

# VAPEAR, FUMAR Y EL COVID-19

Durante la pandemia de COVID-19, es importante que las personas conozcan los riesgos a la salud por fumar o vapear asociados a Covid-19. Debemos actuar ahora para correr la voz.

## FUMAR O VAPEAR PUEDE COLOCAR A LAS PERSONAS EN MAYOR RIESGO.

Fumar o vapear aumenta las probabilidades de que una persona infectada con COVID-19 necesite hospitalización y una máquina de soporte vital para sobrevivir.

## FUMAR O VAPEAR PUEDE EMPEORAR LAS INFECCIONES POR COVID-19.

Si una persona que fuma se contagia con el COVID-19, es más probable que desarrolle un caso grave del virus que aquellas personas que no usan tabaco. Los productos de tabaco con sabor podrían empeorar las infecciones pulmonares como COVID-19.

## FUMAR Y VAPEAR DAÑAN LOS PULMONES Y DEBILITAN EL SISTEMA INMUNOLÓGICO.

Fumar y vapear dañan los pulmones, permitiendo que un virus ataque fácilmente las células pulmonares y entren en los pulmones.

## FUMAR Y VAPEAR PUEDEN AUMENTAR LA PROPAGACIÓN DE COVID-19.

El virus se transmite fácilmente por contacto de mano a boca, esto es común cuando se usan productos para fumar y vapear. El intercambio social de productos para fumar y vapear también puede facilitar la propagación del virus.

## ANIME A QUIENES VAPEAN O FUMAN A HACER TODO LO POSIBLE PARA DEJARLO.

- Comparta estos datos con personas que fuman o vapean.
- Hable con las personas en su vida que fuman o vapean sobre la importancia de lavarse las manos con frecuencia, distanciarse socialmente y no compartir productos para fumar o vapear.
- Póngase en contacto con su médico de atención primaria o con el pediatra de sus hijos para obtener asesoría médica.

## RECURSOS PARA DEJAR DE FUMAR.

- Consulte con su médico. Al usar un parche y un chicle juntos, tiene 4 veces más probabilidades de dejar de fumar con éxito.
- Busque apoyo de médicos y expertos.
- Para orientación y apoyo, visite [quitnow.net/OregonSP](https://quitnow.net/OregonSP) o llame a **1-800-DEJALO-YA**.

Cortesía de: Oficina del Fiscal General de Massachusetts Maura Healey