

## ¿QUÉ ES LA NICOTINA?

¿Cómo afecta a tu cuerpo?

<u>Aunque vapear puede ser menos dañino que</u> <u>fumar, aún no es seguro.</u>

La mayoría de los vaporizadores contienen

nicotina, incluso si no te das cuenta.

¡La nicotina es un estimulante que afecta directamente a tu cerebro! Cambia cómo te sientes y cómo tomas decisiones. Un estimulante te hace sentir más alerta y despierto momentáneamente, pero te lleva a un choque más tarde que puede lastimarte. Cuando

necesitas descansar y tener un estimulante en tu cuerpo, tu cerebro se confunde y no puede apagarse.

La nicotina puede cambiar tu estado de ánimo, tu comportamiento y tus prioridades. Este estimulante es adictivo y afecta quién eres.

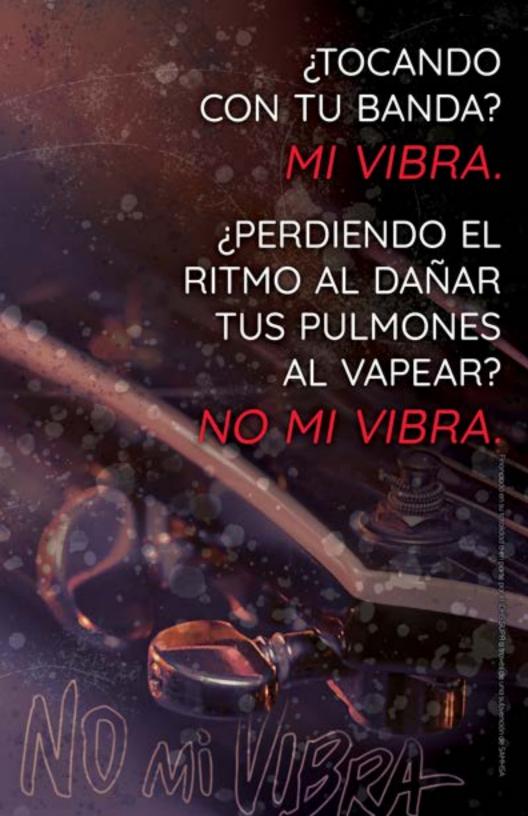
¡Tu estas a cargo de tu cuerpo, NO LA NICOTINA!

**FUENTES:** 

behindthehaze.com/is-nicotine-addictive

hopkinsmedicine.org/health/wellness-and-prevention/5-truths-you-need-to-know-about-vaping





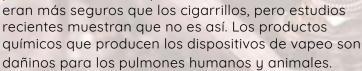
## ¿QUÉ ES UN CIGARRILLO ELECTRÓNICO?

¿Por qué son peligrosos los cigarrillos electrónicos y los dispositivos de vapeo?

Los cigarrillos electrónicos son dispositivos para fumar que funcionan con baterías. Están llenos de una mezcla de líquidos que contienen nicotina, químicos y otros saborizantes. Cuando fumas un cigarrillo electrónico, calientas el líquido y lo

conviertes en vapor. Esta es la razón por la cual fumar un cigarrillo electrónico se conoce como "vapear".

Lo preocupante es que no se probó la seguridad a largo plazo de los cigarrillos electrónicos cuando se vendieron por primera vez. Muchas personas asumieron que



¡Arriesgar la salud de tus pulmones con los cigarrillos electrónicos no son mi vibra!

**FUENTES**:

kidshealth.org/en/teens/e-cigarettes.html bmj.com/content/366/bmj.15275

