



Vaping: What Parents Need to Know

A presentation delivered to you on behalf of Carelon Behavioral Health



Vapeo: Lo Que Los Padres Necesitan Saber

Una presentación entregada a usted en nombre de Carelon Behavioral Health

What We Know And Don't Know

- Some believe vaping is safer than smoking, but it still is not safe
 - As of November 2019, the Centers for Disease Control and Prevention (CDC) confirmed 47 deaths in patients with e-cigarette, or vaping product use associated lung injury (EVALI)
- It is still unknown, and research is limited on what chemicals make up the vapor and how they affect physical health over the long term
- Both e-cigarettes and regular cigarettes contain nicotine, which has been proven to be addictive, and e-cigarette users can get more nicotine than they would from a traditional tobacco product
 - Extra strength cartridges
 - Increasing the voltage for a greater release of nicotine



3

Lo Que Sabemos y Lo Que No Sabemos

- Algunos creen que vapear es más seguro que fumar, pero aún así no lo es
 - En noviembre de 2019, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) confirmaron 47 muertes en pacientes con lesiones pulmonares asociadas al uso de cigarrillos electrónicos o productos de vapeo (EVALI).
- Todavía se desconoce, y la investigación se limita a qué sustancias químicas componen el vapor y cómo afectan a la salud física a largo plazo
- Tanto los cigarrillos electrónicos como los cigarrillos regulares contienen nicotina, que se ha demostrado que es adictiva, y los consumidores de cigarrillos electrónicos pueden obtener más nicotina de lo que lo harían de un producto de tabaco tradicional
 - Cartuchos de Cigarrillos con extra fuertes.
 - Aumentar el voltaje para una mayor liberación de nicotina.

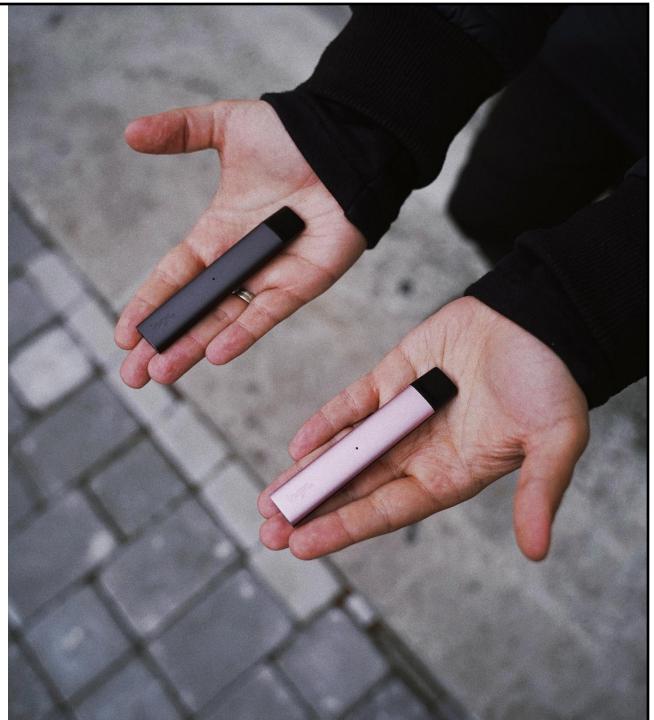


4

Why Did E- Cig/Vaping Start

Theory was:

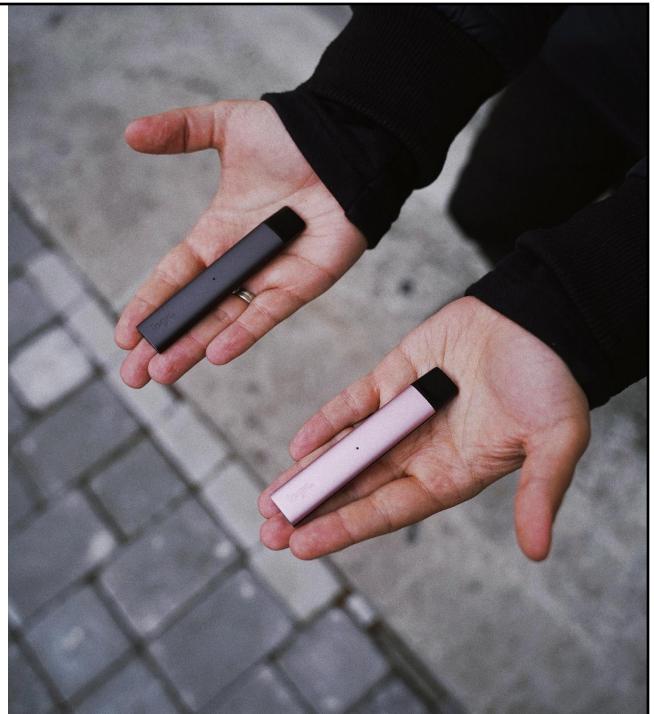
- Vaping could effectively help smokers quit
- The initial thought was that vaping was “safer” therefore, could be used recreationally
- The advantage was that it was odor free
- Thought one would be able to “smoke” in places where smoking was banned



¿Por qué Comenzaron los Cigarrillos Electrónicos/Vapeos?

La teoría era:

- Vapear podría ayudar eficazmente a los fumadores a dejar de fumar
- La idea inicial era que vapear era “más seguro”, por lo tanto, podría usarse de forma recreativa.
- La ventaja era que no tenía olor.
- Se pensó que se podría “fumar” en lugares donde estaba prohibido fumar



How Does It Work?

- Components of an e-cigarette
 - Contains a mouthpiece
 - Contains a heating element
 - Contains a lithium battery
- E-liquid is the mixture used in vapor products such as e-cigarettes and usually contains propylene glycol, glycerin, nicotine, flavorings, additives, and differing amounts of contaminants.
- As the e-cigarette industry continues to evolve, new products are quickly developed and brought to market
 - The latest generation of e-cigarettes is pod mods (uses either disposable or refillable pods). Pods can provide higher levels of nicotine than regular e-cigarettes through the production of aerosolized protonated nicotine



7

How Does It Work?

- Componentes de un cigarrillo electrónico
 - Contiene una boquilla
 - Contiene un elemento calefactor
 - Contiene una batería de litio
- El líquido electrónico es la mezcla que se utiliza en productos de vapor como los cigarrillos electrónicos y generalmente contiene propilenglicol, glicerina, nicotina, saborizantes, aditivos y diferentes cantidades de contaminantes.
- A medida que la industria de los cigarrillos electrónicos continúa evolucionando, rápidamente se desarrollan y lanzan al mercado nuevos productos.
 - La última generación de cigarrillos electrónicos son los mods de cápsulas (utiliza cápsulas desechables o recargables). Las cápsulas pueden proporcionar niveles más altos de nicotina que los cigarrillos electrónicos regulares a través de la producción de nicotina protonada aerosolizada



8

What Are People Vaping?

Nicotine

Cannabinoids

Combination of the two

Since the regulatory process for vape oils is still in its early stages, it is difficult to determine which chemicals have been added to the e-cigarettes, and even if what's on the label is accurate



9

¿Qué está vapeando la gente?

Nicotina

Cannabinoides

Combinación de los dos

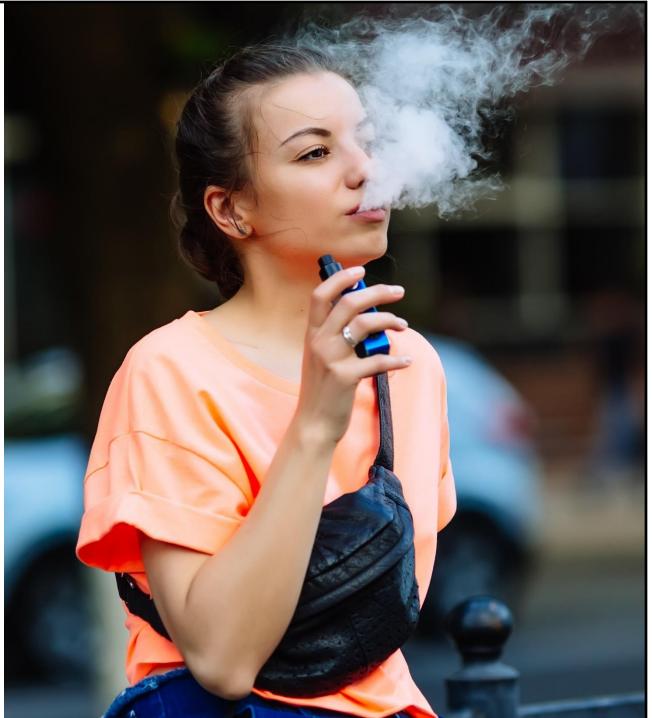
Dado que el proceso regulatorio para los aceites para vapear aún se encuentra en sus primeras etapas, es difícil determinar qué productos químicos se han agregado a los cigarrillos electrónicos, e incluso si lo que está en la etiqueta es preciso



10

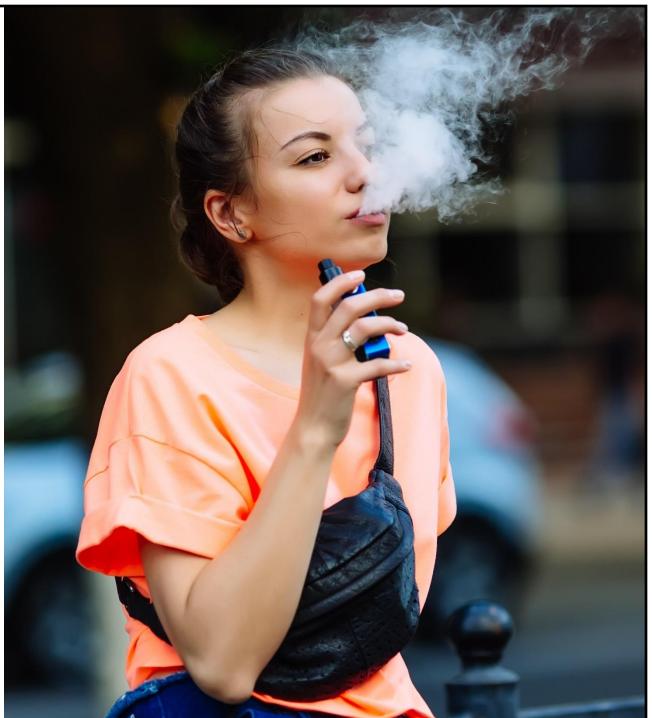
Youth and Vaping

- According to a CDC survey, e-cigarettes are the most commonly used tobacco product among high school and middle school students.
 - In 2022, 2.55 million U.S. middle and high school students currently use e-cigarettes.
 - Daily use was reported among 27.6 percent of current e-cigarette users.
- Youth and young adults are at higher risk for long-term, long-lasting effects such as nicotine addiction, mood disorders, and permanent lowering of impulse control.
- Toxic chemicals can be associated with lung illnesses and death.



La juventud y el vapeo

- Segundo una encuesta de CDC más consumido entre los estudiantes de secundaria y media.
 - En 2022, 2.55 millones de estudiantes de enseñanza media y secundaria en los Estados Unidos actualmente usan cigarrillos electrónicos.
 - El uso diario se reportó ser 27.6 por ciento de los usuarios actuales de cigarrillos electrónicos.
- Los jóvenes y los adultos jóvenes corren un mayor riesgo de sufrir efectos duraderos a largo plazo, como adicción a la nicotina, trastornos del estado de ánimo y disminución permanente del control de los impulsos.
- Las sustancias químicas tóxicas pueden estar asociadas con enfermedades pulmonares y la muerte.



Risks of Substance Use

As well as addiction, substances have many other risks:

- They affect the growth and brain development of teens
- They contribute to the development of adult health problems
- Substance use often happens along with other high-risk behavior, such as dangerous driving and unprotected sex
- Substances can complicate or worsen mental health disorders
- The earlier teens start using substances, the greater the risk of addiction and substance use problems later in life



Riesgos del consumo de sustancias

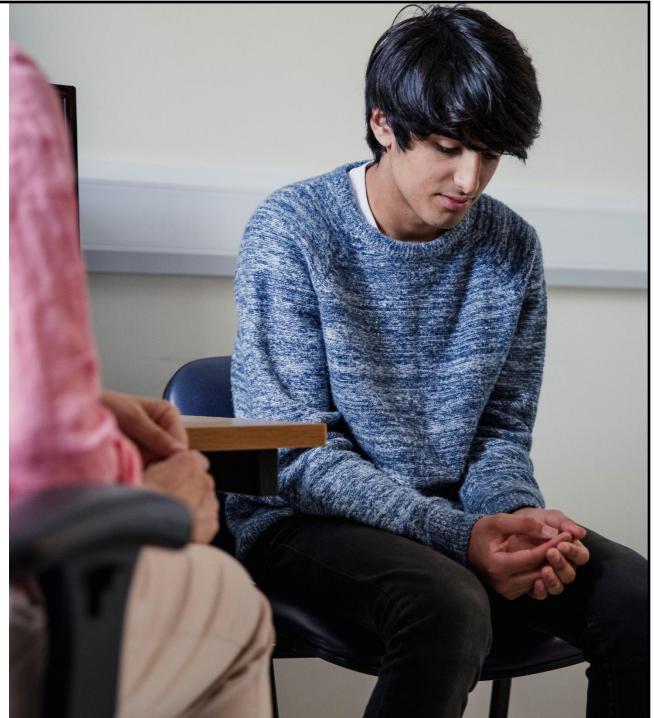
Además de la adicción, las sustancias conllevan muchos otros riesgos:

- Afectan el crecimiento y desarrollo cerebral de los adolescentes
- Contribuyen al desarrollo de problemas de salud en adultos.
- El consumo de sustancias a menudo ocurre junto con otros comportamientos de alto riesgo, como conducir de manera peligrosa y tener relaciones sexuales sin protección.
- Las sustancias pueden complicar o empeorar los trastornos de salud mental.
- Cuanto antes los adolescentes comiencen a consumir sustancias, mayor será el riesgo de adicción y problemas de uso de sustancias en el futuro.



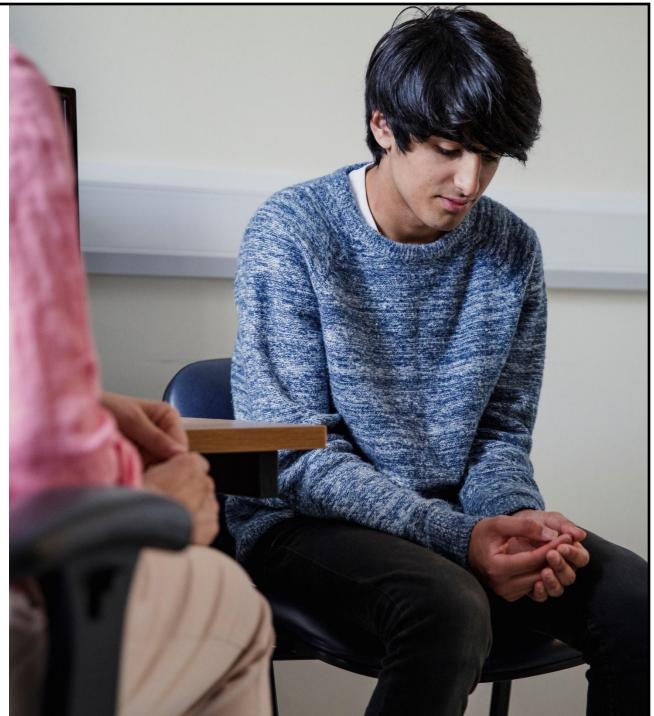
Tips for Parents

- Show you care about your child's happiness and well-being.
- Show you are a good source of information about vaping.
- Discuss ways to resist peer pressure.
- Build skills and strategies for avoiding underage vaping.
- Reward positive, responsible behavior.
- Keep communication open; maintain an ongoing conversation.



Consejos para los Padres

- Demuestre que se preocupa por la felicidad y el bienestar de su hijo.
- Demuestre que es una buena fuente de información sobre el vapeo.
- Discuta formas de resistir la presión de los compañeros.
- Desarrollar habilidades y estrategias para evitar el vapeo entre menores de edad.
- Recompense el comportamiento positivo y responsable.
- Mantenga la comunicación abierta; mantener una conversación continua.



Tips for Parents (Continued)



- Help to create a plan
- Identify triggers
 - Write down reasons they want/need to quit
 - Identify positive things they can do when they experience cravings



Help to choose a “quit day”



Encourage seeking support from friends, other family members, health care providers, support groups



17

Consejos para los padres (continuación)



- Ayudar crear un plan
- Identificar desencadenantes
 - Escribir las razones por las que quieren/necesitan dejar de fumar
 - Identifique las cosas positivas que pueden hacer cuando experimentan antojos



Ayuda para elegir un “día para dejar de fumar”



Anime a buscar apoyo de amigos, otros miembros de la familia, proveedores de atención médica y grupos de apoyo



18

Tips for Parents (Continued)

- Get credible facts
- Introduce the topic naturally
 - Listen and do not judge or criticize
 - Be patient, have conversations over time
 - Keep your child and the problem separate
 - Allow your child to express themselves; it is normal to feel negative emotions at appropriate levels
- Be a good example and consider quitting if you currently use tobacco/nicotine products
- Use your EAP or a mental health professional when needed



Consejos para los padres (continuación)

- Obtenga hechos creíbles
- Introduzca el tema de forma natural
 - Escuche y no juzgue ni critique
 - Sea paciente, tenga conversaciones a lo largo del tiempo
 - Mantenga a su hijo y el problema separados
 - Permita que su hijo se exprese; es normal sentir emociones negativas en niveles apropiados
- Sea un buen ejemplo y considere dejar de fumar si actualmente usa productos de tabaco/nicotina.
- Utilice un profesional de salud mental cuando sea necesario.



Evaluation

Thank you!



[Satisfaction Survey Link](#)



25

Evaluación

¡Gracias!



[Satisfaction Survey Link \(Enlace de Encuesta de Satisfacción\)](#)



26