médicos, el personal de enfermería y otros proveedores de atención médica pueden

◊ Preguntarles a sus pacientes si consumen productos de tabaco, alentar a aquellos que los usan a que dejen de hacerlo y proporcionar ayuda para dejar de fumar.

◊ Alentar a los pacientes que no fuman a que eviten la exposición al humo de segunda mano donde trabajen, vivan y se reúnan.

◊ Hablar con sus pacientes acerca de los peligros del humo de segunda mano.

Todos pueden

◊ Llamar al 1-855-DÉJELO-YA o visitar el sitio espanol.smokefree.gov/ para obtener ayuda gratuita si fuman y quieren dejar de hacerlo, o si conocen a alguien que fuma y quiere dejar ese hábito.

◊ Hacer que sus hogares y vehículos estén 100 % libres de humo del tabaco. Abrir una ventana o usar ventiladores o desodorantes ambientales no protege a los no fumadores de los peligros del humo de segunda mano.

◊ No permitir que nadie fume cerca de los niños y evitar todos los lugares públicos donde se permita fumar.

◊ Hablar con los niños acerca de por qué no deberían fumar ni estar cerca del humo de segunda mano.
(Visite www.cdc.gov/tobacco/data_statistics/sgr/2012/)

www www.cdc.gov/Spanish/SignosVitales/Tabaco

www www.cdc.gov/mmwr

Para más información:
Teléfono: 1-800-CDC-INFO (232-4636)
Línea TTY: 1-888-232-6348
Sitio web: www.cdc.gov/spanish/
Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
1600 Clifton Road NE, Atlanta, GA 30333
Fecha de publicación: 3 de febrero de 2015

CS253566B