

## ¿Necesita ayuda para dejar de fumar?

Hay centros de ayuda GRATUITA

La Línea de ayuda para fumadores (Smokers' Helpline) de Massachusetts 1-800-Try-To-Stop (1-800-8-Déjalo) puede ayudarle a dejar de fumar. Ofrece servicios telefónicos gratuitos de asesoramiento, información y referidos para residentes de Massachusetts que quieren dejar de fumar. Atiende:

1-800-879-8678 (inglés)  
1-800-833-5256 (español)  
1-800-833-1477 (TDD)  
[www.trytostop.org](http://www.trytostop.org)

De lunes a jueves, 9:00 am - 7:00 pm  
Viernes, 9:00 am - 5:00 pm

American Cancer Society  
1-800-227-2345 or  
[www.cancer.org](http://www.cancer.org)

American Lung Association  
[www.lungusa.org](http://www.lungusa.org)

Recursos para Personas Mayores de Massachusetts  
1-800-Age-Info (1-800-243-4636)  
Oficina Ejecutiva de Asuntos de Personas Mayores

**Oxígeno + Fumar  
es peligroso**

**Oxígeno + Fuego  
¡es mortal!**

“Fumar en hogares donde hay personas que usan oxígeno inicia muchos incendios cada año que causan muertes y lesiones en pacientes, familiares, vecinos y mascotas.

Estos incendios obligan a familias enteras y a otros ocupantes del edificio a abandonar sus casas, destruyen pertenencias de toda la vida y causan daños a la propiedad por cientos de miles de dólares.”

*Peter J. Ostroskey*  
Jefe de Bomberos de Massachusetts

## Uso Seguro de Oxígeno en el Hogar



### GUÍA DE RECURSOS PARA

Pacientes | Familias  
Médicos | Enfermeras  
Terapeutas  
Socorristas

**Department of Fire Services**  
Commonwealth of Massachusetts



**DEPARTMENT OF FIRE SERVICES**  
Commonwealth of Massachusetts  
978-567-3380 • [www.mass.gov/dfs](http://www.mass.gov/dfs)

## Lo que usted y su familia deben saber

El uso de oxígeno en el hogar aumenta el riesgo de incendios y quemaduras.

Esto se debe a que la cantidad de oxígeno que hay en el aire, los muebles, la ropa y el cabello aumenta, y esto facilita el comienzo y la propagación de los incendios.

Cuando hay más oxígeno en el aire, el fuego tiene una temperatura más alta y se propaga más rápidamente.

Si usa oxígeno en su casa, aprenda a manejarlo de forma segura, sobre todo si fuma.

El oxígeno y la tubería deben estar a 10 pies de distancia de las fuentes de calor.

Fuentes de calor comunes:

- Fósforos
- Encendedores
- Cigarrillos
- Velas
- Estufas de gas
- Electrodomésticos
- Afeitadoras eléctricas
- Secadores de pelo
- Calentadores portátiles

No use productos inflamables como:

- Aceites
- Lubricantes
- Derivados del petróleo
- Bálsamos labiales o lociones a base de aceite

## Para médicos, enfermeras y terapeutas

Fumar mientras se usa oxígeno en un hogar no sólo es un riesgo para la salud personal sino también un peligro para la seguridad pública. Pone en riesgo a todos los habitantes del edificio.

Anime y ayude a los pacientes a dejar de fumar.

Ayúdeles a entender los riesgos de incendio por el uso de oxígeno en el hogar.

Los profesionales de la salud pueden encontrar más información sobre ayuda para dejar de fumar en [www.trytostop.org](http://www.trytostop.org).



## Seguridad contra incendios en el hogar

Su familia debe ayudar a comprobar que su casa tiene detectores de humo que funcionan.

Usted y su familia deben crear y practicar un plan de escape de la casa.

## Con respecto al fumar

Nadie debe fumar en su casa. El riesgo de incendio es demasiado alto.

Usted no debe fumar.

Su familia y sus amigos no deben fumar en su presencia.

Dejar de fumar es lo mejor que puede hacer por su salud y seguridad.

Si necesita fumar:

1. Desconecte el oxígeno.
2. Espere 10 minutos.
3. Salga a fumar al exterior.

Esto da tiempo para que el oxígeno que está en su pelo y ropa se diluya al aire libre.

Aunque esta no es una manera segura de fumar, es menos peligrosa que fumar dentro de la casa.

