

Beneficios de un hogar libre de humo

NIÑOS MÁS SANOS – Las compañías de tabaco no han disputado las investigaciones que demuestran los efectos negativos en la salud que el humo del cigarrillo tiene en los niños.

MENOS VISITAS MÉDICAS – Niños más sanos significan menos citas médicas y menos tiempo fuera del trabajo para ir a estas citas.

COSTOS DEL CUIDADO DE SALUD MÁS BAJOS – Niños más sanos significa menos dinero que usted tiene que pagar por costos de salud. Al crecer sanos, los niños tendrán menos costos de salud en el futuro.

MENOS POSIBILIDAD QUE SUS NIÑOS SEAN FUMADORES – Los niños de fumadores tienen el doble de posibilidad de fumar que los niños de padres que nunca fuman. Usted puede evitar pasar un hábito malo.

¿Qué puede hacer usted?

- No fume en su casa.
- No deje que otros fumen en su casa.
- No fume en el carro.
- ¡Si fuma, deje de fumar!
Hay un programa que le puede ayudar.

Llame a la Línea de Ayuda de Fumadores de California

1-800-NO-BUTTS

Este es un servicio gratis y confidencial que le ayuda a encontrar la manera más efectiva para dejar de fumar.

This material was made possible by funds from the Tobacco Tax Health Protection Act of 1988—Proposition 99, through the California Department of Health Services (contract #99-85070).

Fuentes:

- 1 California EPA, Efectos de la Salud al ser Expuesto al Humo del Tabaco en el Ambiente, Reporte Final, Septiembre de 1997.
- 2 Baumann KE, Foshee VA, Linzer MA, Koch GG, Efectos de la clasificación de padres que fuman en la asociación entre padres y adolescentes que fuman. Comportamiento de Adicción 1990;15(5):413-22
- 3 Universidad de Massachussets, (septiembre de 2002) Control del Tabaco
- 4 Gallup Poll, Septiembre de 2000

Este folleto es distribuido por su Fondo de Fideicomiso de Salud y Bienestar. Fue producido por **built** – un proyecto del Consejo de Oficios de Edificación y Construcción del Estado de California el cual trabaja directamente con los sindicatos de construcción, los programas de aprendizaje y los Fondos de Salud y Bienestar.

Nuestro personal ha desarrollado fuentes educativas sobre el impacto del tabaco y los tóxicos en los lugares de construcción y proveemos recursos para ayudarles a los empleados de construcción y a los miembros de su familia a dejar de fumar si lo desean.

Para más información sobre **built** llámenos al 916- 442- 8368.

TÓXICOS...

Tabaco & Sus Hijos



built

¿Qué le lleva a casa a su familia?

Como afiliado del sindicato usted lleva a casa un buen cheque de pago. Lleva a casa beneficios de salud. Usted cuida de su familia.



¿También lleva a casa enfermedad y muerte?

Cada día usted está expuesto a sustancias tóxicas en el trabajo. Usted trata de utilizar los respiradores apropiados y otras precauciones. Si su trabajo lo expone a asbestos, polvo de plomo y otros peligros, probablemente se cambia la ropa antes de ir a casa para no exponer a su familia a estos tóxicos.

¡El Tabaco también es un tóxico!

Cuando usted enfrenta Plomo, Carbono Monóxido, Tolueno, y MEK en el trabajo, usted sabe que debe tomar precauciones especiales. El Tabaco contiene estos mismos ingredientes. De hecho, el humo del tabaco contiene más de 4,000 químicos – por lo menos 50 de estos son carcinógenos.

La Agencia de Protección Ambiental ha clasificado al humo de segunda mano como un “Grupo A” de carcinógenos – la categoría más peligroso de un elemento causante de cáncer.

Es por esto que el Consejo de los Oficios de Edificación del Estado comenzó el proyecto **built. Queremos proteger a los empleados de los peligros del humo de segunda mano, y queremos ayudar a los fumadores a que dejen de fumar. Todo comienza con su familia.**

El Tabaco Perjudica a Nuestros Hijos



Infecciones de Oído

- Hasta un 11.1% por ciento de todas las infecciones de oído en los niños menores de 3 años en California son causadas por el humo de segunda mano.¹

Asma

- El humo de segunda mano es causante en California de hasta 3,000 casos nuevos de asma en la niñez cada año.¹

Infecciones Respiratorias

- Entre los bebés y niños menores de 18 meses, el humo de segunda mano es culpable de hasta 36,000 casos de bronquitis y pulmonía en California.¹

SIDS (Síndrome de Muerte Repentina Infantil)

- El humo de los cigarrillos de los padres es responsable de 120 casos estimados de síndrome de muerte repentina infantil en California.¹

Los Niños Se Convierten en Fumadores

- Si usted fuma, su hijo tiene el doble de posibilidad de fumar también.²
- Cuando la gente joven comienza a fumar, la adicción a la nicotina comienza entre 2-3 días, y entonces no pueden dejar de fumar.³
- Más del 80% de los fumadores quieren dejar de fumar⁴...pero la mejor manera de dejar de fumar es no comenzar a fumar en primer lugar.