

Nombre: _____

Fecha: _____

El humo de segunda mano y los niños

Los bebés y niños que respiran regularmente humo de segunda mano (humo de otras personas) pueden tener problemas de salud, aprendizaje y conducta a lo largo de su vida. No existe una cantidad segura de humo de segunda mano.



Tengo ____ (número) niños que viven en mi casa en este momento.
Tienen _____ años.

El humo de segunda mano puede causar:

- Síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL)
- Los niños se enferman más a menudo – esto significa más faltas a la escuela para ellos y al trabajo para usted.
- Enfermedades pulmonares, como:
 - Bronquitis
 - Neumonía
 - Ataques de asma
- Sibilancias y tos
- Infecciones de oído y es posible que los niños incluso necesiten que les coloquen tubos en los oídos
- Dificultades de aprendizaje
- Enfermedad cardíaca o cáncer en el futuro



¡Una de las mejores maneras de mantener a sus hijos alejados del humo de segunda mano es comprometerse a llevar una vida libre de humo! Haga que su hogar y su automóvil estén prohibidos para fumar y vapear. Hable con familiares y otros cuidadores sobre la posibilidad de mantener sus hogares libres de humo también, si sus hijos estarán en ellos.



Fecha: _____

Haré que mi casa y mi automóvil estén libres de humo porque: (escribe tu respuesta o haz un dibujo)



Segunda mano
niños y fumar



Breathe
Healthy Steps to
Living Tobacco Free



Si está listo para dejar de fumar, llame a Quit Now Indiana al 1-855-335-3569 o inicie sesión en www.quitnowindiana.com para obtener asistencia personalizada y gratuita.