



PASSO 1

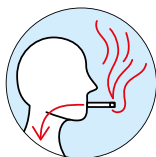
Ventilare e coprire l'odore.

PASSO 2

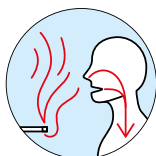
**Aspettare 5 anni che le particelle
spariscano dal divano del salotto.**

TRE TIPI DI FUMO

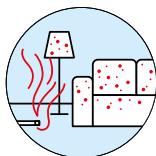
Il fumo di tabacco si ripercuote sulla salute del fumatore e di chi lo circonda. Non esiste un livello «sicuro» di esposizione al fumo di tabacco. A seconda del tipo di fumo, questo ha conseguenze dirette e/o indirette:



Il **fumo primario** – detto anche fumo attivo o diretto – è quello inalato dalla persona che fuma. A questo proposito si parla di tabagismo attivo.



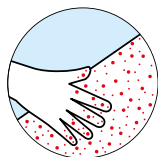
Il **fumo secondario** deriva dai prodotti del tabacco che si consuma tra un'inalazione e l'altra. A questo fumo si aggiunge quello esalato dal fumatore. L'inalazione involontaria di questo fumo ambientale è responsabile del tabagismo passivo.



Il **fumo terziario** – o fumo di terza mano – deriva dai depositi di fumo secondario sulle superfici presenti nell'ambiente (capelli, pelle, mobili, tessuti, polvere, ecc.). Inoltre, determinati residui di fumo possono interagire con gli elementi con cui entrano in contatto per formare nuovi composti nocivi. Gli elementi tossici del fumo terziario resistono alla ventilazione dei locali e vi si accumulano. Li si trova nei luoghi in cui si fuma, ma anche là dove è da tempo ormai che nessuno fuma più. Di fatto, i residui tossici possono rimanere attaccati a certe superfici per anni, anche se l'odore di fumo intanto è scomparso. Proprio per via dell'assorbimento «silenzioso» di tali sostanze, si parla a volte di tabagismo ultra-passivo.

ESPOSIZIONE AL FUMO TERZIARIO

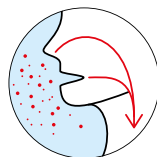
Il fumo terziario è pericoloso tanto quanto il fumo secondario. Si ripercuote sulla salute dei non fumatori, sia adulti che bambini, che vi sono esposti senza volerlo né saperlo. Esistono tre forme di esposizione al fumo terziario:



Per via cutanea, attraverso il contatto con le superfici esposte al fumo terziario



Per ingestione delle particelle depositatesi sulle superfici



Per inalazione dei composti volatili

RISCHI PER LA SALUTE

Il contatto con il fumo terziario comporta numerosi rischi per la salute, con gravi conseguenze. In questo contesto, i bambini sono i soggetti più fragili. Rispetto agli adulti, assorbono quantità di composti tossici fino a venti volte superiori giacché hanno una pelle molto più sottile, entrano regolarmente in contatto con le superfici contaminate e hanno la tendenza a mettersi gli oggetti contaminati in bocca. Il fumo terziario può favorire, in particolare, le seguenti situazioni.

Nell'adulto

Aumento del rischio di insorgenza di malattie del fegato, tumori, attacchi cardiaci e malattie cardiovascolari, fibrosi, malattie polmonari infiammatorie e ritardo della cicatrizzazione.

Nel bambino

Aumento del rischio di sviluppo di asma, allergie, infezioni ORL, coliche del lattante e iperattività o altri disturbi comportamentali.

Ventilare non basta, coprire l'odore nemmeno! Il fumo terziario è invisibile. I residui tossici creati dalla combustione delle sigarette perdurano per mesi o anni.

Per limitare l'esposizione dei propri cari al fumo terziario, è preferibile uscire di casa e fumare all'aria aperta.

Per maggiori informazioni: fumeetertiaire.ch

Smettere di fumare:



Stop-tabac.ch



**Promotion santé Valais
Gesundheitsförderung Wallis**

ADDICTIONS – CIPRET
SUCHT – CIPRET