

Día Mundial Sin Tabaco: cómo proteger a los niños del riesgo silencioso y dañino que genera el tabaquismo pasivo

La exposición al humo ambiental del tabaco se ha convertido en una preocupante amenaza que afecta a más de un tercio de la población mundial, en especial a los niños, quienes son particularmente vulnerables a sus efectos nocivos y están más propensos en el futuro a desarrollar problemas respiratorios, enfermedades cardiovasculares o diversos tipos de cánceres.

Cada 31 de mayo se conmemora el Día Mundial Sin Tabaco, fecha que busca concientizar y educar a la sociedad civil sobre el conjunto de enfermedades que están asociadas a este mal hábito, entre ellas, la inhalación involuntaria de tabaco en la población infantil. Anualmente, se estima que 1,2 millones de personas fallecen por el tabaco pasivo en el mundo y 65 mil de estos lo harán en la infancia.

Según explicó el pediatra Alberto Vidal, broncopulmonar infantil de Clínica MEDS, "se le llama tabaquismo pasivo a la condición en que las personas no fumadoras pueden adquirir involuntariamente las sustancias presentes en el humo del tabaco. Estas personas recibirán el humo del tabaco, nicotina y químicos tóxicos de la misma forma que lo hacen los fumadores". El doctor Vidal agregó que "la inhalación del humo del tabaco pasivo puede ser por segunda mano y es la que proviene de lo exhalado por un fumador o por un cigarrillo encendido, pipa o del tabaco que se quema; y por tercera mano, que es el humo del tabaco invisible o también llamado "polvo de tabaco" o químico que queda impregnado en el medio ambiente, la ropa, el pelo, la piel, alfombras, cortinas, juguetes, y en todas las superficies de la casa y automóvil, y permanece allí incluso después de haber apagado el cigarrillo por largo tiempo,



como días, semanas o meses. El organismo puede incorporarlo por inhalación, ingestión o por la piel".

En relación al impacto que tiene la inhalación involuntaria del humo en la población infantil, el pediatra aseguró que "los niños después de sus escuelas pasan la mayor parte de su tiempo en los entornos privados, sin poder evitar la exposición. Está demostrado que los bebés diariamente pueden ingerir hasta un cuarto de gramo de polvo, el doble que los adultos que es el lugar donde pueden ingerir el tabaco de tercera mano. A diferencia de la población adulta, en

la infancia el sistema inmune está en desarrollo, existe una mayor frecuencia respiratoria y la piel es más fina, por lo tanto, podrían estar recibiendo mucho más altas dosis de sustancias tóxicas del humo". En este sentido, el médico broncopulmonar infantil afirmó que "la población pediátrica es especialmente vulnerable a los efectos del tabaco de segunda mano, por tener bronquios más estrechos, frecuencia respiratoria más rápida y un sistema inmunológico aún en desarrollo. La nicotina provocará disminución de la respuesta inmune y mal

funcionamiento del sistema de drenaje del moco bronquial, lo que traerá como consecuencia una mayor frecuencia de infecciones respiratorias o complicaciones de estas como las otitis. También se verá afectado el crecimiento y desarrollo de los pulmones, aumentando el riesgo de padecer asma bronquial y de enfermedad pulmonar crónica.

"Los problemas de comportamiento y conducta serán más frecuentes en los niños que reciben tabaco de segunda mano y también las enfermedades en sus arterias (arterioesclerosis) con riesgo de enfermedades

cardiovasculares cuando sean adultos. En el humo de tabaco se han identificado al menos 70 sustancias cancerígenas, por lo que los niños que lo inhalan involuntariamente tendrán más riesgo de desarrollar cánceres como linfoma, leucemia, cáncer de hígado o tumores cerebrales. A su vez, cuando sean adultos tendrán riesgo aumentado de desarrollar cánceres de pulmón y vías respiratorias (faringe y laringe), del sistema digestivo (estómago y colon), vejiga, tejido mamario y cerebro", agregó el especialista. En relación a las preocupaciones que deben

contemplar los padres que tienen como hábito el consumo al tabaco, el facultativo aseguró que "lo primero, es que no se debe fumar en el embarazo por las importantes y nocivas consecuencias que esto generará en la salud de los niños a futuro. El 90% de los adultos fumadores inician el hábito en la infancia o adolescencia, por lo que se recomienda que los padres (fumadores y no fumadores) tengan conversaciones de los efectos tóxicos de la nicotina con sus hijos, desde los 5 a 6 años. Esto ayudará a desincentivar el inicio hábito tabáquico en la adolescencia y también puede ayudar al padre fumador a suprimir el hábito".

"Si no es posible tener un ambiente libre de tabaco la sugerencia es no fumar dentro de la casa o de sus automóviles, ni permitir que otras personas lo hagan. Además, se debe ventilar con frecuencia, limpiar las superficies expuestas al humo con sustancias ácidas, por ejemplo el vinagre, aspirar semanalmente con filtros HEPA, cambiar las alfombras, los sofás y la ropa de cama que haya estado expuesta. En fumadores o personas expuestas antes de relacionarse con niños se recomienda limpieza de manos y cara con jabones ácidos. Cambiarse de ropa, especialmente si se trata de tejidos de lana o algodón", concluyó el médico broncopulmonar infantil.