

Su hijo y el humo de segunda mano

¿Qué es el humo de segunda mano?

- El humo de segunda mano es el aire que expulsan los fumadores, es la mezcla que proviene de fumar tabaco por medio de cigarillos, cigarros o pipas.
- Contiene muchos químicos dañinos que pueden causar enfermedades en niños y adultos.

El humo de segunda mano puede dañar a niños y bebés de varias maneras:

Pulmones:

- Irrita nariz, boca y garganta.
- Provoca en su niño(a) tos y silbido al respirar.
- Daña los pulmones de forma que no funcionan bien.
- Incrementa la frecuencia de resfríos.
- Incrementa la probabilidad de contraer bronquitis y neumonía.
- Incrementa la probabilidad de desarrollar asma o empeorarla.

Oídos:

- Frecuencia de infecciones en el oído.
- Incrementa el fluído detrás del tímpano, esto puede dañar la audición.

Síndrome de Muerte Súbita del Infante (SIDS):

- Los infantes que nacen de madres que fumaron durante el embarazo y los que están expuestos al humo del cigarro, tienen más riesgo de morir por el SIDS.

¿Qué puedo hacer para proteger a mi niño(a) del humo de segunda mano?

Su niño (a) depende de usted para protegerlo de cosas dañinas como el humo de segunda mano.

- Si fuma, ¡DEJE DE HACERLO!
- Mantenga su hogar libre del humo.
- Mantenga su auto libre del humo.
- Mantenga a su niño en áreas libres de humo, cuando no esté en su hogar.
- Si fuma, lave sus manos y cambie su ropa antes de cargar a su bebé.
- Escoja restaurantes dónde no se permite fumar, Las áreas de NO FUMAR, no protegen a tu bebé del humo de segunda mano.
- Escoja una niñera que no fume o una guardería dónde no permitan fumar.
- Si está embarazada, deje de fumar ahora antes de que nazca su bebé.

RECUERDE...

- Los niños que ven a sus padres o familiares fumar, tienen más probabilidades de empezar a fumar
- Más de la mitad de las personas que fuman, iniciaron antes de los 18 años de edad.

¿Dónde puedo encontrar más información?

- Del proveedor de atención de salud de su niño (a).
- Del departamento de salud pública de su localidad.

¿Listo para dejar de fumar?

1-855-DEJELO-YA

1-855-335-3569



quitnowsc.org

Esta página también en Español.