

# The Dangers of Vaping and Nicotine

In Partnership: **Chula Vista Police Department, Chula Vista Elementary School District, and Sweetwater Union High School District**

## What's in the Vapor?

Hiding inside the many vape flavorings are other ingredients such as nicotine, THC, diacetyl (a harmful chemical known to cause serious lung disease), and even lead – which alone causes over 400,000 deaths in the United States per year! E-liquids contain at least 60 chemical compounds, and e-cigarette aerosol contains even more.



## The Dangerous Truth

- 1 Nicotine can cause anxiety, mood swings, and inhibit learning.
- 2 Changes to the brain from nicotine can cause permanent developmental damage.
- 3 Nicotine largely affects the area of the brain responsible for attention, memory, learning, and brain plasticity.
- 4 High levels of carbon dioxide, together with nicotine, increase the risk of heart disease, hardening of arteries, and other circulatory diseases.
- 5 Young people who use e-cigarettes are four times more likely to start smoking tobacco products than those who don't vape.
- 6 In 2019, e-cigarette use among high schoolers rose to 27.5 percent.



## What are the Chula Vista Police Department's goals?

- "Zero-tolerance" on school campuses for vaping, marijuana, and tobacco products.
- Create a safe space to provide resources and counseling for behavioral and addiction issues, as well as tools to fight peer pressure for those who want help for themselves or others.
- Direct students caught vaping to an after-school program through SBSC San Diego to include counseling, education, resources, and support.



## Speak up and report vaping.

Talk to a teacher, staff, or use the P3 Anonymous Tip App  
**StudentsSpeakingOut.Org • (888) 580-8477**

School Resource Officer Program Information: [chulavistaca.gov/SRO](http://chulavistaca.gov/SRO)

## Need help quitting?

[Thisisquitting.com](http://Thisisquitting.com)

**1-800-NO-BUTTS**

or *Live Chat* at [Nobutts.org](http://Nobutts.org)

# Los peligros del Vapeo y la Nicotina

En Colaboración: el Departamento de Policía de Chula Vista, el Distrito Escolar de Chula Vista y el Distrito Escolar de Sweetwater.

## ¿Qué contiene el Vapor?

Escondidos dentro de los muchos aromas de vapeo se encuentran otros ingredientes como la nicotina, THC, diacetilo (una sustancia química dañina que causa enfermedades pulmonares graves), y plomo – ¡que por sí solo causa más de 400,000 muertes anuales en los Estados Unidos! Los líquidos electrónicos contienen al menos 60 compuestos químicos, y el aerosol de los cigarrillos electrónicos contiene aún más.



## La Verdad Peligrosa

- 1 La nicotina puede provocar ansiedad, cambios de humor e inhibir el aprendizaje.
- 2 Los cambios en el cerebro por la nicotina pueden causar daños permanentes en el desarrollo.
- 3 La nicotina afecta en gran medida el área del cerebro responsable de la atención, la memoria, el aprendizaje y la plasticidad cerebral.
- 4 Los altos niveles de dióxido de carbono, junto con la nicotina, aumentan el riesgo de enfermedades cardíacas, endurecimiento de las arterias, y otras enfermedades circulatorias.
- 5 Los jóvenes que usan cigarrillos electrónicos tienen cuatro veces más posibilidades de comenzar a fumar productos de tabaco que las personas que no vapean.
- 6 En el 2019, el uso de cigarrillos electrónicos entre estudiantes de preparatoria aumentó un 27.5 por ciento.



## ¿Cuáles son las metas del Departamento de Policía de Chula Vista?

- “Cero Tolerancia” en las instalaciones escolares para los productos de vapeo, marihuana y tabaco.
- Crear un espacio seguro que ofrezca recursos y consejería para problemas de conducta y adicciones, así como herramientas que permitan combatir la presión de grupo para quienes buscan ayuda para sí mismos o para otros.
- Dirigir a los estudiantes que estén vapeando a un programa después de la escuela a través de SBCS San Diego que incluye consejería, educación, recursos y apoyo.



## Denuncia y reporta el vapeo.

Habla con un maestro, con personal escolar o usa el App P3 Anonymous Tip • [StudentsSpeakingOut.Org](http://StudentsSpeakingOut.Org) • (888) 580-8477  
School Resource Officer Program Information: [chulavistaca.gov/SRO](http://chulavistaca.gov/SRO)

## ¿Necesitas ayuda para dejar de fumar?

[Thisisquitting.com](http://Thisisquitting.com) • 1-800-NO-BUTTS  
o chat en vivo en [Nobutts.org](http://Nobutts.org)