



viva bien, trabaje bien

Consejos de salud y bienestar para su trabajo, su hogar y su vida patrocinados por los especialistas en seguros y cuidado de la salud de Bouchard Insurance.

Deje de fumar por sus seres queridos

El humo de segunda mano es peligroso para la salud de sus seres queridos.

Probablemente sepa que fumar es peligroso para su salud y puede producir muchas enfermedades y afecciones graves pero, ¿sabía que también está poniendo en riesgo a sus seres queridos?

Humo de segunda mano

El humo de segunda mano tiene dos formas: el humo que exhala un fumador y el humo de un cigarrillo, cigarro o pipa encendidos. Cualquier persona que inhale cualquier tipo de humo inhala las mismas sustancias químicas y toxinas peligrosas que la persona que está fumando.

¿Fuma en su casa, en su automóvil o en el trabajo? Si lo hace, está poniendo en peligro a sus amigos, compañeros de trabajo, mascotas y miembros de la familia.

Riesgos para la salud

El humo de segunda mano puede producir diversas afecciones y enfermedades, incluso:

- Enfermedad cardíaca
- Cáncer de pulmón
- Asma
- Infecciones del oído medio en los niños
- Malestar en el pecho, tos y problemas respiratorios
- Neumonía y bronquitis, especialmente en los niños

- Síndrome de muerte súbita infantil (SIDS)

Informe del Secretario General de Salud Pública

En 2006, el Secretario General de Salud Pública de los EE. UU. realizó un informe sobre los efectos del humo de segunda mano. Los siguientes son algunos de los hallazgos clave:

- El humo de segunda mano produce muerte prematura y enfermedades en los niños y en los adultos que no fuman.
- Los niños expuestos al humo de segunda mano se encuentran en mayor riesgo de sufrir afecciones respiratorias y problemas en los oídos.
- No hay un nivel seguro de exposición al humo de segunda mano.
- El humo de segunda mano afecta inmediatamente el corazón y la circulación sanguínea de forma nociva.
- A pesar de las limitaciones crecientes en los lugares públicos con respecto al cigarrillo, millones de

estadounidenses aún están expuestos al humo de segunda mano en sus hogares y lugares de trabajo.

- La única forma de prevenir la exposición al humo de segunda mano es prohibir el cigarrillo en estos lugares. Las paredes y los sistemas de ventilación no evitan la exposición al humo de segunda mano para los no fumadores.

¿Por qué dejar de fumar?

Si busca motivación para dejar de fumar para siempre, hágalo por sus seres queridos. Puede mejorar y proteger la salud de sus seres queridos y la suya.



¿Sabía usted que...?

La Sociedad Americana del Cáncer estima que 46,000 no fumadores que viven con fumadores mueren cada año a causa de enfermedades cardíacas relacionadas con el humo de segunda mano. Además, unos 3,400 adultos no fumadores mueren cada año de cáncer de pulmón producido por el humo de segunda mano.