

EL HUMO DE SEGUNDA MANO

es el humo de tabaco exhalado por una persona que fuma o de un producto de tabaco que está encendido.



El **humo de segunda mano** contiene miles de **productos químicos**; se sabe que al menos 69 provocan **cáncer**.



Todo grado de **exposición** al humo de segunda mano es perjudicial.



La exposición breve al humo de segunda mano causa **daños en la salud** que se sabe que provocan enfermedades y **cáncer**.



El uso de sistemas de ventilación o abrir una ventana no eliminan los **efectos nocivos** del humo de segunda mano.



Los niños expuestos al humo de segunda mano tienen un mayor riesgo de **problemas de salud**.



Las mascotas que respiran humo de segunda mano tienen más probabilidades de desarrollar **cáncer**.

SI USTED FUMA, proteja a su familia, a sus amigos y a sus compañeros de trabajo manteniendo su hogar y su automóvil libres de humo.



Obtenga más información y encuentre ayuda en MaineQuitLink.com

EL HUMO DE TERCERA MANO

es el residuo de humo de tabaco que queda después de que se haya apagado un producto de tabaco.



Después de que el humo desaparece, **las toxinas permanecen**, lo que puede dejar un cierto olor.



El humo de tercera mano **contiene sustancias químicas** que se sabe que provocan **cáncer**.



Los **residuos de humo se adhieren** a la ropa, al cabello y a la piel.



Las **toxinas que permanecen** resisten la limpieza normal del hogar.



El humo de tercera mano **se acumula** con el tiempo en alfombras, paredes, muebles, juguetes de plástico y animales de peluche.



Los bebés y los niños están **más expuestos** al humo de tercera mano porque gatean por el suelo y se meten cosas en la boca.

SI USTED FUMA, proteja a su familia, a sus amigos y a sus compañeros de trabajo lavándose las manos y el cabello, y cámbiese de ropa antes de entrar en contacto con otras personas, especialmente con bebés y niños.



Obtenga más información y encuentre ayuda en MaineQuitLink.com