

LA VERDAD SOBRE EL “VAPING”



NO ES SOLO “VAPOR”

Casi todos los vaporizadores contienen nicotina, productos químicos, metales y saborizantes artificiales. No es solo vapor de agua.

La exposición a la nicotina en los vaporizadores puede afectar el crecimiento del cerebro en jóvenes y adultos jóvenes porque el cerebro no se desarrolla por completo hasta los 25 años.



CRECIMIENTO CEREBRAL



UN HÁBITO CARO

Un hábito típico de vapeo podría costar más de \$1,000 por año. ¡Piensa en qué más podrías comprar con ese dinero!

La nicotina es la sustancia adictiva de los vaporizadores y cigarrillos. Vapear te hace más vulnerable a desarrollar una adicción a la nicotina.



ALTAMENTE ADICTIVO



BIENESTAR MENTAL

La nicotina daña la parte del cerebro que controla los trastornos del estado de ánimo, como la ansiedad y la depresión, y disminuye el control de los impulsos.

Si deseas dejar de fumar o “vapear,” puedes acceder a ayuda confidencial y gratuita dentro de tu propia comunidad.



ESTÁ BIEN PEDIR AYUDA



TOBACCO FREE FOR A HEALTHY NJ

QUIT CENTER
OF RWJBARNABAS HEALTH INSTITUTE FOR PREVENTION & RECOVERY

FÍJATE EN ESTOS RECURSOS



RECURSOS LOCALES

<https://www.tobaccofreenj.com/quit-smoking>

Email: quitcenter@rwjbh.org
for a confidential assessment

Conéctate
confidencialmente con tu
Coordinador de asistencia
al estudiante (SAC) o con el
Consejero Escolar.



RECURSOS EN LA ESCUELA



CAMPAÑA “EL COSTO REAL”

<https://therealcost.betobaccofree.hhs.gov/>

<https://teen.smokefree.gov/>

sft

ADOLESCENTES SIN HUMO



INICIATIVA DE LA VERDAD

<https://truthinitiative.org/>

<https://www.tobaccofreekids.org/>



NIÑOS SIN TABACO