

Nombre: _____

Fecha: _____

¿Qué es el humo de tercera mano?

El humo de tercera mano son los restos químicos que el fumar deja en las superficies. El olor persistente que queda en la ropa, los automóviles y las casas es evidencia de humo de tercera mano. Los niños pueden quedar expuestos a sustancias químicas peligrosas que quedan, incluso si nadie fuma cuando su hijo está cerca. Incluso con la limpieza, es posible que no sea posible eliminar todos los productos químicos una vez que están incrustados en las paredes, pisos y superficies.

Para los bebés y los niños muy pequeños, el humo de tercera mano es especialmente peligroso. Los niños pequeños se llevan todo a la boca y levantan polvo mientras gatean por el suelo, lo que les hace absorber las sustancias químicas del humo de tercera mano.



¿Dónde podría estar expuesto su hijo al humo de tercera mano?

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-



¿Cuál de estos pasos puede tomar para minimizar la exposición al humo de tercera mano? Marque cualquiera con el que esté dispuesto a comprometerse:

Dejar de fumar

Fumar con una chaqueta que solo se usa para fumar

No permitir fumar en mi casa

No permitir fumar en mi auto

Visita sólo negocios libres de humo

Viaja solo en autos libres de humo

Humo de
tercera mano



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.