

LA REALIDAD SOBRE EL VAPEO

Los cigarrillos electrónicos o e-cigarrillos, que se suelen llamar «vapes» en inglés o vapeadores, son dispositivos electrónicos que conducen líquidos vaporizados a los pulmones. Existen muchos estilos de vapeadores diferentes y puede ser difícil distinguirlos.

El ingrediente principal de los vapeadores es propilenglicol, glicerina vegetal o glicerol, y suelen contener también nicotina, sabores y otras sustancias químicas. Los vapeadores pueden contener sustancias químicas nocivas que no aparecen indicadas en el paquete.

El mayor malentendido con respecto al vapeo es que no es perjudicial en comparación con el cigarrillo. Esto no es cierto. **Los vapeadores no son seguros.**

¿SABE USTED QUÉ ESTÁN VAPEANDO?



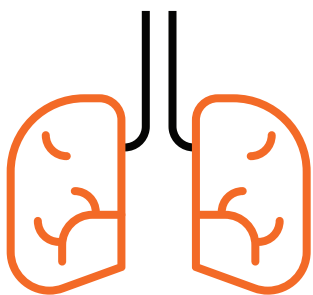
Muchos vapeadores contienen nicotina, lo que los hace **muy adictivos**



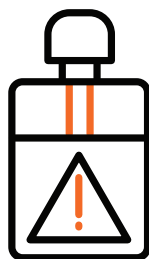
La nicotina de 1 vapeador puede ser **= 50 cigarrillos**



Los jóvenes que vapean tienen **tres veces** más probabilidades de empezar a fumar



Se han encontrado vínculos entre el vapeo y las **enfermedades pulmonares graves**



Los vapeadores pueden contener las mismas **sustancias químicas nocivas** que tienen los productos de limpieza, el quitaesmalte de uñas, los herbicidas y los insecticidas



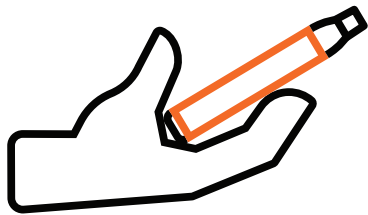
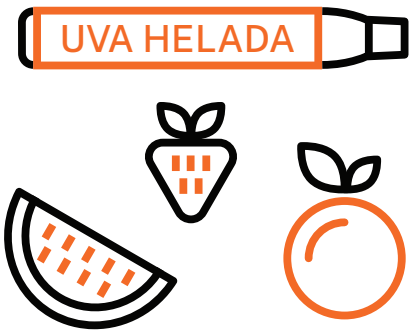
Los vapeadores vienen en una diversidad de diseños y estilos y puede ser **fácil ocultarlos**



A LOS JÓVENES LES GUSTAN LOS VAPEADORES

Los sabores (por ejemplo, sandía, uva, caramelo, chicle, vainilla y menta) y los coloridos envoltorios de los vapeadores aumentan su atracción para los jóvenes. **Muchos vapeadores también contienen nicotina, y esto puede provocar la rápida adicción de los jóvenes.**

Las compañías tabaqueras están constantemente en busca de nuevos clientes. Los vapeadores son una nueva manera de hacer que los jóvenes se hagan adictos a la nicotina, y ésta suele ser difícil de dejar.

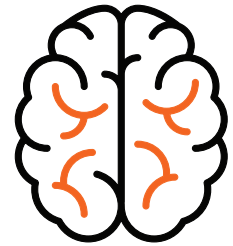


¿ES UN PROBLEMA GRANDE?

El número de jóvenes que empiezan a vapear está en aumento. Los estudios muestran que **1 de cada 5 jóvenes ha vapeado** y casi el **80% de ellos dice que es fácil conseguir un vapeador ilegalmente** en las tiendas o en internet.

Una encuesta reciente reveló que el 64% de los docentes sabe de la venta de vapeadores en la escuela. Las consecuencias del vapeo están comenzando a aparecer, y resulta preocupante cualquier nivel de aceptación del vapeo por los jóvenes.

LA NICOTINA ES NOCIVA PARA LOS JÓVENES



La nicotina es una droga que se suele encontrar en los vapeadores y es sumamente adictiva para los cerebros jóvenes.

Puede causar efectos negativos perdurables en el desarrollo del cerebro.

La nicotina cambia la manera en que se forman las sinapsis cerebrales en los jóvenes.

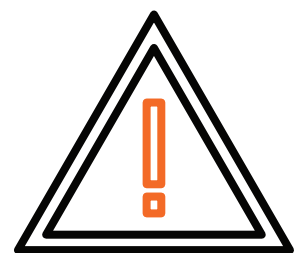
Los efectos pueden incluir deterioro de la atención, del aprendizaje y la memoria, así como cambios de humor.

LOS RIESGOS PARA LA SALUD FÍSICA Y MENTAL

Los vapeadores pueden exponer a los jóvenes a sustancias químicas y toxinas en niveles que podrían causar efectos negativos para su salud. **Los vapeadores pueden dejar al joven con un riesgo mayor de depresión y ansiedad.** El vapeo se ha vinculado con enfermedades pulmonares graves. Es importante señalar que todavía se desconocen muchos de los daños del vapeo a largo plazo. El líquido y el vapor del vapeador no es agua. Los vapeadores pueden exponer a los jóvenes a:

- las mismas sustancias químicas que encontramos en los productos de limpieza, el quitaesmalte de uñas, los herbicidas e insecticidas.
- toxinas como formaldehído y metales pesados.
- partículas ultrafinas que se pueden inhalar y penetrar profundamente hasta los pulmones.
- sustancias químicas aromatizantes como el diacetilo (una sustancia vinculada con enfermedades pulmonares graves).

Algunos vapeadores han explotado, causando quemaduras graves.



¿Sabe usted qué están vapeando?

Obtenga las pruebas* y conozca la realidad en health.nsw.gov.au/vaping

*Todas las declaraciones están respaldadas por pruebas que podrá encontrar en el sitio web.



ES ILEGAL VENDER VAPEADORES A LOS JÓVENES

Es ilegal venderle un vapeador de cualquier tipo a un menor de 18 años.

Muchos jóvenes compran sus vapeadores en la escuela, a sus amigos y contactos usando los medios sociales.

Es ilegal venderle vapeadores de nicotina a cualquiera a menos que un médico se los haya recetado a un mayor de 18 años para ayudarlo a dejar de fumar, y que la receta haya sido dispensada en una farmacia.

Hay varios minoristas que venden vapeadores a los jóvenes. Esto es un delito.

Si usted sospecha que una persona está vendiendo vapeadores a menores puede denunciarle a NSW Health por medio de su sitio web o por teléfono al número de información sobre el tabaco (Tobacco Information Line) al 1800 357 412.



¿ESTÁ SU HIJO/A VAPEANDO?

Es posible que usted no sepa que su hijo/a está vapeando pues los vapeadores son pequeños y se parecen a artículos comunes como los marcadores fluorescentes, las lapiceras y las unidades USB. Tampoco es fácil detectarlos con el olfato.



Algunos **indicios de que su hijo/a podría estar vapeando son los síntomas de la adicción a la nicotina** como ser la irritabilidad o ansiedad. Si su hijo/a está vapeando, alíentele a dejar los vapeadores y dígame que hay ayuda disponible y que usted está ahí para acompañarlo. A veces dejar de vapear puede ser difícil y es posible que su hijo/a necesite el asesoramiento de un médico clínico.

También resultará útil ser un buen ejemplo y que usted mismo ni fume ni vapee.

ETIQUETADO ENGAÑOSO Y PELIGROSO

Los productos de vapeo suelen tener etiquetado incorrecto o no llevar etiqueta.

Las etiquetas pueden indicar que los vapeadores no tienen nicotina, pero **muchos de estos productos contienen nicotina y muchas otras sustancias químicas.**

Simplemente no lo indican en el paquete.



LA IMPORTANCIA DE HABLARLE A SU HIJO/A

Si usted sospecha que su hijo/a está vapeando, tómese el tiempo de hablarle y ayudarlo a comprender todos los riesgos.

Como el vapeo suele ser común en las escuelas, puede que le parezca normal o seguro, pero no es así.

Es importante informarle a su hijo/a de los riesgos del vapeo. Trate de iniciar la conversación con su hijo/a de manera relajada y tranquila, tal vez inspirándose de una nota de la escuela, un artículo de noticias al respecto o de ver personas vapeando en la calle. Y tenga los datos a mano.



Obtenga las pruebas* y conozca la realidad en health.nsw.gov.au/vaping

*Todas las declaraciones están respaldadas por pruebas que podrá encontrar en el sitio web.

¿Sabe usted qué están vapeando?

