

Datos Breves Sobre el Tabaco

El humo del tabaco es una **mezcla tóxica** de más de 7,000 químicos. Muchos de ellos son venenosos. Cuando estos químicos penetran profundamente en los tejidos del cuerpo, pueden causar danos. Cada vez que usted fuma, su cuerpo debe pelear para sanar el daño. Con el tiempo, ese daño puede conllevar a enfermedades.

Más de **300,000 niños sufren** cada año de infecciones ligadas al humo del tabaco, incluyendo bronquitis, neumonía e infecciones de oído. Tienen ese “silbido” y tos más frecuentemente.

Fumar puede **causar daños a cada** órgano en el cuerpo. Este daño puede conllevar a muchos tipos de cáncer, cardiopatía (enfermedad del corazón), enfisema, derrame, neumonía y bronquitis crónica – por nombrar algunas.

La exposición al humo de segunda o tercera mano es particularmente peligrosa para los niños. Los bebés que respiran humo de segunda mano tienen más probabilidades de morir de Síndrome de Muerte Súbita (SIDS por sus siglas en inglés).

De acuerdo al informe del Cirujano General, estar expuesto aunque sea brevemente al humo del trabajo puede cambiar el ADN. Informa que **NO existen niveles seguros de exposición**. Aun el humo de ‘tercera’ mano es peligroso. El humo de tercera mano es cuando usted aun puede oler el humo del tabaco a pesar que el humo ya no está presente, como el olor de un carro después que alguien fumó en él.



Smoking can cause cancer almost anywhere in your body.

Here are some of the cancers that researchers know smoking causes.

mouth, nose, and throat

larynx

trachea

esophagus

lungs

stomach

pancreas

kidneys and ureters

bladder

cervix

bone marrow and blood

Para niños que padecen **asma**, respirar humo de segunda mano puede provocarles un ataque. El ataque puede ser lo suficientemente severo como para enviar al niño al hospital. El asma puede ser mortal.

La nicotina también es **una droga altamente adictiva**. La adicción mantiene a las personas fumando aunque deseen dejarlo.

Dejar de fumar es lo mejor que puede hacer por su salud y la salud de su hijo. La línea para dejar de fumar “Washington State Tobacco Quit Line” es gratis y cuenta con personas que le pueden ayudar con el proceso de dejar de fumar. ¡Puede ser que le tome varios intentos para encontrar lo que le funciona y dejarlo permanentemente, así que continúe tratando!

¡Aun habiendo dejado de fumar por 12, el monóxido de carbono en su cuerpo se baja un nivel normal!

Línea Para Dejar el Tabaco del Estado de Washington

1-877-2NO-FUME

llamada gratuita 1-877-266-3863

QUITLINE.COM