

# HUMO DE SEGUNDA MANO

- El humo de segunda mano es el humo que se inhala del tabaco que fuma otra persona.
- La mayoría de la exposición al humo de segunda mano ocurre en hogares y lugares de trabajo, pero también puede ocurrir en lugares públicos como parques, mercados de agricultores y parques de atracciones.
- Los niños menores de 18 meses, los ancianos y las personas con discapacidades tienen mayor riesgo de exposición al humo de segunda mano.

¿SABÍA  
USTED?

EL HUMO DE SEGUNDA  
MANO MATA A

**41,000**

PERSONAS QUE NO FUMAN AL AÑO



## EFECTOS DAÑINOS

### NIÑOS

- Infecciones de Oído
- Infecciones del Tract Respiratorio
- Ataques de asma más frecuentes y graves
- Síndrome de muerte súbita infantil
- Bajo peso al nacer

### ADULTOS

- Irritación Nasal
- Derrame Cerebral
- Cáncer de pulmón
- Enfermedad del corazón

¿QUÉ  
PUEDES  
HACER?

- Si fuma, no lo haga en su casa o automóvil. Encuentre un área designada para fumar.
- No permita que nadie fume en su casa o automóvil.
- Pregunte si la guardería o la escuela de su hijo están libres de tabaco.
- Para los inquilinos, hable con el administrador de la propiedad sobre la adopción de políticas de no fumar.
- Si usted fuma, debe aprender sobre los efectos del tabaco y cómo dejar de fumar.
- Llame a **1-800-45-NO-FUME** (1-800-456-6386) o visite [nofume.org](http://nofume.org)

## COMUNICASE CON NOSOTROS:

### Referencias:

1. California Department of Public Health. *Thirdhand Smoke*. 2017.
2. Centers for Disease Control and Prevention. *Health Effects of Secondhand Smoke*. 2018.
3. Centers for Disease Control and Prevention. *Hispanics/Latinos and Tobacco Use*. 2018.
4. U.S. Department of Health and Human Services. *The Health Consequences of Involuntary Exposure to Tobacco Smoke: A Report of the Surgeon General*. 2006.

Esta información no es un sustituto de la atención médica profesional o ayuda legal. Si tiene alguna pregunta o preocupación, por favor hable con un proveedor de atención médica.

© 2019. Departamento de Salud Pública de California. Fundado bajo contrato #17-10593.

CREADO POR:

**HISPANIC LATINO**  
COORDINATING CENTER