

¿Qué es el humo de tercera mano?

El humo de tercera mano ocurre cuando el humo del tabaco deja residuos de nicotina y otras sustancias químicas en las superficies interiores, la piel, el pelaje y los muebles, incluso después de que el aire se haya despejado.

¿Quiénes están expuestos?

- Los niños tienen una mayor exposición al humo de tercera mano debido a su tendencia de llevarse los objetos a la boca y tocar las superficies afectadas.
- Mascotas pequeñas = mayores problemas de salud. Nuestros amigos peludos suelen acicalarse lamiéndose el pelaje. Si ese pelaje está cubierto de residuos de humo, ingieren carcinógenos y toxinas además de los que absorben sus pulmones.

¿Cómo se puede proteger al público del humo de tercera mano?

Las empresas, las comunidades y las personas pueden tomar medidas para ayudar a prevenir la exposición al humo de tercera mano.

- No permitir fumar en interiores.
- Ayudar a los fumadores y a otros consumidores de tabaco a dejar de fumar a través de programas como Freedom From Smoking® de la American Lung Association en [Lung.org/ffs](https://www.lung.org/ffs).
- Implementar políticas libres de humo que ayuden a hacer cumplir el ambiente libre de humo.



Datos

Es posible que las personas no consideren el humo de tercera mano cuando deciden fumar en interiores, pero el riesgo de exposición es real:

- Los residuos del humo de tercera mano pueden permanecer durante semanas, meses o años.
- Contiene más de 250 productos químicos.
- No existe un nivel seguro de exposición al humo del tabaco.
- Fumar frente a una ventana abierta no evita la exposición al humo de tercera mano.



¿Conoce las 3 R del humo de tercera mano?

Las sustancias químicas en el humo del tabaco que:

- **Restan** en las superficies y en el polvo.
- Se **Reemiten** en la fase gaseosa.
- **Reaccionan** con otros productos químicos en el ambiente para producir nuevos productos químicos.