

## El humo de tabaco en el medio ambiente y la salud de su familia



### Mantenga su hogar y su auto libres del humo de tabaco

El humo de segunda mano es el humo que sale de un cigarrillo, de un puro, o de una pipa. El humo de segunda mano puede enfermarlo a usted y a sus niños.

### El humo de segunda mano es peligroso

Todo el mundo sabe que fumar es malo para los fumadores, pero ¿tenía usted conocimiento?

- Respirar el humo que sale del cigarrillo de una pipa o puro puede enfermarlo a usted y a sus niños.
- Los niños que viven en casas donde las personas fuman se pueden enfermar más a menudo con tos, respirar con dificultad, infecciones de oído, bronquitis o pulmonía.
- Los niños con asma pueden sufrir de ataques de asma más severo y con más frecuencia.
- Abrir las ventanas, usar abanicos o aires acondicionados no reducirá por completo el humo de segunda mano.
- El Cirujano General de los E.U. dice que el humo de segunda mano puede causar el síndrome de muerte súbita (SIDS, por sus siglas en inglés).
- El humo de segunda mano puede causar cáncer pulmonar y enfermedades del corazón.

### Proteja a su familia

- Mantenga su hogar y su automóvil libres del humo de segunda mano.
- Su familia, amigos o visitantes no deben nunca fumar en el interior de su hogar ni de su automóvil.
- Manténgase al igual que a sus niños alejados de los lugares donde es permitido fumar.
- Si usted fuma, fume afuera solamente.
- Pídale a su médico que le diga formas de como dejar de fumar.

### Recuerde

Mantener a su hogar y su automóvil libres del humo de segunda mano puede mejorar su salud, la de sus niños y la de su comunidad.

