

NARGUILÉ

O narguilé é um cachimbo d'água utilizado para fumar tabaco aromatizado, também conhecido como shisha, usando água resfriada.



Uma hora usando narguilé contém **36 vezes** mais alcatrão que um cigarro.



Os aromas do tabaco de narguilé **atraem** adolescentes e o público jovem.



A shisha é um tabaco pegajoso, geralmente embebido em mel ou melaço. A shisha de ervas pode ser tão **tóxica** quanto a shisha de tabaco.



O narguilé pode ser fumado eletronicamente por meio de **canetas especializadas** ou "e-narguilé" e os efeitos sobre a saúde são desconhecidos.



O fumo do narguilé aumenta o **risco de doenças**, incluindo câncer, obstruções das artérias, doenças cardíacas, doenças pulmonares e complicações durante a gravidez.



Compartilhar um bocal de narguilé aumenta o risco da propagação de **doenças infecciosas** como tuberculose, hepatite, herpes e gripe (influenza).

O narguilé **NÃO É UMA ALTERNATIVA SEGURA** para os cigarros.

BREATHE EASY

REDUCING SMOKE EXPOSURE IN MAINE



MAINE
PREVENTION
SERVICES

Maine Center for Disease Control & Prevention
Department of Health and Human Services

BreatheEasyMaine.org