

# Manteniendo el Aire Limpio y Puro

## ¿Porque estamos preocupados por vivir en un ambiente libre de humo?

Incluso pequeñas cantidades de humo de segunda mano/humo ambiental del tabaco puede dañar su salud. Las personas que inhalan el humo del cigarrillo tienen un mayor riesgo de desarrollar cáncer de pulmón, enfermedades cardíacas, enfermedades respiratorias como la bronquitis y el asma, bajo peso al nacer y el Síndrome de Muerte Súbita del Lactante (SIDS) por sus siglas en ingles. La única manera de protegerse es permanecer en las zonas 100% libres de humo.



## ¿Cuales son los beneficios de un medioambiente libre de humo?

Un medioambiente libre del humo mejorara la salud pública y económica:

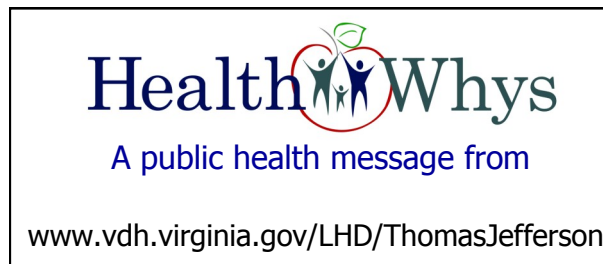
- Reduciendo el costo de cuidados de salud / gastos de los seguros
- Alentando a los fumadores a dejar de fumar /o a disminuir el consumo
- Reduciendo los problemas de salud, enfermedad, discapacidad y muerte prematura
- Reduciendo los costos de limpieza y mantenimiento
- Incrementando el valor de reventa de autos, casas, etc.
- Reduciendo las posibles demandas perjudicados de los no fumadores por humo de segunda mano
- Reduciendo el riesgo de incendios y lesiones accidentales —potencial para reducir las primas de seguros

## ¿Como puede ayudar a promover una comunidad libre de humo?

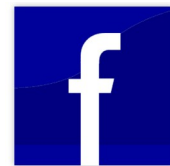
- Haga de su hogar y el coche lugares 100% libres del humo — no permita que nadie fume cerca de usted o su familia
- Eduque a sus hijos sobre los peligros del consumo de tabaco y humo de segunda mano
- Aliente y apoye a los fumadores en sus esfuerzos para dejar de fumar
- Apoye las políticas de espacios libres del humo en el trabajo, escuela, restaurantes, guarderías y otros lugares públicos

**Para mas información visite:** [www.tobacco-cessation.org](http://www.tobacco-cessation.org)

o llame al 1- 800-QUIT NOW (800-784-8669)



Follow us on  
Facebook



**VDH** VIRGINIA  
DEPARTMENT  
OF HEALTH  
Protecting You and Your Environment