

# Padres/Tutores Legales

Aprovechemos la oportunidad que nos da esta cuarentena del COVID-19 para hablar con nuestros adolescentes sobre los daños que causa el uso de cigarrillos electrónicos y el fumar. En San Marcos el uso de cigarrillos electrónicos por adolescentes ha aumentado un 50% en el último año (CHKS, 2019). Aquellos que fuman/usan cigarrillos electrónicos y se contagian del COVID-19 están en mayor riesgo de enfermarse gravemente, que los que no fuman/usan cigarrillos electrónicos.

## Paso 1: [Infórmese](#)

## Paso 2: [Aprenda cómo iniciar la conversación sobre el tema](#)

### EL PROBLEMA.

#### 5.3 MILLONES

Número de jóvenes en los EE. UU. que en el 2019 uso cigarrillos electrónicos -casi un millón los usan a diario.

Juul es la marca #1 de cigarrillos entre los adolescentes.

#### 135 %

El porcentaje de aumento entre los estudiantes de preparatoria que usaron cigarrillos electrónicos en los EE. UU. (2017-2019).

El aumento entre los estudiantes de secundaria fue de un 218%.

#### 1 ENTRE 4

Más de 1 entre 4 (27.5%) estudiantes en preparatoria y 1 entre 10 (10.5%) de estudiantes en secundaria usan cigarrillos electrónicos.

Un 97% de los usuarios de cigarrillos electrónicos usan líquidos saborizantes.

### CÓMO LLEGAMOS A ESTO.

#### SABORES

Existen más de 15 000 sabores de cigarrillos electrónicos en el mercado, tales como el sabor a gomita o menta. Un 70% de los usuarios jóvenes de cigarrillos electrónicos dicen que los sabores son la razón principal por la que fuman.

#### DOSIS DE NICOTINA MASIVA

Una cápsula de Juul puede contener una cantidad equivalente a una cajetilla de 20 cigarros. Esto incrementa el riesgo de adicción entre los adolescentes.

#### PUBLICIDAD HACIA LOS ADOLESCENTES

Un estudio de *Stanford University* descubrió que las estrategias de mercadotecnia de Juul "estaban potencialmente dirigidas hacia los jóvenes" y que los anuncios posteriores usaban la los mismos temas que la mercadotecnia del tabaco tradicional.

### LOS RIESGOS PARA LOS JÓVENES.



Los cigarrillos electrónicos pueden causar adicción entre los adolescentes e incrementa el riesgo de fumar cigarros tradicionales.



La exposición a la nicotina entre los adolescentes puede causar daños en el desarrollo del cerebro, afectar el aprendizaje, memoria y atención.



El uso de la nicotina por adolescentes puede causar una futura adicción a otras drogas.



Aparte de la nicotina, los cigarrillos electrónicos exponen a los usuarios a otros químicos dañinos como el formaldehído y el plomo.

### Otros recursos: Programa para dejar de fumar ["This is Quitting"](#)

El primer servicio a través de textos que ayuda a los adolescentes para que dejen de fumar. Es muy fácil, totalmente gratuito, y está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana para ayudar con los antojos, el estrés y las recaídas.

