

No puedes prevenir lo que no sabes

UNA SERIE DE WESTCHESTER DE ORADORES VIRTUALES

## La epidemia del vapeo juvenil: Lo que los padres deben saber y cómo proteger a nuestros hijos

### TARRO de "CONSEJOS"

PARA LLEVAR - INFORMACIÓN - AVISOS

#### Datos sobre el vapeo:

- Casi todas las adicciones, incluida la nicotina, ocurren antes de los 21 años
- La nicotina cambia el cerebro del adolescente, afecta el funcionamiento cognitivo, y puede afectar los pulmones, el corazón y el cuerpo
- Los adolescentes que vapean son 5 veces más probables de ser diagnosticados con Covid-19, y tienen más probabilidades de tener un caso grave
- Existe un vínculo directo entre uso de sustancias y salud mental

Visite PAVe para obtener más información

#### Algunas señales comunes de vapeo:

- Escusas frecuentes para ir al baño o salir
- Olor dulce en la habitación o la ropa de los adolescentes
- Actitud reservada, puertas cerradas
- Cambios en los hábitos de dormir
- Tos seca o áspera, dificultad para respirar, cambios en la salud pulmonar
- Ansiedad, irritabilidad, cambios de humor, enojo
- Cambios en los hábitos alimenticios, pérdida de peso

#### Consejos para padres:

- Existen buenos tratamientos tanto para el uso de sustancias como para las condiciones de salud mental
- Hablar sobre el uso de sustancias y los problemas de salud mental desde el principio y con frecuencia con los adolescentes
- Empiece a hablar sobre vapear desde los 9 años, sea persistente
- No use tácticas de miedo, evite juzgar
- Los adolescentes fueron engañados a creer que vapear no les hace daño: ayúdelos a comprender la verdad sobre el vapeo

PRESENTED BY



REGISTER AT  
**KNOW2Prevent.org**

SUPPORTED BY



QUESTIONS?  
INFO@KNOW2PREVENT.ORG

