

# Síndrome de Muerte Infantil Repentina y Tabaquismo

## Sabía usted que...

*Infantes cuyas madres fuman durante y después del embarazo son más propensos de morir de Síndrome de Muerte Infantil Repentina (conocido como SIDS) que infantes cuyas madres no fuman.*

### Qué es el Síndrome de Muerte Infantil Repentina (SIDS)?

El Síndrome de Muerte Infantil Repentina (SIDS) es la muerte súbita de un infante que permanece sin explicación después de una autopsia, inspección del sitio de la muerte, y repaso de la historia médica.

### Datos sobre SIDS

- El SIDS es la causa principal de muerte en infantes de un mes a un año de edad.
- Al año más de 2,300 infantes mueren de SIDS en los Estados Unidos.
- La mayoría de los infantes que mueren de SIDS son de dos a cuatro meses de edad.
- El SIDS **NO** es ocasionado por sofocación, asfixia, inmunizaciones, o vacunas.

### ¿Qué hace a un bebé ser más propenso a morir de SIDS?

Estar expuesto a humo de cigarrillo durante y después del embarazo.

Dormir en su barriga o su lado.

Las superficies blandas y ropa de cama suelta en la cuna.

Sobrecalentamiento (demasiadas mantas o ropa).

Compartiendo la cama con un fumador.

Pesar menos de 5½ libras al nacer.

Exposición prenatal al alcohol, cocaína, o los opiáceos como la heroína, oxycontin, y la morfina.



### Consejos para Reducir el Riesgo de SIDS

- ✓ **“DORMIR BOCA ARRIBA.”**  
Siempre acueste a su sano bebé de espalda (boca arriba) para dormir.
- ✓ No fume ni permita que otros fumen cerca de su bebé.

### El dejar de fumar no es fácil.

Si usted o algún miembro de su familia desea ayuda **GRATUITA** en disminuir o dejar de fumar llame por cobrar a la Línea de Ayuda para Familias No Fumadoras al:

**1-800-456-6386**

Partnership for  
Smoke-free Families | A Partnership Project of  
Rady Children's Hospital,  
Scripps, and Sharp  
Health • Wellness • Community



# Humo de Segunda Mano y Enfermedades durante la infancia

**S**abía usted que...

*El humo de segunda mano es muy dañino para infantes y niños. Niños expuestos al humo tienen mayor probabilidad de padecer infecciones de oído, resfriados y neumonía.*

## ¿Qué es el Humo Segunda Mano?

El humo secundario es una mezcla de humo emitido por el extremo encendido de un cigarrillo, pipa, o puro y el humo exhalado por los pulmones de un fumador. El humo secundario puede causar cáncer en los adultos que nunca han fumado.

## Cinco Razones para Hacer de Su Casa Libre de Humo

1. Niños que viven en una casa donde alguien fuma tienen más problemas respiratorios en comparación de niños que viven en casas donde no fuman.
2. Niños que viven en una casa donde alguien fuma están cinco veces más propensos a tener infecciones de oído.
3. El humo secundario desencadena hasta 1,000,000 de ataques de asma en niños cada año.
4. Niños cuyos padres fuman son más probables de ser fumadores también.
5. Niños cuyos padres fuman son más propensos a tener problemas de conducta y problemas en su trabajo escolar.

## No hay manera sana para fumar.

**Las partículas tóxicas invisibles del humo del cigarrillo permanecen en el cuarto horas después de que el cigarrillo haya sido fumado e incluso si sólo fuma afuera, las partículas tóxicas pueden permanecer en el pelo, la ropa y la piel.**



## Consejos para Proteger a Su Hijo

- No fume en su casa, auto o permita que otros lo hagan.
- No fume donde estén niños presentes, especialmente infantes y niños pequeños.
- No permita que la niñera u otros que trabajen en su casa fumen dentro de ella o cerca de los niños.
- Pregúntele al proveedor de su guardería sobre sus normas de tabaquismo.

## El dejar de fumar no es fácil.

Si usted o algún miembro de su familia desea ayuda **GRATUITA** en disminuir o dejar de fumar llame por cobrar a la Línea de Ayuda para Familias No Fumadoras al:  
**1-800-456-6386**

Partnership for  
Smoke-free Families | A Partnership Project of  
Rady Children's Hospital,  
Scripps, and Sharp  
Health • Wellness • Community



# Asma y Tabaquismo

## Sabía usted que...

*El humo de segunda mano puede desencadenar asma en los niños. Niños de fumadores tienen más probabilidad de adquirir asma que los niños de no fumadores.*

### ¿Qué es el Humo de Segunda Mano?

El humo de segunda mano es una mezcla de humo emitido por el extremo encendido de un cigarrillo, pipa o puro y el humo exhalado por los pulmones de un fumador. El humo de segunda mano puede causar cáncer.

### ¿Qué es Asma?

Asma es una enfermedad crónica (de larga duración) que incluye periodos de sibilancias y dificultad para respirar. Los síntomas generalmente ocurren cuando las vías respiratorias se inflaman (hinchan) y cuando las vías respiratorias se contraen (cierran).

### ¿Cómo sé si mi hijo tiene Asma?

Signos comunes del asma son:

- Sibilancias o sonidos silbantes durante la respiración
- Corto de respiración
- Dificultad en participar activamente como otros niños de su misma edad
- Tos, especialmente durante la noche

### ¿Quién es propenso a desarrollar Asma?

1. Niños son más propensos a desarrollar asma cuando uno o ambos padres tienen asma.
2. El humo de segunda mano desencadena hasta 1,000,000 de ataques de asma en niños cada año.
3. El estar cerca de humo de tabaco puede ocasionar que los ataques de asma sean más severos.
4. Bebés sanos nacidos de mujeres que fumaron durante el embarazo tienen más probabilidades de desarrollar asma.



### Consejos para Proteger a Su Hijo

- No fume en su casa, auto o permita que otros lo hagan.
- No fume donde estén niños presentes, especialmente infantes y niños pequeños.
- No permita que la niñera u otros que trabajen en su casa fumen dentro de ella o cerca de los niños.
- Pregúntele al proveedor de su guardería sobre sus normas de tabaquismo.

### El dejar de fumar no es fácil.

Si usted o algún miembro de su familia desea ayuda **GRATUITA** en disminuir o dejar de fumar llame por cobrar a la Línea de Ayuda para Familias No Fumadoras al:

**1-800-456-6386**

Partnership for  
Smoke-free Families | A Partnership Project of  
Rady Children's Hospital,  
Scripps, and Sharp  
Health • Wellness • Community

