

# SMOKING VAPING & COVID-19

During the COVID-19 pandemic, it is vital that people are aware of the serious potential risks associated with smoking or vaping and COVID-19. We must act now to spread the word.



## **Smoking or vaping may put people into a higher-risk category.**

Smoking or vaping may increase the chances that a person will be infected by COVID-19 and need hospitalization and advanced life support to survive.



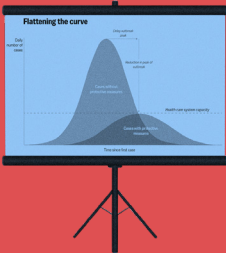
## **Smoking or vaping could make COVID-19 infections worse.**

If a person who smokes catches COVID-19, they are more likely to develop a severe case of the virus than those with no smoking history. Flavored tobacco products could make lung infections like COVID-19 worse.



## **Smoking and vaping damage lungs and weaken the body's immune system.**

Smoking and vaping damage the lungs, allowing viruses to more easily attach to lung cells and enter the lungs.



## **Smoking and vaping may increase the spread of COVID-19.**

The virus is easily spread from hand-to-mouth contact, common when using smoking and vaping products. Social sharing of smoking and vaping products can also facilitate the spread of the virus.



## **Encourage those who vape or smoke to make every effort to quit.**

- Share these facts with people who smoke or vape;
- Discuss with people who smoke or vape in your life the importance of frequent handwashing, social distancing, and not sharing smoking or vaping products;
- Contact your primary care physician or your child's pediatrician for medical advice.



## **Quitting Resources**

- Discuss with your doctor use of nicotine patch and gum. By using a patch and gum together, you are 4 times more likely to quit successfully.
- Pair smoking cessation medications with expert coaching and support.
- For coaching and support, call 1-800-QUIT-NOW. You can also text the word "QUIT" (7848) to IQUIT (47848) for free help.



# FUMAR, VAPEAR & COVID-19

Durante la pandemia de COVID-19, es importante que las personas conozcan los posibles riesgos de gravedad asociado con fumar o vapear y COVID-19. Debemos actuar ahora para correr la voz.



## **Fumar o vapear puede colocar a las personas en una categoría de mayor riesgo.**

Fumar o vapear puede aumentar las posibilidades de que una persona se infecte con COVID-19 y necesite hospitalización y soporte avanzado para sobrevivir.



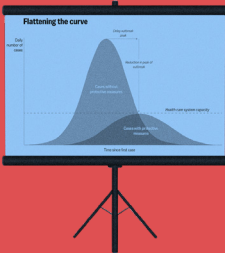
## **Fumar o vapear podría empeorar las infecciones por COVID-19.**

Si una persona que fuma contrae COVID-19, es más probable que desarrolle un caso grave del virus que aquellos sin antecedentes de tabaquismo. Los productos de tabaco con sabor podrían empeorar las infecciones pulmonares como COVID-19.



## **Fumar y vapear dañan los pulmones y debilitan el sistema inmunológico del cuerpo.**

Fumar y vapear dañan los pulmones, permitiendo que los virus se adhieran fácilmente a las células pulmonares y entren en los pulmones.



## **Fumar y vapear pueden aumentar la propagación de COVID-19.**

El virus se transmite fácilmente por contacto de boca a boca, esto es común cuando se usan productos para fumar y vapear. El intercambio social de productos para fumar y vapear también puede facilitar la propagación del virus.



## **Anime a los que vapean o fuman a hacer todo lo posible para dejar de fumar.**

- Comparta estos datos con personas que fuman o vaporizan;
- Hable con las personas en su vida que fuman o vaporizan sobre la importancia de lavarse las manos con frecuencia, distanciarse socialmente y no compartir productos para fumar o vapear;
- Póngase en contacto con su médico de atención primaria o con el pediatra de su hijo para obtener asesoramiento médico.



## **Recursos para dejar de fumar.**

- Consulte con su médico el uso de parche de nicotina y chicle. Al usar un parche y un chicle juntos, tiene 4 veces más probabilidades de dejar de fumar con éxito.
- Combine los medicamentos para dejar de fumar con asesoramiento y apoyo de expertos.
- Para asesoramiento y apoyo, llame al 1-800-QUIT-NOW . También puede enviar la palabra "QUIT" (7848) a IQUIT (47848) para obtener ayuda gratuita.

