



No dejes que
vapear nuble tu
juicio

THE UNIVERSITY OF TEXAS
MDAnderson
~~Cancer~~ Center
Making Cancer History®

Conoce los datos

Los mitos y la realidad

- ✗ Vapear es una forma segura de ayudar a las personas a dejar de fumar.
- ✓ Vapear no está libre de riesgos: los vapeadores tienen sustancias químicas nocivas que pueden dañar los pulmones. Vapear puede ser menos dañino que fumar cigarrillos, pero aún se desconocen sus riesgos para la salud a largo plazo.

La FDA no ha aprobado ningún producto para vapear que ayude a las personas a dejar de consumir tabaco.

- ✗ Vapear ayuda a controlar la adicción a la nicotina.
- ✓ Casi todos los vapeadores tienen nicotina y algunos tienen la misma cantidad que 20 cigarrillos.

La nicotina es altamente adictiva sin importar cómo se consuma.

Vapear puede hacerte más dependiente de la nicotina, lo que hace más difícil que dejes de fumar.



- ✗ Los productos para vapear no tienen productos químicos dañinos.
- ✓ Los saborizantes pueden ser seguros para comer, pero pueden dañar el tejido de los pulmones cuando se inhalan.
Aún se desconocen los efectos a largo plazo de inhalar estos productos químicos.
Los líquidos para vapear pueden tener más de 30 sustancias químicas y algunas se vuelven tóxicas cuando se calientan.
- ✗ Vapear es la mejor manera para dejar de fumar.
- ✓ La FDA ha aprobado varios métodos seguros y efectivos para dejar el tabaco como:
 - Parches, chicles y pastillas de nicotina
 - Medicamentos recetados como *varenicline* y *bupropion*

Usar medicamentos aprobados por la FDA y terapia puede más que duplicar tus posibilidades de dejar de fumar.

Busca ayuda para dejar de fumar hoy mismo

Habla con tu profesional de atención de la salud.

Para ayuda y recursos gratuitos:



Llama al DÉJELO YA (1-855-335-3569)



Envía "EXPROGRAM" al 88709



Visita SmokeFree.Gov

