

Fumar o vapear durante el embarazo

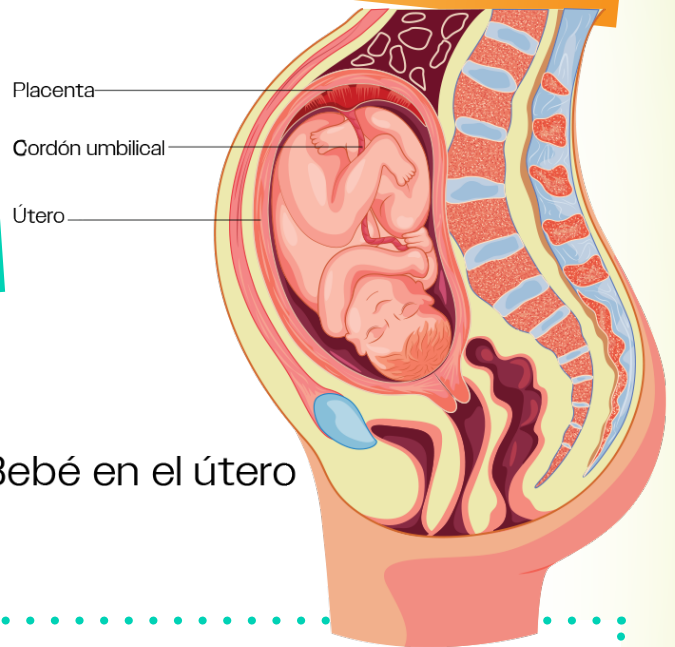
¿Existe una cantidad segura de tabaco u otros productos que pueda fumar o vapear durante el embarazo?

No. Incluso unos pocos cigarrillos al día contienen sustancias químicas dañinas que afectarán su salud y la de su bebé.

Las personas embarazadas que dejan de fumar o vapear tienen bebés más saludables. **No importa lo avanzado del embarazo, dejar de fumar será beneficioso para su bebé tanto ahora como después del parto.** Hable hoy mismo con su médico para que la ayude a dejar de fumar.

¿Son seguros los cigarrillos electrónicos?

No. El vapor de los cigarrillos electrónicos contiene sustancias químicas que pueden causar cáncer y metales pesados que pueden dañar el cerebro en desarrollo del bebé.



Bebé en el útero

Riesgos de fumar o vapear durante el embarazo:

Daños a la placenta, que es la encargada de llevar oxígeno y alimentos al bebé por nacer.

- Aborto espontáneo o parto de feto muerto
- Parto prematuro (antes de las 37 semanas de embarazo)
- Incluso si el bebé nace a término (40 semanas), por lo general, es muy pequeño y tiene problemas de salud porque no recibió la cantidad suficiente de oxígeno ni los nutrientes necesarios mientras estaba en el útero.

Hable con su médico para que la ayude a dejar de fumar.

Apoyo GRATUITO para dejar de fumar:

- Visite www.smokefree.gov
- Personas embarazadas: para recibir mensajes de texto de apoyo, envíe MOM al 222888
- Liv App, una aplicación gratuita con recursos para personas embarazadas
- Envíe LISTO al 34191.
- Regístrese en equitnow.com

**QUIT
now
INDIANA**
1-855-DÉJELO-YA