

# Los adolescentes y el tabaco

## Qué pueden hacer los padres de adolescentes?

### Darse tiempo para ...

- ... hablar con el hijo/la hija y escuchar lo que dicen,
- ... hablar con ellos sobre los peligros del tabaco – aún si ellos mismos fuman.

### Respaldarlos ...

- ... con elogios por su buen comportamiento,
- ... con apoyo y dándoles ánimo.

### Si su hijo fuma, Usted debería:

- prohibirle que fume en casa y tampoco permitirle que fume en su presencia,
- animarlo a dejar de fumar,
- solicitar ayuda en oficinas, centros de prevención y con los médicos



### Importante

Son pocos los adolescentes que fuman. En promedio sólo fuma uno de cada cinco a la edad entre los 15 y 19 años.

El tabaco provoca una adicción muy rápida.

El tabaco daña la salud, no importa si se fuman cigarrillos, shisha, snüs, etcétera.

Los padres son modelos para los adolescentes, aún también si se trata de fumar.

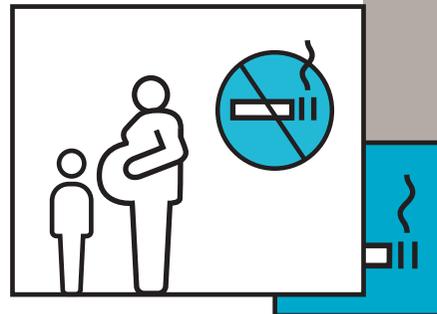
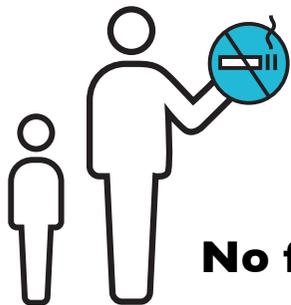


Ce projet est soutenu financièrement par le Fonds national de prévention du tabagisme.  
Das Projekt wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.

# Proteger a los niños del humo del tabaco

Qué pueden hacer los padres?

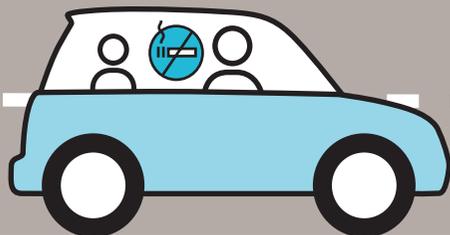
**No fumar durante el embarazo**



**No fumar si un niño está cerca**



**Fumar afuera, incluyendo los invitados, con las puertas y ventanas cerradas,**



**No fumar en el auto**

## Importante

### **Durante el embarazo:**

El tabaco aumenta el riesgo de abortos y nacimientos prematuros

El humo del tabaco puede afectar el desarrollo del niño.

### **El humo del tabaco provoca en los niños pequeños :**

- más lágrimas debido a los cólicos (dolor de estómago) y un mayor riesgo de muerte infantil,
- irritaciones de los ojos, nariz, en la garganta y en los oídos y puede provocar resfriados, infecciones del oído, asma y tos.

***El humo pone en gran peligro la salud de los niños, dado que su cuerpo y sus órganos todavía están creciendo, sobre todo los pulmones.***



**femmesTISCHE**  
Parlons ensemble de santé,  
d'éducation et d'intégration



**EWS** Expertengruppe Weiterbildung Sucht  
**GFD** Groupe d'experts Formation Dépendances

Ce projet est soutenu financièrement par le Fonds national de prévention du tabagisme.  
Das Projekt wird durch den Tabakpräventionsfonds finanziell unterstützt.