

## SECONDHAND SMOKE FACTS

Secondhand smoke is:

- Smoke breathed out by a person smoking
- Smoke from the burning end of a cigarette, cigar, or pipe

Children are especially vulnerable to the effects of secondhand smoke because their lungs are still developing.

Children who breathe secondhand smoke are more likely to suffer from:

- Bronchitis
- Pneumonia
- Respiratory infections
- Wheezing and coughing spells
- Ear infections

Exposure to secondhand smoke is linked to miscarriages and low birth weight.

Infants who breathe secondhand smoke are at a higher risk for Sudden Infant Death Syndrome (SIDS).

## ASTHMA AND SECONDHAND SMOKE

Asthma is a serious lung disease that makes it hard to breathe. The symptoms may include coughing, wheezing, tightness in the chest, and shortness of breath.

Secondhand smoke contributes to the development of new cases of asthma in healthy children.

Children with asthma who breathe secondhand smoke have more frequent and severe asthma attacks.

The Environmental Protection Agency (EPA) estimates that up to 1,000,000 children in the United States have aggravated asthma symptoms due to secondhand smoke.

## WHAT CAN BE DONE TO PROTECT CHILDREN

Secondhand smoke will travel throughout the house regardless of where a cigarette is smoked. Going into another room to smoke does not protect children from the known dangers of secondhand smoke.

Choose not to smoke in your home or car and do not permit others to do so.

Choose to avoid smoke-filled environments.

If you smoke, quit! For more information on quitting call:

### African American

Faith Access to Community Economic Development (F.A.C.E.D.)  
810-232-1755 or 810-232-7733  
Contact: Yvonne Lewis

### Native American

Michigan Department of Community Health  
517-335-9898  
Contact: Sophia Tyler

Please sign and return the enclosed pledge and receive free information on secondhand smoke.

Michigan Department of Community Health



Jennifer M. Granholm, Governor  
Jesse Chavakis, Director

MDCH is an Equal Opportunity Employer. Services and Programs Provided.  
100% printed at xx cents with a total cost of \$0.00.

## HECHOS DEL HUMO DE SEGUNDA MANO

El humo de segunda mano es:

- Humo que se respira de una persona que está fumando
- Humo del final de un cigarro, puro y pipa.

Los niños son especialmente vulnerables a los efectos del humo de segunda mano porque sus pulmones están todavía desarrollando.

Niños que respiran el humo de segunda mano son más propensos a sufrir de:

- Bronchitis
- Neumonía
- Infecciones respiratorias
- Dificultad de respirar y ataque de tos
- Infecciones de oído.

El exponerse al humo de segunda mano está ligado a la pérdida del bebé durante el embarazo y al bajo peso del bebé cuando nace.

Infantes que respiran el humo de segunda mano están en un alto riesgo de síntoma de muerte imprevisto.

## ASMA Y HUMO DE SEGUNDA MANO

El asma es una enfermedad pulmonar seria que hace difícil respirar. Los síntomas pueden incluir la tos, jadeando, que se siente el pecho apretado, y falta de resuello.

El humo de segunda mano contribuye al desarrollo de nuevos casos de asma en niños saludables.

Los niños con asma que respiran humo de segunda mano tienen ataques del asma más frecuentes y severos.

La Agencia de la Protección del Ambiente (EPA) estima que 1,000,000 niños en Los Estados Unidos tienen agravado los síntomas del asma debido al humo de segunda mano.

## ¿QUE SE PUEDE HACER PARA PROTEGER A LOS NIÑOS?

El humo de segunda mano viajarán a través de toda la casa sin tener en cuenta dónde un cigarro se fuma. Entrando en otro cuarto para fumar no protege a los niños de los peligros conocidos del humo de segunda mano.

- Escoja no fumar en su casa o automóvil y no permita que otros lo hagan.
- Escoja evitar los ambientes lleno de humo.
- ¡Si usted fuma, déjelo! Para más información llame:

Michigan Department of Community Health  
517-335-9898  
Contact: Sophia Tyler

- Por favor firme y devuelva la prenda adjunta y reciba información gratis sobre el humo de segunda mano.

## Make the commitment for your children. Take the **SMOKE-FREE HOME PLEDGE** today!

I, \_\_\_\_\_, on \_\_\_\_\_

hereby pledge to maintain a **SMOKE-FREE** home and car to protect our children from the health risks of secondhand smoke.

Signature \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Address \_\_\_\_\_

City/State/Zip \_\_\_\_\_

Phone \_\_\_\_\_

Are you or is someone in your home a smoker? Yes  No

Return this signed pledge and receive FREE additional secondhand smoke information

## Haga el compromiso para sus niños ¡Haga el **COMPROMISO DE TENER SU CASA SIN HUMO** hoy mismo!

Yo \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

Me comprometo a mantener mi casa y automóvil **LIBRE DE HUMO** para proteger a nuestros niños de los riesgos de salud de humo de segunda mano.

Firma \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_

Dirección \_\_\_\_\_

Ciudad, Estado, Zona Postal \_\_\_\_\_

Número de Teléfono \_\_\_\_\_

¿Usted o alguien en su casa fuma? Sí  No

Al enviar de regreso este compromiso firmado, usted recibirá información adicional GRATUITA sobre el humo de segunda mano.

التوقيع: \_\_\_\_\_

تعهد من أجل أطفالك

الاسم: \_\_\_\_\_

خذ معك اليوم التعهد لجعل المنازل خالية من التدخين

العنوان / المدينة: \_\_\_\_\_

إني: \_\_\_\_\_

الولاية: \_\_\_\_\_

في \_\_\_\_\_

الرمز البريدي: \_\_\_\_\_

تعهدت للمحافظة على منزلي وسيارتي خاليين من التدخين

من أجل حماية أطفالنا من مخاطر التدخين الثانوي على صحتهم .

رقم الهاتف: \_\_\_\_\_

وقع هذا التعهد وأرجعه للحصول على معلومات مجانية إضافية بخصوص التدخين الثانوي.

هل يوجد مدخن حالي في منزلك :  
( ) نعم ( ) كلا

## 對你的子女許下承諾 就在今天就 保證提供一個 無煙的家庭環境

我, \_\_\_\_\_,  
在 \_\_\_\_\_ (日期)

立此字據保證提供一個  
無煙的環境

無論在家裡或車內，以保護我們的子女避免二手菸危害到他們的健康。

你或你的家人是一個吸菸者嗎？  
是  或否

寄回這份簽名後的誓約你將會收到更多有關二手菸的免費資訊

簽名

姓名

地址

城市 / 州別 / 區號

電話

