

# Nuestro territorio lo defendemos del Humo de Tabaco



## Son nuestros hijos...

...sobrinos, nietos, alumnos, los queremos y nos importa si comieron, si están abrigados, si están bien. Con ellos compartimos la vida en nuestras casas, escuelas y lugares de recreación. Pero quizás por falta de información no le damos importancia a un contaminante que frecuentemente está en el ambiente y les hace mucho daño: **el humo de tabaco.**

## Los niños ...

...son especialmente sensibles ya que sus cuerpos están en desarrollo, con serios riesgos de sufrir:

- Muerte súbita en menores de un año.
- Pulmonía, bronquitis y reducción de la capacidad pulmonar.
- Otitis, alergias, resfríos, irritación de ojos, nariz y garganta.
- Pueden desarrollar asma, tener mayor frecuencia de ataques y episodios más agudos.

## Las embarazadas...

...expuestas al humo de tabaco ambiental, tienen más riesgos de partos prematuros, abortos, muertes intrauterinas y muertes del recién nacido.

## Los adultos...

...expuestos en forma involuntaria al humo de tabaco ambiental corren el riesgo de contraer las mismas enfermedades que el fumador: cáncer de pulmón, enfermedades cardiovasculares, neumonías, bronquitis y alergias.

## Sugerencias para tu casa:

**I**ntercambia ideas con los demás integrantes de la familia sobre el humo de tabaco ambiental.

**E**lige que no se fume dentro de la casa.

**C**omunica a familiares, personas cercanas, visitas y quienes cuidan a los niños, explicando las razones, la decisión tomada.

**R**etira los ceniceros o recíclalos para otro fin.

**S**i alguien insiste en fumar pídele que lo haga fuera de la casa.

## Más propuestas para otros lugares:

**A**segúrate que el jardín, escuela, club deportivo u otros sitios donde concurren los niños sean libres de humo de tabaco.

**C**uida que no se fume en tu auto ni en el transporte escolar.

**H**abla con otros padres, maestros o directores, para lograr que los niños desarrollen sus vidas en entornos más saludables.

**Estamos protegiendo el  
derecho de los más  
pequeños a respirar aire  
libre del humo de tabaco.**

Area de Educación Poblacional  
Comisión Honoraria de Lucha Contra el Cáncer.

Brandzen 1961 p12  
Teléf: 402 08 07  
Montevideo - Uruguay