

Nombre: _____

Fecha: _____

Fumar aumenta los riesgos de asma en los niños

(Nota: esta información no debe utilizarse para diagnosticar una afección médica. Hable con su médico si usted o su hijo tienen síntomas de asma.)

¡El humo de segunda mano (humo de otras personas) es la causa número uno de ataques de asma! Dejar de fumar es un paso muy importante para prevenir los ataques de asma.

Fumar en otra habitación o abrir una ventana no es suficiente para mantener el humo alejado de su hijo o de otra persona con asma. Un hogar y un automóvil libres de humo son importantes para la salud pulmonar de su hijo. El hogar de las niñeras, cuidadores y familiares también debe estar libre de humo si su hijo pasará tiempo allí.

Hable con los otros adultos en la vida de su hijo para ayudarlos a comprender cómo el humo de segunda mano puede provocar que su hijo tenga un ataque de asma.



Mire las imágenes a continuación y encierre en un círculo los tipos de lugares en los que podría estar su hijo. Táchelo con una línea si sabe que la casa es libre de humo. Si no es un lugar libre de humo, hable con la persona sobre cómo mantenerlo libre de humo.



Tu hogar



Hogar de otros parientes



Niñera



Otro cuidador



Tu carro



El carro de otra gente



Escriba cómo hablará con la gente sobre cómo proteger a su hijo del humo de segunda 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.