

Fumar/vapear durante el embarazo

¿Existe una cantidad de humo/vapor que sea segura durante el embarazo?

No. Incluso unos pocos cigarrillos al día harán que le lleguen a su bebé sustancias químicas perjudiciales y dañen su salud.

Las embarazadas que dejan de fumar/vapear tienen bebés más sanos. **Independientemente**

de lo avanzado que esté el embarazo, dejar de fumar /vapear ayudará a su bebé ahora y después

de nacer. ¡Hable hoy mismo con su médico para recibir ayuda para dejarlo!

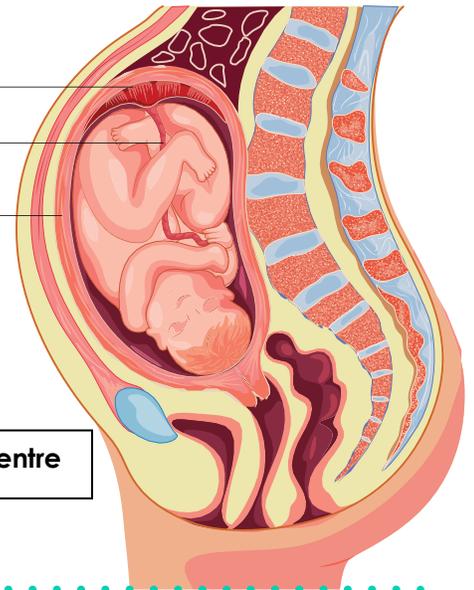
¿Son seguros los cigarrillos electrónicos?

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

Placenta

Cordón

Útero



Bebé en el vientre

Riesgos de fumar/vapear durante el embarazo

- Daños en la placenta, que suministra oxígeno y alimento al feto
- Aborto espontáneo o mortinato
- Parto prematuro (antes de las 37 semanas de embarazo)
- Aunque un bebé nazca a término (40 semanas), con frecuencia son muy pequeños y tienen problemas de salud porque no recibieron oxígeno ni los nutrientes necesarios en el vientre materno.

Hable con su médico para recibir ayuda para dejar de fumar/vapear.

Apoyo GRATUITO para dejarlo:

- Visite www.smokefree.gov
- Embarazadas: para recibir mensajes de texto útiles, envíe por mensaje de texto la palabra MOM al 222888
- Liv App, una aplicación gratuita de recursos para embarazadas
- Envíe por mensaje de texto la palabra READY al 34191
- Regístrese en equitnow.com

**QUIT
now
INDIANA**
1.800.Quit.Now