

The Hidden Dangers of Secondhand Smoke (SHS)

What is SHS?

SHS is a mixture of smoke from burning tobacco and the smoke breathed out by people who smoke. There is no safe level of exposure.



Risk of SHS

- 1 in 4 nonsmokers is still exposed to SHS
- Children most at risk are 3-11-year-olds exposed
- Increased risk for stroke from exposure to SHS is about 20-30%
- Minutes to hours of SHS exposure can cause damage to the heart and blood vessels just as much as chronic smoking

Effects of SHS on Adults & Children

Effects on Adults:

- Coronary heart disease
- Stroke
- Lung cancer

Adults exposed to SHS have higher odds of depressive symptoms.



Effects on Children:

- Sudden Infant Death Syndrome
- respiratory & ear infections
- asthma attacks

Children exposed to SHS show more depression, anxiety, ADHD, and behavior problems

Communities with smoke-free laws saw immediate drops in heart attack hospitalizations.



Protect your family make your home smoke free!

FRESNO STATE.

Bulldogs Involved in Tobacco Endgame Research

This project was partially supported by funds provided by The Regents of the University of California, Research Grants Program Office, Tobacco Related Disease Research Program, Grant Number T33SR6550. The opinions, findings, and conclusions herein are those of the author and not necessarily represent those The Regents of the University of California, or any of its programs

Los peligros ocultos del humo de segunda mano

¿Qué es el humo de segunda mano?

El humo de segunda mano es una mezcla de humo de tabaco quemado y el humo exhalado por las personas que fuman. No existe un nivel seguro de exposición.



Riesgos del humo de segunda mano

- Humo de segunda mano aumenta el riesgo de accidente cerebrovascular por aproximadamente 20 a 30%
- 1 de cada 4 no fumadores todavía están expuestos al humo de segunda mano
- Los niños con mayor riesgo son los de 3 a 11 años expuestos
- Minutos a horas de exposición al humo de segunda mano pueden dañar el corazón y los vasos sanguíneos casi tanto como fumar crónicamente

Efectos del humo de segunda mano en adultos y niños

Efectos en adultos no fumadores:

- Enfermedad cardíaca coronaria
- Accidente cerebrovascular
-  Cáncer de pulmón

Los adultos expuestos al humo de segunda mano tienen mayores probabilidades de síntomas depresivos.

Efectos del humo de segunda mano en niños y bebés:

- Síndrome de muerte súbita del infantil,
- Infecciones respiratorias o de oído
- Ataques de asma

Los niños expuestos a la segunda mano muestran más depresión, ansiedad, TDAH y problemas de comportamiento



Las comunidades con leyes de humo vieron disminuciones inmediatas en hospitalizaciones por ataques cardíacos.



¡Protege a tu familia y haz que tu hogar sea libre de humo!

FRESNO STATE

Bulldogs Involved in Tobacco Endgame Research

Este proyecto fue apoyado parcialmente por los fondos proporcionados por Los Regentes de La Universidad de California, la Oficina del Programa de Subvenciones de Investigación, el Programa de Investigación de Enfermedades Relacionadas con el Tabaco, el número de subvención T33SR6550. Las opiniones, hallazgos y conclusiones aquí presentes son las del autor y no necesariamente representan a Los Regentes de La Universidad de California, o cualquiera de sus programas