

LA VERDAD SOBRE EL VAPEO

Lo que los padres deben saber sobre los cigarrillos electrónicos y el vapeo

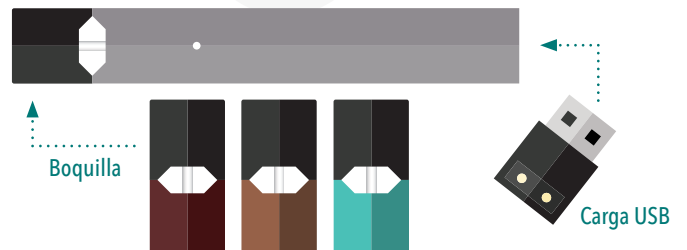
? ¿Usar un cigarrillo electrónico es lo mismo que vapear?

✓ **SÍ.** Los cigarrillos electrónicos son dispositivos con cartuchos líquidos que por lo general **contienen nicotina**, saborizantes y productos químicos tóxicos. El cigarrillo electrónico calienta el líquido y lo convierte en aerosol. Vapear es inhalar el aerosol.

Los cigarrillos electrónicos también se pueden usar para vapear aceite de tetrahidrocannabinol (Tetrahydrocannabinol, THC). El THC es el ingrediente del cannabis que lo hace estar drogado.

? ¿Los cigarrillos electrónicos solo tienen vapor de agua?

✗ **NO.** Todos los cigarrillos electrónicos tienen productos químicos tóxicos, algunos de los cuales causan cáncer o enfermedades pulmonares.



Las cápsulas preempaquetadas contienen nicotina líquida, glicerina y otros productos químicos que vienen en sabores como el mentol.

? ¿Las personas que vapean tienen más probabilidades de fumar?

✓ **SÍ.** Los jóvenes que vapean tienen **cuatro veces más probabilidades** de fumar cigarrillos regulares, a pesar de que es ilegal para cualquier persona menor de 21 años comprar tabaco o cigarrillos electrónicos.

? ¿Es seguro vapear?

✗ **NO.** Los cigarrillos electrónicos tienen diferentes niveles de nicotina que cambian la forma en la que se desarrolla el cerebro. **La nicotina es muy adictiva.** Afecta su estado de ánimo, aprendizaje y atención. Aumenta el riesgo de ataque cerebral, ataque al corazón y de enfermedad cardíaca.

Se ha relacionado el vapeo de THC y de nicotina con **brotes de enfermedades y muertes.** Vapear THC o nicotina no es seguro.

? ¿Debería usar cigarrillos electrónicos para dejar el tabaco?

✗ **NO.** La Administración de Alimentos y Medicamentos (Food and Drug Administration, FDA) **no aprobó** el uso de cigarrillos electrónicos para ayudar a dejar el tabaco.



Use el parche o el chicle de nicotina.



Llame al Asesoramiento Telefónico sobre Salud y Bienestar para dejarlo de manera segura.



Visite kp.org/centerforhealthyliving (en inglés) para encontrar un taller "Dejar de fumar y cese del tabaquismo" cerca de usted.

EN CONCLUSIÓN: ¡Dígale adiós al cigarrillo electrónico!

Hable con su médico o llame al **1-866-862-4295** para programar una cita con un asesor de bienestar que podrá brindarle apoyo para que abandone el hábito para siempre.

¡EVITA EL CIGARRILLO ELECTRÓNICO!

Lo que los jóvenes deben saber sobre los cigarrillos electrónicos y el vapeo.



Las empresas tabacaleras son dueñas de las empresas de vaporizadores. Se quedan con tu dinero al ofrecerte vaporizadores de sabores y nicotina para mantenerte atrapado.



1 cápsula = 1 paquete. Una cápsula de vaporizador tiene la misma cantidad de nicotina adictiva que un paquete de cigarrillos, o más.



No es solo vapor de agua. Los vaporizadores crean aerosoles con productos químicos tóxicos que pueden causar cáncer y dañar tu cuerpo.



Vapear nicotina o THC (el ingrediente del cannabis que te hace estar drogado) no es seguro. Puede dañar seriamente tus pulmones e incluso causar la muerte.

EN CONCLUSIÓN:

 **Habla con tu médico.**

 **Llama al 1-866-862-4295** para programar una cita por teléfono con un asesor de bienestar.

Si tienes entre **13 y 17 años:**

 **Envía VAPEFREEKP al 88709** para registrarte en un programa de mensajes de texto que te ayudará a abandonar el hábito. (Solo disponible en inglés)