



¿QUÉ ES UN VAPER O
CIGARRILLO
ELECTRÓNICO?

HEALTHY JEART Y LOS HÁBITOS DE VIDA
SALUDABLES



¡DESCARGA LA APLICACIÓN!



ANDROID



IOS (IPHONE Y IPAD)



1

Entrar

¿He olvidado mi contraseña?

Quiero registrarme

Acceder como invitado

2

AEBD

Tipos y actividades de salud

Foro de ideas

Recursos de salud

Sugerencias

Cuestionario

3

Usuario

Email

Password

Password

¿Cuántos años tienes?

Centro formativo (Opcional)

Sexo

Soy un docente

He leído y acepto la política de privacidad

He leído y acepto la política de cookies

CORREO PROPIO DEL
INSTITUTO

¡REGÍSTRATE!

NO OLVIDES PONER TU
INSTITUTO Y APUNTAR
EL USUARIO Y
CONTRASEÑA

OBJETIVOS

INFORMACIÓN SOBRE
LOS VAPES O
CIGARRILLOS
ELECTRÓNICOS



CONOCIMIENTO A
CERCA DE LOS
EFECTOS
PERJUDICIALES

CAPACIDADE DE
BÚSQUEDA Y
REFLEXIÓN

REFORZAR HÁBITOS DE
VIDA SALUDABLES

PARTE 1 : ¡BUSCA EN INTERNET!

GRUPO DE 3-4
PERSONAS

APUNTA EN LA FICHA
TODO LO QUE
ENCONTREIS

CONSECUENCIAS POR
VAPEAR

ENFERMEDADES
ASOCIADAS AL VAPEO



PRINCIPALES ENFERMEDADES ASOCIADAS AL VAPER

ASMA

EPOC

NEUMONÍAS
LIPOIDEAS

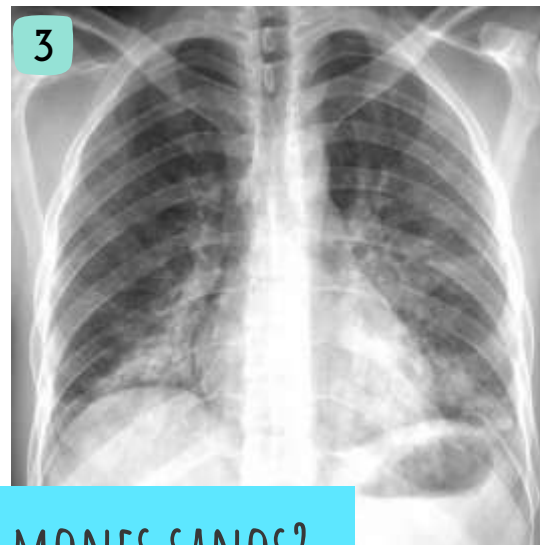
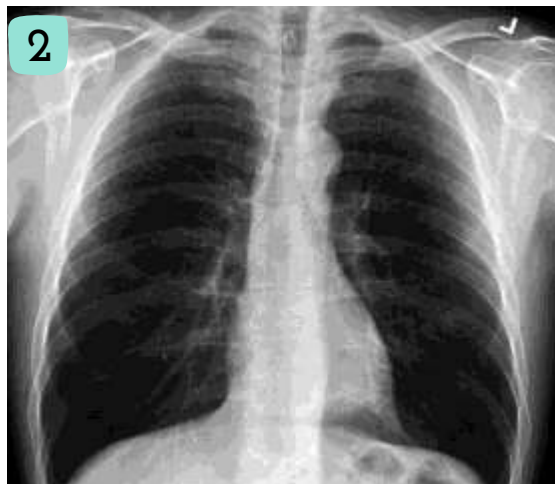
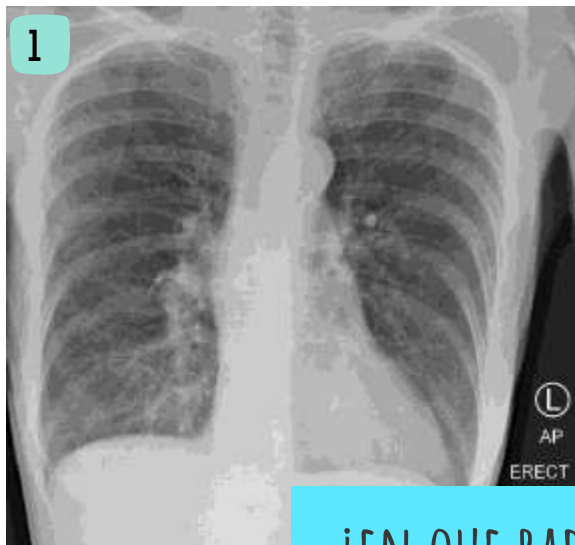
RETRASO EN EL
DESARROLLO
INTRAUTERINO

TABAQUISMO DUAL
O FUMADOR PASIVO

EVALI

EVALI

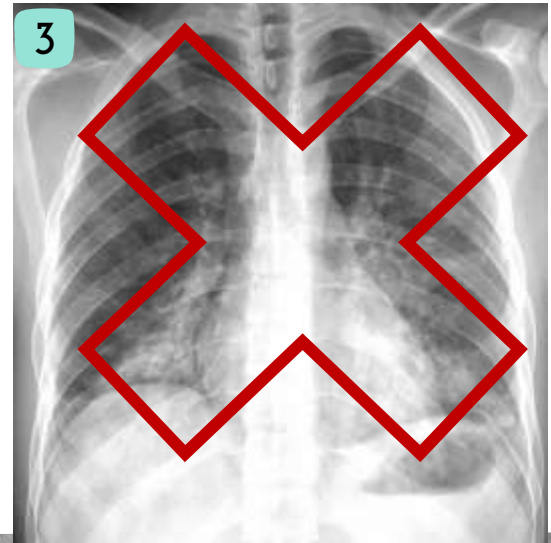
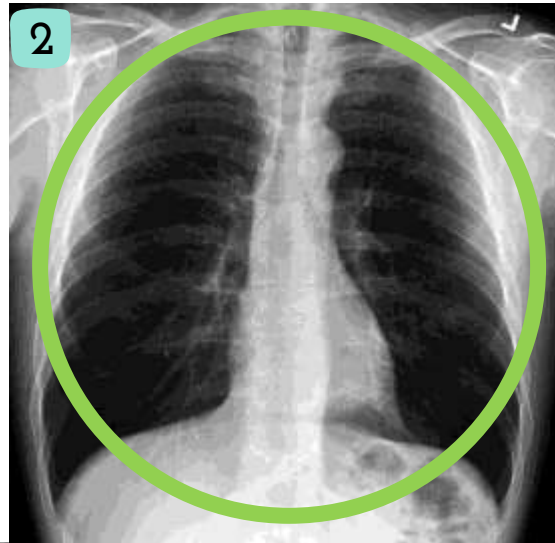
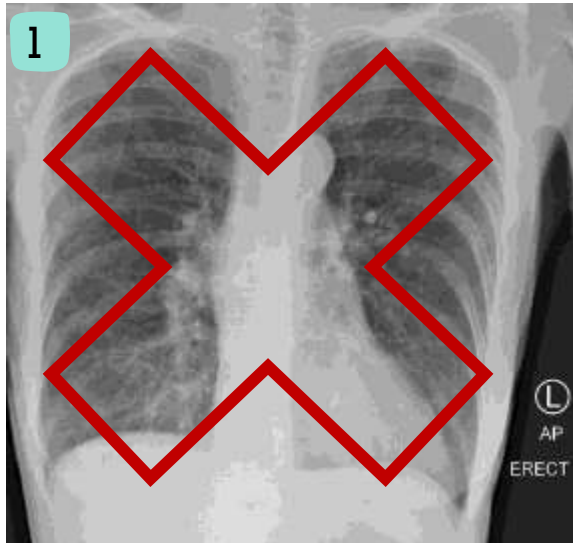
DAÑO PULMONAR POTENCIALMENTE MORTAL CAUSADO POR EL VAPEO.
LO DESENCADENA EL ACETATO (ACEITE QUE CONTIENE EL LÍQUIDO DEL VAPE) COMO EL
DAÑO PULMONAR DIRECTO DE LOS VAPORES Y METALES.








¿EN QUE RADIOGRAFÍA SE OBSERVAN LOS PULMONES SANOS?

EVALI

DAÑO PULMONAR POTENCIALMENTE MORTAL CAUSADO POR EL VAPEO.
LO DESENCADENA EL ACETATO (ACEITE QUE CONTIENE EL LÍQUIDO DEL VAPE) COMO EL
DAÑO PULMONAR DIRECTO DE LOS VAPORES Y METALES.





PARTE 2:

COMPONENTES DEL LÍQUIDO DEL VAPER O CIGARRILLO ELECTRÓNICO

COMPONENTES DEL LÍQUIDO DEL VAPER

- * PROPILENGLICOL
- * NICOTINA

- * GLICERINA VEGETAL
- * AROMAS Y SABORIZANTES

- * NITROSAMIDAS
- * COMPUESTOS VOLÁTILES

- * FORMALDEHÍDO
- * ACETALDEHÍDO
- * BENZO(A)PIRENO

- * PARTÍCULAS PM 2.5
- * SILICATOS

- * PARTÍCULAS METÁLICAS (NÍQUEL, CROMO, HIERRO, PLATA, ESTAÑO, ZINC, ETC)



COMBUSTIÓN = SUSTANCIAS TÓXICAS



PROPILENGLICOL = FORMALDEHÍDO

- Conservación de órganos en AP
- Fabricación de pegamentos
- Fungicidas, germicidas y desinfectantes industriales

METALES = ATOMIZADORES

- Cómoo níquel son los componentes que más se depositan en los alveolos y perduran más tiempo



COMBUSTIÓN = SUSTANCIAS TÓXICAS



LUEGO DE 5 MINUTOS

AUMENTA LA RESISTENCIA DE LA VÍA AÉREA

*DISMINUYE LA FRACCIÓN EXHALADA DE
ÓXIDO NÍTRICO*

A LARGO PLAZO

*ALTERACIONES PULMONARES
IRREVERSIBLES*

METALES = ATOMIZADORES

- Cómoo níquel son los componentes que más se depositan en los alveolos y perduran más tiempo



COMBUSTIÓN = SUSTANCIAS TÓXICAS



PROPILENGLICOL = FORMALDEHÍDO

- Conservación de órganos en AP
- Fabricación de pegamentos y
-

ATOMIZADORES

- Cómoo níquel son los componentes que más se depositan en los alveolos y perduran más tiempo





ALTAMENTE CANCERÍGENO





PARTE 3:

SUBRAYA EN LA HOJA QUÉ SÍNTOMAS
HAS OBSERVADO DE UNA PERSONA
CERCANA (O NOSOTROS MISMOS) QUE
USE UN VAPER O CIGARRILLO
ELECTRÓNICO



SÍNTOMAS COMUNES DE UN FUMADOR DE VAPER

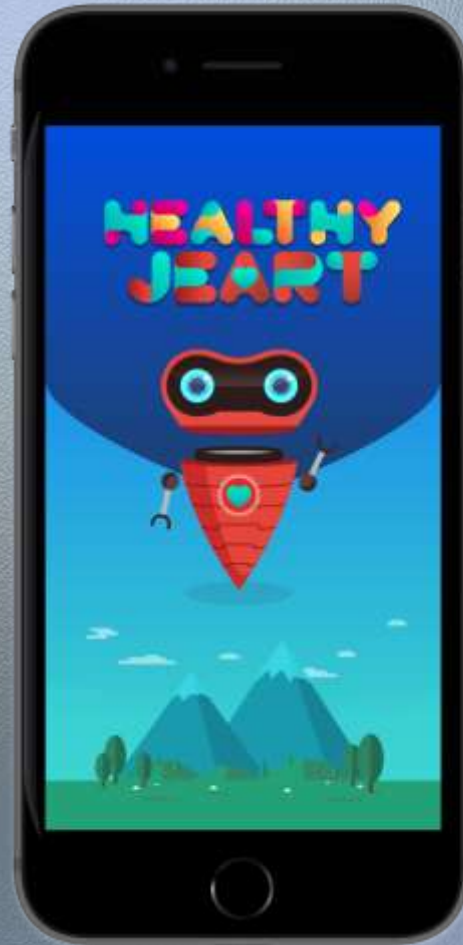
- TOS
- DIFICULTAD PARA RESPIRAR
- DOLOR EN EL PECHO
- NAUSEAS
- VÓMITOS
- DOLOR DE ESTÓMAGO
- DIARREA
- ESCALOFRÍOS
- PÉRDIDA DE PESO
- DOLORES DE CABEZA
- ADICCIÓN
- ANSIEDAD
- DISMINUCIÓN DEL APETITO
- CANSANCIO
- INQUIETUD
- PROBLEMAS PARA CONCENTRARSE
- DISMINUCIÓN DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO
- MAL HUMOR

Y POR ÚLTIMO... ¡COMPETENCIAS!

- Información
- Observación
- Ayuda y apoyo
- Y sobre todo, REFLEXIÓN



¡MÁS CONSEJOS, TIPS
Y RETOS PARA UNOS
HÁBITOS DE VIDA
SALUDABLES!



CONSEJOS GENERALES

COME SALUDABLE



DUERME 6-8 HORAS



HAZ EJERCICIO



Y ¡DISFRUTA!





¡GRACIAS POR
VUESTRA
ATENCIÓN!