

¿Necesita ayuda para dejar de fumar?

Hay centros de ayuda GRATUITA

La Línea de ayuda para fumadores (Smokers' Helpline) de Massachusetts 1-855-DÉJALO-YA (1-855-335-3569) 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:

1-800-784-8669 (inglés)
1-855-335-3569 (español)
711 (TTY)
www.mass.gov/quitting

Las líneas telefónicas están abiertas las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

American Cancer Society
1-800-227-2345 or
www.cancer.org

American Lung Association
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
978-567-3381 • 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.mass.gov/quitting.



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.

