

## Apartamentos libres del humo de cigarrillo:

- Protegen a su familia de la enfermedad.
- Mantienen su hogar seguro y limpio.
- Reducen el peligro de tener un incendio en su hogar.

## ¿Qué Puedo Hacer Yo?

- Pedirle al dueño de sus apartamentos que nombre las áreas de comunidad libre de humo del cigarrillo.
- Ponga un letrero de “no fumar” en su ventana o en la entrada de su casa.
- No deje que fumen dentro de o alrededor de su casa .

## ¿Problemas con vecinos que fuman?

Para más información contacte:

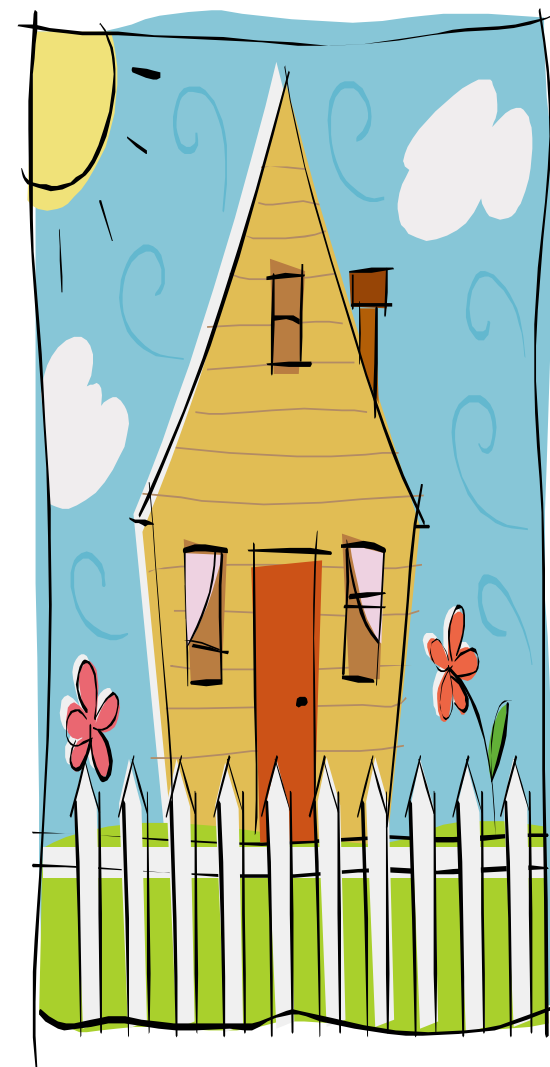
Clínica de la Comunidad de Vista  
Programa de Control del Tabaco  
(760) 631-5000 extensión 7158  
[gena@vistacommunityclinic.org](mailto:gena@vistacommunityclinic.org)

<http://www.northcoastalpreventioncoalition.org/muhhome.html>



Este material fue patrocinado con fondos recibidos del acuerdo numero 10-10227 con el Departamento de Salud Pública de California, Sección de Control del Tabaco.

© 2007 Departamento de Salud Pública de California. Este material no será reproducido ni difundido sin antes obtener el permiso escrito del Departamento de Salud Pública de California.



## ¿Hay humo de cigarrillo en su apartamento?

su Salud...

su Familia...

su Hogar...



- El humo de un cigarrillo se llama humo de segunda mano
- Estar cerca al humo de segunda mano, aun por poco tiempo, puede enfermarlo.
- Daña a los ojos, los pulmones, el corazón, y puede causar cáncer.
- 50 de los 4,000 químicos en el humo de segunda mano causan el cáncer.
- En los Estados Unidos mueren 53,000 personas cada año por causa del humo de segunda mano.

- Los niños que respiran el humo de segunda mano se enferman mas y necesitan ir al doctor mas.
- El humo de segunda mano puede causar que sus hijos se enfermen de:
  - Infecciones del Oído
  - Catarros
  - Asma
  - Pulmonía
  - Bronquitis
  - Síndrome Infantil Repentino de la Muerte

- El humo de segunda mano es peligroso.
- El humo se queda en las alfombras, muebles, mantas, y en las cortinas por mucho tiempo.
- El humo de segunda mano entra a su hogar, hasta cuando uno esté fumando afuera o en otro apartamento.
- Mantenga un hogar sano: hable con el dueño /manager de sus apartamentos sobre las reglas de fumar/no fumar.