

EL AUTOCUIDADO TE AYUDA A ESTAR TRANQUILO Y RELAJADO



S O L O

R e s p i r a

NO VAPEAR ES AUTOCAUIDADO PORQUE MANTIENES SANOS LOS PULMONES Y LA MENTE.

El líquido que se inhala al vapear no es un vapor de agua inofensivo. Contiene sustancias químicas relacionadas con enfermedades pulmonares, cáncer y otras dolencias.

Además, la nicotina y el THC de los vapeadores pueden afectar a la salud mental y dañar partes del cerebro que controlan la concentración, el aprendizaje, el estado de ánimo y la impulsividad.

**¡TU SALUD Y TU BIENESTAR PERSONAL
SON IMPORTANTES!**

PIENSA EN CADA VEZ QUE RESPIRAS



S O L O

R e s p i r a

EL DIACETILO ES UN INGREDIENTE QUE SE UTILIZA A MENUDO PARA MEJORAR EL SABOR DEL LÍQUIDO DE LOS CIGARRILLOS ELECTRÓNICOS.

Sin embargo, la inhalación de esta sustancia química provoca inflamación y puede dejar cicatrices en las ramificaciones más pequeñas de las vías respiratorias, lo que también se conoce como pulmón de palomitas de maíz.

Esta enfermedad provoca tos, sibilancias, dolor en el pecho y dificultad para respirar.

SI NO VAPEAS, PUEDES EVITAR ESTOS SÍNTOMAS Y PROTEGER TUS PULMONES.