

¿SIENTES QUE ESTÁS VAPEANDO NICOTINA SIN CONTROL?

Vapear nicotina puede aumentar el estrés, la ansiedad y la depresión.

La nicotina es muy adictiva.

Es así como la industria del tabaco te mantiene enganchado.

¡DEJA DE VAPEAR HOY!
Envía el mensaje de texto
DropTheVape al 88709

Obtén apoyo confidencial y consejos de otros jóvenes gratis, las 24 horas del día, los 7 días de la semana y motivación para mantenerte fuerte.



Department
of Health

¿TE SIENTES SOLO CUANDO VAPEAS?

Vapear nicotina puede aumentar el estrés, la ansiedad y la depresión.

La nicotina es muy adictiva.

Es así como la industria del tabaco te mantiene enganchado.

¡DEJA DE VAPEAR HOY!
Envía el mensaje de texto
DropTheVape al 88709

Obtén apoyo confidencial y consejos de otros jóvenes gratis, las 24 horas del día, los 7 días de la semana y motivación para mantenerte fuerte.



Department
of Health

¿VAPEAS CUANDO SIENTES ANSIEDAD?

AYUDA

Enumera los motivos por los que deseas dejar de vapear.

CONSEJOS

Solo piensa en dejar por hoy y llévalo día a día.

¡DEJA DE VAPEAR HOY!
Envía el mensaje de texto
DropTheVape al 88709

Obtén apoyo confidencial y consejos de otros jóvenes gratis, las 24 horas del día, los 7 días de la semana y motivación para mantenerte fuerte.



Department
of Health

¡LIBÉRATE DE LA ADICCIÓN A LA NICOTINA!

¡DEJA DE VAPEAR HOY!

**Envía el mensaje de texto
DropTheVape al 88709**

Obtén apoyo confidencial y consejos de otros jóvenes gratis, las 24 horas del día, los 7 días de la semana y motivación para mantenerte fuerte.



Department
of Health

DESHAZTE DE TU ADICCIÓN AL VAPEO

Vapear nicotina puede aumentar el estrés, la ansiedad y la depresión.

La nicotina es muy adictiva.

Es así como la industria del tabaco te mantiene enganchado.

¡DEJA DE VAPEAR HOY!
Envía el mensaje de texto
DropTheVape al 88709

Obtén apoyo confidencial y consejos de otros jóvenes gratis, las 24 horas del día, los 7 días de la semana y motivación para mantenerte fuerte.



Department
of Health

VAPEAR NICOTINA



Dolor de cabeza

Dificultad para respirar

Latidos cardíacos rápidos

Ataques de pánico

Irritabilidad, cambios en el estado de ánimo y ansiedad

Problemas de relación


Dificultades en el aprendizaje

¡DEJA DE VAPEAR HOY!
Envía el mensaje de texto
DropTheVape al 88709

Obtén apoyo confidencial y consejos de otros jóvenes gratis, las 24 horas del día, los 7 días de la semana y motivación para mantenerte fuerte.



Department
of Health



**¿TE QUEMAN
LOS PULMONES?**

**¿TE FALTA
EL ALIENTO?**

**¿TE CUESTA
CONCENTRARTE?**

**¡DEJA DE VAPEAR HOY!
Envía el mensaje de texto
DropTheVape al 88709**

Obtén apoyo confidencial y consejos de otros jóvenes gratis, las 24 horas del día, los 7 días de la semana y motivación para mantenerte fuerte.



**Department
of Health**