

Vapear durante el embarazo

Existen muchos estudios acerca de los riesgos de fumar durante el embarazo. Sin embargo, el vapeo es una nueva área de estudio. Aún existe mucho desconocimiento acerca de lo seguro que es vapear durante el embarazo, pero la gran mayoría de profesionales de la salud recomiendan evitar el uso de dispositivos de vapeo durante el embarazo.¹

Riesgos para el bebé

La mayoría de los dispositivos de vapeo contienen nicotina. La exposición a la nicotina puede ser perjudicial para el desarrollo del cerebro y los pulmones del bebé.^{1,2}

La nicotina hace que los vasos sanguíneos se estrechen, y esto podría provocar que llegue menos oxígeno y nutrientes al bebé que aún se está desarrollando.¹ Algunas investigaciones demuestran que los bebés de personas que vapean tienen más riesgo de nacer con un peso bajo.³

Incluso los dispositivos de vapeo sin nicotina pueden significar un riesgo durante el embarazo porque pueden contener sustancias dañinas como:^{4,5}

- Plomo y otros metales pesados que pueden ser tóxicos
- Benceno, que puede encontrarse en los tubos de escape de automóviles
- Diacetilo, relacionado con enfermedades pulmonares
- Sustancias químicas saborizantes y otros aditivos

Vapear durante la lactancia⁴

Si bien se necesita más investigación acerca del tema, la mayoría de los médicos creen que lo mejor es no vapear durante el período de lactancia.⁶

- Se sabe que la nicotina pasa a la leche materna y puede afectar al ritmo cardíaco y a la presión sanguínea del bebé.

Un embarazo saludable

Aunque más estudios son necesarios, la gran mayoría de los profesionales médicos aconsejan no vapear durante el embarazo por precaución.⁷

Si usted está embarazada y vapea, lo mejor que puede hacer por su salud y la de su pequeño es dejarlo. Los asesores de Kick It California están capacitados para dar apoyo a personas embarazadas en su proceso de dejar de vapear y le brindarán ayuda clave y sin prejuicios.



Llame GRATIS para recibir ayuda para dejar de vapear

800-600-8191

1. <https://www.acog.org/womens-health/faqs/tobacco-alcohol-drugs-and-pregnancy>, American College of Obstetricians and Gynecologists
2. <https://www.cdc.gov/reproductivehealth/maternalinfanthealth/substance-abuse/e-cigarettes-pregnancy.htm#safer>
3. Cardenas VM, Cen R, Clemens MM, Moody HL, Ekanem US, Policherla A, Fischbach LA, Eswaran H, Magann EF, Delongchamp RR, Boysen G. Use of Electronic Nicotine Delivery Systems (ENDS) by pregnant women I: Risk of small-for-gestational-age birth. *Tob Induc Dis.* 2019 May 21;17:44. doi: 10.18332/tid/106089. PMID: 31516487; PMCID: PMC6662791.
4. <https://www.cdc.gov/reproductivehealth/maternalinfanthealth/substance-abuse/e-cigarettes-pregnancy.htm#safer>
5. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine; Health and Medicine Division; Board on Population Health and Public Health Practice; Committee on the Review of the Health Effects of Electronic Nicotine Delivery Systems; Eaton DL, Kwan LY, Stratton K, editors. *Public Health Consequences of E-Cigarettes*. Washington (DC): National Academies Press (US); 2018 Jan 23. 5. *Toxicology of E-Cigarette Constituents*. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK507184/>
6. *Mother To Baby | Fact Sheets [Internet]*. Brentwood (TN): Organization of Teratology Information Specialists (OTIS); 1994-. *E-cigarettes (Vaping)* 2021 Oct 1. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK582524/>
7. Committee opinion no. 721 summary: Smoking cessation during pregnancy. *Obstet Gynecol.* 2017;130(4):929–930. doi: 10.1097/AOG.0000000000002348