

# No Permita Que Su Bebe Comience a Vivir Bajo Una Nube de Humo

**¡Ayude a su bebé a comenzar la vida libre de humo!**

***Dejar de fumar les beneficia a usted y a su bebe – Aquí hay algunos ejemplos:***

- ☁ Su bebé recibirá el oxígeno y los nutrientes requeridos
- ☁ Los pulmones de su bebé se desarrollarán mejor
- ☁ Su embarazo será más sano
- ☁ Su bebé tendrá una vida más saludable:
  - Sufrirá menos de tos, alergias, e infecciones del oído
  - Hará menos visitas al doctor
  - Tendrá menos problemas de comportamiento

***Si usted no fuma-¡Magnífico!***

No permita que nadie fume cerca de usted y de su bebé que está por nacer.

***Si usted fuma-ya llegó la hora en que deje de fumar, y nosotros podemos ayudarla.***

Cada cigarrillo que usted no fuma durante su embarazo le ayuda a su bebé que está por nacer.

**Llame al  
1-800-45-NO-FUME  
(1-800-456-6386)**

**para obtener ayuda gratuita  
para dejar de fumar**

Partnership for  
Smoke-Free Families | A Partnership Project of  
Rady Children's Hospital  
Scripps • Sharp

Health • Wellness • Community



visita

**[www.sdSmokeFreeFamilies.com](http://www.sdSmokeFreeFamilies.com)**

*para más información*