



Humo de Segunda Mano

PROTEJA A SU FAMILIA

El humo de segunda mano es peligroso

- El humo de segunda mano es el humo que viene de un cigarrillo encendido.
- No hay un **nivel seguro de riesgo** a la exposición del humo de segunda mano. Aun una exposición breve puede ser peligrosa.
- Mas de **4000 químicos** son encontrados en una simple bocanada de humo, incluidos mas de 50 agentes causantes de cáncer.
- El humo de segunda mano causa problemas de oídos, agudiza infecciones respiratorias, y profundiza enfermedades en los niños. También retarda el crecimiento pulmonar y hace el asma más severa.
- El humo de segunda mano puede causar cáncer de pulmón e incrementar el riesgo de enfermedades del corazón en adultos que no fuman.
- El humo de segunda mano esta relacionado con el Síndrome de Muerte Infantil Súbita (SIDS, siglas en ingles).



Proteja a su Familia

- Cree una norma de que no esta permitido fumar en su casa.
- **Fume afuera**-al menos a 25 pies de la casa.
- **No fume en el carro** con los niños u otros pasajeros.
- Pregúntele a su doctor por formas de ayuda para ayudarle a dejar de fumar.

Haga de su casa un sitio de no fumar