



## Los hogares libres de tabaco salvan vidas.

*Proporcionar un ambiente libre de humo es una de las cosas más importantes que puede hacer por la salud de su hijo.*

### **Los niños que crecen en hogares libres de humo:**

- Tienen un menor riesgo de síndrome de muerte súbita del lactante (SMSL).
- Tienen un menor riesgo de padecer bronquitis y neumonía y tienen menos infecciones del oído.
- Tiene menos problemas con sibilancias y tos.
- Son menos propensos a convertirse en fumadores cuando sean adolescentes.
- Son menos propensos a tener asma.
  - Los niños de 6 a 11 años con asma duermen mejor y faltan menos días a la escuela si no están expuestos al humo ambiental de tabaco.



**Su razón para dejar de fumar  
es más grande cada día...**

**Dejémos  
de Fumar**   
**1-800-784-8669**  
**KSquit.org**

Estar libre de tabaco es importante para usted y la salud de su hijo. No es demasiado tarde para dejar de fumar, incluso si lo ha intentado antes. La línea telefónica “Kansas Tobacco Quitline” es gratuita y está disponible las 24 horas, los 7 días de la semana, para todos los habitantes de Kansas.

### **Pasos que puede tomar hoy:**

- **Llame a Kansas Tobacco Quitline para recibir ayuda para hacer un plan de salud.**
- **Haga que su hogar y vehículo estén libres de humo y cigarrillos electrónicos para proteger la salud de su hijo.**
- **Hable con su médico sobre asesoramiento y medicamentos para ayudarlo a dejar de fumar. ¡Puede ser elegible para recibir medicamentos gratuitos!**

**Kansas Tobacco Quitline es un programa del Departamento de Salud y Ambiente de Kansas.**

*Akinbami LJ, Kit BK, Simon AE. Impact of environmental tobacco smoke on children with asthma, United States, 2003 - 2010. Academic Pediatrics vol. 13,6 (2013): 508-16.*  
*Gilman, Stephen E et al. Parental smoking and adolescent smoking initiation: an intergenerational perspective on tobacco control. Pediatrics vol. 123,2 (2009).*  
*The Health Consequences of Smoking - 50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General. U.S. DHHS, CDC (2014).*  
*The Health Consequences of Involuntary Exposure to Secondhand Smoke: A Report of the Surgeon General. U.S. DHHS, CDC (2006).*