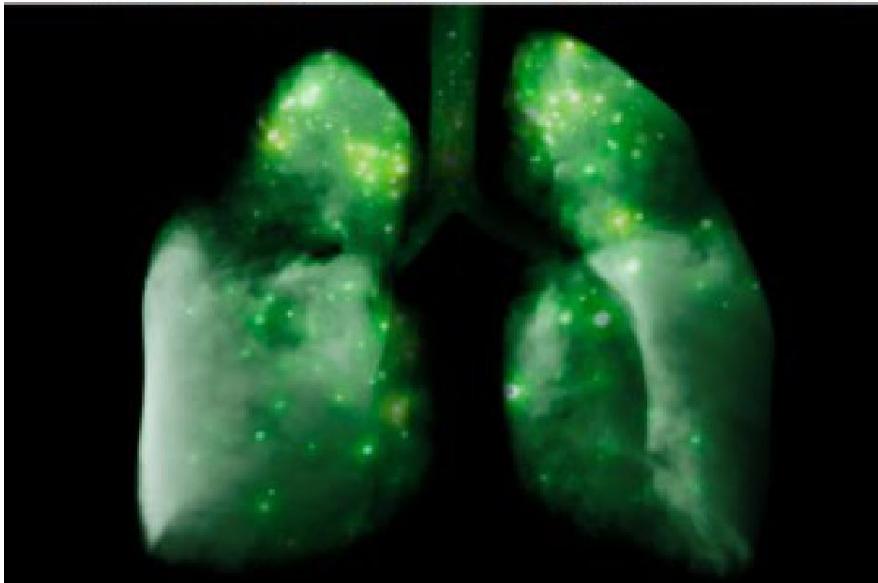




Mira el video

## Humo de segunda mano



### Descripción general

Usted ha oido decir que el humo de segunda mano es perjudicial para la salud. Usted sabe que es mejor evitarlo. Pero, ¿cuán malo es realmente? Tomémonos unos minutos para aprender acerca de su peligro.

### ¿Qué es?

El humo de segunda mano puede salir directamente del extremo de un cigarrillo, cigarro o pipa encendidos. O bien, puede ser exhalado por un fumador. Este humo contiene miles de sustancias químicas. Algunas de ellas son tóxicas. Y algunas son conocidas por causar cáncer. Respirar el humo de segunda mano es nocivo. No hay un nivel de exposición que sea considerado seguro. Estar cerca del humo de segunda mano, incluso si usted no es fumador, lo pone en riesgo.

### Como lo afecta

El humo de segunda mano causa una amplia gama de problemas. En los niños puede producir tos y estornudos. Produce infecciones en los oídos y en el sistema respiratorio. También puede causar ataques de asma. Los bebés expuestos al humo de segunda mano corren un mayor riesgo de sufrir del síndrome de muerte súbita infantil. Y en los adultos, puede causar enfermedades cardíacas, cáncer de pulmón y accidentes cerebrovasculares.

### Permanecer a salvo

Por eso, si fuma, abandone el hábito. No permita que se fume en su hogar o en su automóvil. No vaya a lugares donde se permita fumar. Y si tiene hijos, enséñele a evitar el humo de segunda mano. Protéjase a sí mismo y a sus seres queridos, al tomar muy en serio el humo de segunda mano.