

COVID-19 y el consumo de tabaco

COVID-19

La COVID-19 es una enfermedad causada por un virus llamado coronavirus (SARS-CoV-2).

Al igual que fumar y vapear, la COVID-19 daña los pulmones, el corazón, el cerebro y los nervios.

Los síntomas de la COVID-19 pueden ser peores para alguien que fuma o vapea.

¿Vale la pena el riesgo?

Las personas que fuman o vapean y se contagian de COVID-19 tienen un mayor riesgo de:

- Daños pulmonares graves
- Accidente cerebrovascular
- Coágulos de sangre
- Problemas respiratorios a largo plazo
- Necesidad de atención hospitalaria

Protéjase a usted mismo y a los demás

Inhalar humo o vapor dificulta la lucha contra enfermedades pulmonares, como la COVID-19.

Fumar o vapear, o inhalar el humo/vapor de otras personas debilita los pulmones. **Esto puede empeorar los síntomas de la COVID-19.**

Recuerde siempre:

- Usar una mascarilla que le cubra la nariz y la boca cuando no esté en su hogar.
- Lavarse las manos con frecuencia, por lo menos durante 20 segundos.
- Mantener una distancia de 6 pies entre usted y la gente con la que no vive.

Si usted fuma o vapea:

- Dejarlo ahora puede ayudar a que los pulmones empiecen a sanar
- Si dejar este hábito parece demasiado difícil, pida ayuda
- Llame al 1-800-QUIT-NOW (en inglés y más de 170 idiomas) o al 1-855-DÉJELO-YA (en español)
- Envíe LISTO al 34191
- Visite smokefree.gov

**QUIT
now**
INDIANA
1-855-DÉJELO-YA