

El cuidado y la salud de los niños

HOJA DE INFORMACIÓN PARA PADRES



Tabaquismo Pasivo – Cómo Afecta a su Hijo

Se denomina tabaquismo pasivo a la inhalación del humo de tabaco del ambiente – esto es inhalar el humo del tabaco de ‘otras personas’. Los niños expuestos a este tabaquismo pasivo corren el riesgo de sufrir las siguientes enfermedades:

- Infecciones respiratoria como bronquitis y neumonía
- Infecciones al oído
- Asma y ataques de asma más serios
- Irritación de los ojos, nariz, garganta y vías respiratorias
- Mayor riesgo de la muerte súbita del lactante (SIDS)
- Caries dentales

Los niños expuestos al tabaquismo pasivo tienen también mayor riesgo de padecer de enfermedades de pulmón, cáncer de pulmón y enfermedades cardiovasculares cuando son adultos.

Recientes investigaciones sugieren que los niños están a salvo sólo en ambientes completamente libres de humo de tabaco, en un hogar en el que los padres se abstienen de fumar tanto dentro como fuera de la casa.

¿Qué hacer para mantener a los niños a salvo del tabaquismo pasivo?

Si usted no puede dejar de fumar, trate de implementar las siguientes normas para reducir el daño a su hijo

- Mantenga un ambiente ‘libre de humo’ en el hogar. Establezca la norma tanto para usted como para los que lo visitan que se fuma fuera de la casa lejos de los niños.
- Trate de no fumar delante de los niños – recuerde que usted es el primer maestro del niño y que el niño imitará su comportamiento.
- Nunca fume en el coche de la familia. Pida a sus pasajeros que tampoco lo hagan. En algunos estados de Australia actualmente es ilegal fumar en un coche con niños.

Hay ayuda para DEJAR de fumar

- Busque ayuda de gente experimentada en los problemas que se presentan al tratar de dejar de fumar tales como el médico, farmacéutico, enfermera del centro de salud comunitario o del centro de salud infantil o de familia.
- Comuníquese con la línea telefónica de ayuda **QUIT – 13 78 48**
- Busque ayuda a través de: <http://www.smokinghelpline.com.au/> or <http://www.quit.org.au/> (Victoria), <http://www.quittas.org.au/> (Tasmania), <http://www.quitsa.org.au/aspx/index.aspx> (South Australia), <http://www.quitwa.com/> (Western Australia), <http://www.quitnow.info.au/> (Australian Government The National Tobacco Campaign).

Dos mensajes claves para recordar

- Cada cigarrillo que usted fuma daña la salud de su hijo. Dejar de fumar es una de las mejores cosas que un padre puede hacer para la salud y bienestar de su hijo.
- Es difícil dejar de fumar porque la nicotina de los cigarrillos es poderosamente adictiva. Existe ayuda para afrontar los retos de dejar de fumar, si usted toma la decisión de hacerlo.

Esta Hoja Informativa para Padres está a disposición en diversos idiomas de la comunidad y se pueden bajar del sitio Web Conexiones de la Primera Infancia (Early Childhood Connection) www.econnections.com.au

UNA INICIATIVA DE



The Royal Children's
Hospital Melbourne

CON EL RESPALDO DE UN
SUBSIDIO DE

Johnson & Johnson
PROFESSIONAL & EDUCATIONAL SERVICES
Health Care for Life

CON EL RESPALDO DEL CONSEJO
NACIONAL DE ACREDITACIÓN DE
CUIDADO INFANTIL



CON EL RESPALDO DE



Australian Government
Department of Families,
Community Services and
Indigenous Affairs