

## Proteja a su bebé del humo de segunda mano

- No permita que se fume en su hogar o carro.
- Si sus familiares o amigos fuman, pídale que se laven las manos y que se cambien la ropa con la que fumaron antes de compartir con usted.
- Trate de mantenerse fuera de las casas de los fumadores.

## Proteja a su bebé



Los bebés son frágiles, necesitan ser protegidos del humo del cigarrillo antes y después de nacer.

### Si fuma...

Dejar de fumar es un acto de amor, por su bebé y por usted. Se puede dejar de fumar durante el embarazo. No dude en buscar ayuda para lograrlo.

### Si no fuma...

Proteja a su bebé, a usted y toda su familia del humo de segunda mano.




Estado Libre Asociado de Puerto Rico  
Departamento de Salud

## ¡JUNTOS PODEMOS CONSTRUIR UN PUERTO RICO LIBRE DE HUMO!

Departamento de Salud  
Secretaría Auxiliar para la  
Promoción de la Salud  
División de Control de Tabaco  
y Salud Oral

[www.salud.gov.pr](http://www.salud.gov.pr)

 [facebook.com/dejaloyapr](https://facebook.com/dejaloyapr)

 [twitter.com/dejaloyapr](https://twitter.com/dejaloyapr)

Departamento de Salud

Ayuda telefónica para dejar de fumar

**1-877-335-2567**

libre de costo • [www.salud.gov.pr](http://www.salud.gov.pr)

División de Control de Tabaco y Salud Oral



ESTADO LIBRE ASOCIADO DE  
PUERTO RICO  
Departamento de Salud



## El humo del cigarrillo y el embarazo

## Si usted es fumadora y está embarazada:

Existen varios efectos negativos al fumar durante el embarazo. Su bebé es la mejor razón en el mundo para dejar de fumar. Hable con su médico acerca de las alternativas que existan para dejar de fumar al estar embarazada.

Además puede llamar a la

**Línea de  
Cesación de Fumar  
¡Déjalo Ya!  
al 1-877-335-2567**

Los asesores de salud le ayudarán a identificar las situaciones en las cuales usted siente deseo de fumar y, de este modo, explorar nuevas alternativas para manejar estas situaciones sin el uso del tabaco.

## Madres fumadoras tienen mayor riesgo de:

- Aborto espontáneo
- Ruptura de placenta
- Retraso del crecimiento del bebé
- Parto prematuro



## Efectos en los niños al fumar durante el embarazo

- Bajo peso al nacer
- Muerte súbita del recién nacido
- Problemas respiratorios
- Bronquitis
- Puede afectar el desarrollo del cerebro



- Pulmonía
- Asma
- Problemas de conducta
- Problemas de aprendizaje
- Autismo
- Retraso en el desarrollo

## Aunque usted no fume...

El humo del cigarrillo de otros fumadores (humo de segunda mano) puede llegar a su bebé, al usted respirarlo. El humo de segunda mano tiene los mismos efectos negativos que mencionamos anteriormente.

