

# *Los graves peligros de los fumadores pasivos*

---



Por Dr. Alberto Quirantes Hernández

Los fumadores pasivos, llamados también involuntarios, inhalan el llamado humo de segunda mano generado por irresponsables fumadores activos.

En estas pobres víctimas también pudieran presentar muy serios problemas de salud, similares a los observados en quienes inhalan directamente el venenoso humo de tabaco.

Estas inocentes personas castigadas sin misericordia alguna, muchas veces inocentes niños, aspiran involuntariamente el humo generado del extremo encendido del cigarrillo, el tabaco o la pipa, más el exhalado por el fumador.

Según se conoce hasta ahora, en el tabaco existen más de 50 sustancias capaces de causar cáncer, además de infecciones de las vías respiratorias y enfermedades cardíacas.

No existe una cantidad sana o permitida de inhalación pasiva. Debe evitarse para todos, pero con los niños, embarazadas, personas de mayor edad y con problemas

respiratorios o cardíacos se debe tener especial cuidado y eliminar de su entorno la más mínima cantidad de humo de tabaco capaz de ser inhalada por ellos.

## **INADVERTIDAMENTE LLEGA LO PEOR**

Quienes no son fumadores pueden exponerse al humo de segunda mano sin darse cuenta. Incluso no ser conscientes de encontrarse en riesgo de padecer de cáncer de pulmón y enfermedad cardíaca de manera análoga a un fumador.

Los fumadores activos deben percatarse de esta abuso, casi siempre sobre sus seres más queridos, y dejar de fumar. Si no son capaces de asumir responsabilidades por su propio futuro, por lo menos deben hacerlo en nombre del porvenir de las personas a quienes tanto quieren.

## **CIFRAS TERRIBLES PERO CIERTAS**

Se realizó una investigación en la Escuela de Medicina Icahn de Mount Sinai, en la ciudad de Nueva York y publicada en la revista Carcinogenesis, con el fin de evaluar de una forma más precisa los devastadores efectos del humo de segunda mano en fumadores pasivos.

Se analizó el nivel de cotinina, un derivado de la nicotina en la sangre en más de 20 mil no fumadores. La cotinina es un alcaloide presente en el tabaco y es un metabolito de la transformación de la nicotina por el organismo. Se utiliza para medir la exposición al humo activo y, sobre todo, al pasivo.

Los niveles de cotinina en sangre son necesarios para determinar la exposición pasiva al humo del tabaco y el riesgo subsiguiente de cáncer de pulmón y otras enfermedades relacionadas con fumar.

Fue encontrado un aumento significativo en los años de vida perdidos según los niveles de cotinina en la sangre. Los más bajos se asociaron con 5.6 años de vida perdida, y los más altos con 7.5 años.

El aumento en la concentración de cotinina se asoció con el cáncer de pulmón, con todos los tipos de cáncer y con la enfermedad cardíaca.

## **SE NECESITAN MÁS RESTRICCIONES**

Resultan necesarias restricciones más estrictas en relación a las prohibiciones de fumar y de aumentar los exámenes preventivos en las personas con más probabilidades de haberse expuesto al humo de segunda mano.

Aumentar el alcance y la extensión de los ambientes libres de humo reduciría los niveles de cotinina, y en última instancia la muerte, las mutilaciones y el sufrimiento en los fumadores pasivos.

Los niños se encuentran en la categoría de fumadores pasivos y entre los más vulnerables. Por amor a sus propios hijos, por favor, ¡DEJE DE FUMAR!

(Tomado de Cubahora)

---

<https://www.radiohc.cu/index.php/noticias/salud/109749-los-graves-peligros-de-los-fumadores-pasivos>



**Radio Habana Cuba**