

# 10 Hechos

## Que Debes Saber:

### El humo de Tabaco soplado en aire es venenoso.

El humo de segunda mano es el nombre común para más de 4,000 diferentes químicos que son soltados al aire al fumar tabaco. Se ha demostrado que muchos de estos han causado cáncer.

### Un cigarrillo dejado encendido en un cenicero suelta más venenos que un cigarrillo que se está fumando.

Cuando una persona fuma Tabaco, sus pulmones filtran el Tabaco antes de que exhalan el humo. De otro modo, el humo que sale directamente de la punta encendida de un cigarrillo suelta más venenos que un cigarrillo que está siendo fumado.

### Los muebles, cortinas, alfombrado y hasta la ropa que lleva puesta absorben el humo de segunda mano.

Los venenos del humo son absorbidos por paredes, muebles, ropa, alfombras, juguetes, y la piel humana desde diez minutos hasta varias horas después de que se fuma un cigarrillo. Pequeñas partículas peligrosas del humo pueden mantenerse activas por varios meses después. Esto es especialmente peligroso para los bebés que gatean o juegan en el piso y ponen sus manitas en su boca.

### Los niños que están alrededor del humo de segunda mano se enferman con más frecuencia.

Los niños que viven en un hogar con humo de cigarrillo son más propensos a:

- Morir por muerte de cuna antes de los dos años de edad
- Tener episodios severos de asma y neumonía
- Tener infecciones más frecuentes del oído que les puede causar que queden sordos
- Tener problemas en la escuela con el aprendizaje y el comportamiento

### Los niños se enferman más por el humo de cigarrillo que los adultos.

Esto es porque los niños respiran más rápido, respiran más aire, y tiene las vías respiratorias más pequeñas que los adultos.

### El sistema de calefacción, aire acondicionado y los abanicos hacen peor el problema.

Estos sistemas realmente desparraman el humo del cigarrillo por la casa entera en vez de limpiar el aire.

### El fumar afuera no protege el niño del humo del tabaco.

El humo de segunda mano se pega a la ropa, cabello y piel del adulto, trayendo los venenos adentro del hogar y en contacto cercano con el niño.

### El fumar en el carro crea aún más peligros para el niño.

El nivel de venenos por el humo de segunda mano es más alto en las áreas encerradas, así es que fumar en su carro, especialmente con las ventanas cerradas, causa aún más graves problemas para el niño y cualquier otra persona en el carro.

### Si usted fuma, hay algunas cosas que le pueden ayudar para reducir que su niño sea expuesto al humo de segunda mano:

- Fume afuera luego báñese y lávese el cabello y póngase ropa fresca antes de cargar a su niño o darle de comer.
  - Fume solo cuando su niño no esté presente.
  - Fume menos cigarrillos.
- Pero recuerde... estos solo son pasos pequeños. No protegen completamente a su niño.

### Haga de su hogar un mundo libre de humo para su niño.

No deje que nadie – familia, amistades, visitas – fumen en su hogar. De más importancia, pídale ayuda a su médico para dejar de fumar.



Para referencias publicadas, y el basó de evidencia para esta información, visita [www.ntlupstream.com](http://www.ntlupstream.com)

**Mantén a tu familia  
segura y sana**